

اسم المشارك:	رند جمعان العنزي	المجموعة:	الأولى
الرؤية:	أن أساهم في تطوير جودة الرعاية الصحية من خلال التميز في مجال المختبرات الطبية، وضمان دقة وكفاءة التحاليل المخبرية لتحقيق تشخيص أفضل وعلاج أكثر فعالية		
الرسالة:	أسعى لبناء أساس قوي في مجال المختبرات الطبية من خلال تقديم تحاليل دقيقة وموثوقة باستخدام أحدث التقنيات، مع الالتزام بأعلى المعايير العلمية والأخلاقية لتحقيق تأثير إيجابي ومستدام في الصحة العامة		
القيم:	١- الإتقان: تحقيق أعلى مستويات الدقة والجودة في التحاليل المخبرية. ٢- الأمانة: الالتزام بالشفافية والنزاهة في جميع مراحل العمل. ٣- الابتكار: تبني أحدث التقنيات والأساليب العلمية المتطورة. ٤- التطوير المستمر: السعي الدائم لاكتساب المعرفة وتطوير المهارات. ٥- الالتزام: تحمل المسؤولية المهنية تجاه المرضى والمجتمع.		

الجانب	م	الهدف (SMART)	المؤشرات	الفترة الزمنية	الإنجاز
الدراسي	١.	الحصول على تقدير امتياز في المواد التخصصية	مذاكرة المحاضرات كل نهاية اسبوع	ساعة ونصف لكل مادة	تم الإنجاز للمواد التي انتهت من دراستها
	٢.	اتقان المهارات النظرية والعملية	القدره على تفسير النتائج المخبريه	اثناء سنين الدراسة حتى التخرج	٥٠٪ منجز
	٣.	التخرج بمرتبة الشرف الأولى	تحقيق معدل امتياز في الترم	كل ترم دراسي	تم انجاز المؤشر
الصحي	٤.	تحقيق الوزن المثالي	الالتزام بالأكل الصحي والرياضة	٣ شهور	٢٠٪ منجز

٥.	الحصول على قسط كافي من النوم	النوم لمدة ٧-٨ ساعات	يوميًا	منجز
٦.	شرب كميات كافية من الماء	شرب لترين - ٣ لتر من الماء	يوميًا	منجز
٧.	المداومة على قراءة سورة الكهف	قراءة السورة يوم الجمعة	كل اسبوع	منجز
٨.	الحرص على تخصيص جزء من المكافأه الشهرية للصدقه	التبرع للجهات المختصة	كل شهر	منجز
٩.	صلاة السنن مع صلوات الفرض	صلاة ركعات السنن مع كل صلاة فرض	كل صلاة	منجز
١٠.	تنمية الذات	قراءة كتب تطوير الشخصية	كل شهر كتاب	تم الإنجاز لهذا الشهر
١١.	تحقيق الراحة النفسية	ممارسة التأمل او اليوغا	الصباح	انجزه احيانا
١٢.	تحقيق التوازن بين الدراسة والحياة	تحديد ساعات للدراسه وأوقات الراحة والترفيه	ساعتين للدراسه في اليوم	منجز
١٣.	فتح حساب ادخار	ادخار ١٠٠٠ ريال	كل ٦ شهور	منجز آخر ٦ شهور
١٤.	اعداد ميزانية شهرية	توفير نسبة ١٠٪ من الدخل	كل شهر	منجز
١٥.	زيادة الدخل	متابعة دورات لتعلم التداول	كل اسبوع	أنجزت الأسبوع لهذا