



مدیریت سبز در پژوهشکده زنان

اقدامات و فعالیت ها:

۱- انرژی و تغییرات آب و هوایی:

دستورالعمل مدیریت سبز با رویکرد استفاده صحیح از منابع پایه محیط زیست و حفظ آن تهیه و برای اعضای محترم هیات علمی و غیرهیات علمی پژوهشکده زنان به شرح ذیل ارسال شده است:

- ❖ پرهیز از بازگذاشتن در و پنجره ها برای به حداقل رساندن مصرف انرژی توسط گرم کننده ها و تهویه ها
- ❖ حفظ پنجره ها از نور آفتاب برای محدود کردن استفاده از سیستم سرمایشی (به وسیله پرده، کرکره و ...)
- ❖ تعمیر یا تعویض تجهیزات معیوب با وسایل پربازده و مقرون به صرفه
- ❖ بررسی روشنایی و رصد کردن مدت زمان روشن بودن چراغ ها طی روز
- ❖ استفاده از لامپ های کم مصرف
- ❖ استفاده از نور طبیعی (استفاده از انرژی خورشیدی) به جای چراغ (در صورت امکان)
- ❖ اطمینان از خاموش بودن چراغ اتاق های خالی
- ❖ خاموش کردن وسایل زمانی که از آنها استفاده های نمی شود (دستگاه کپی در حالت آماده به کار می تواند معادل بیش از ۸۰٪ انرژی ای که در وضعیت فعال استفاده می کند را مصرف نماید).
- ❖ پرهیز از روشن گذاشتن کامپیوترها در زمان استراحت طولانی و بیش از ۳۰ دقیقه (در حالت آماده به کار یک کامپیوتر ۹۵ وات مصرف دارد).
- ❖ پرهیز از روشن گذاشتن صفحه نمایش کامپیوتر در صورت عدم نیاز بیش از ۱۰ دقیقه
- ❖ استفاده از پرینترها به صورت مشترک (در صورت امکان)
- ❖ فضا سازی اتاق ها با گل و گیاه توسط همکاران به منظور تلطیف روحیه و مطبوع شدن هوای اتاق ها
- ❖ بازکردن پنجره ها بجای استفاده از هواساز

❖ استفاده از تماس صوتی شبکه های پیام رسان به جای استفاده از تلفن دانشگاه

۲-زباله:

دستورالعمل مدیریت سبز به منظور بهبود سیستم مصرف کاغذ در راستای مدیریت سبز تهیه و برای اعضای محترم هیات علمی و غیرهیات علمی پژوهشکده زنان به شرح ذیل ارسال شده است.

- ❖ محاسبه میزان مصرف کاغذ به صورت ماهیانه
- ❖ استفاده از دو روی کاغذ
- ❖ استفاده از گزینه چاپ از دوطرف دستگاه کپی و پرینتر
- ❖ کاهش حاشیه های کاغذ (تغییر تنظیمات در کامپیوتر)
- ❖ استفاده از پاورپوینت در جلسات به جای پرینت کاغذی (در حد امکان)
- ❖ کاهش پرینت اسناد و جایگزینی تا حد امکان با نسخه های الکترونیک
- ❖ پرینت نکردن فکس های دریافتی (دریافت بر روی کامپیوتر)
- ❖ استفاده از قسمتهای سفید کاغذ استفاده شده
- ❖ استفاده از کاغذ بازیافتی
- ❖ محدود کردن استفاده از کپی و پرینت رنگی
- ❖ عودت تونر و کارتریج جوهر چاپگرها و دستگاه کپی به تامین کننده
- ❖ استفاده از روش های الکترونیکی در انجام تبلیغات برگزاری وبینارها، نشست ها و کارگاه ها
- ❖ استقرار و اجرای تفکیک پسماندها در راستای سیاست های کلان مدیریت سبز دانشگاه
- ❖ ارسال صورتحلله های پژوهشکده و مدارک ترفیع، ارتقاء به صورت الکترونیکی
- ❖ حذف چاپ فیزیکی نشریه پژوهشکده زنان
- ❖ صدور گواهی های وبینارها و کارگاه ها برای سخنرانان و شرکت کنندگان به صورت الکترونیکی
- ❖ استفاده از تقویم های سال قبل جهت وزن کردن مواد و یادداشت برداری
- ❖ پرینت دوروی کاغذ A4
- ❖ تجهیز اتاق ها با استفاده از لوازم و وسایل موجود در پژوهشکده زنان (میز، صندلی، فایل)

۳-آب:

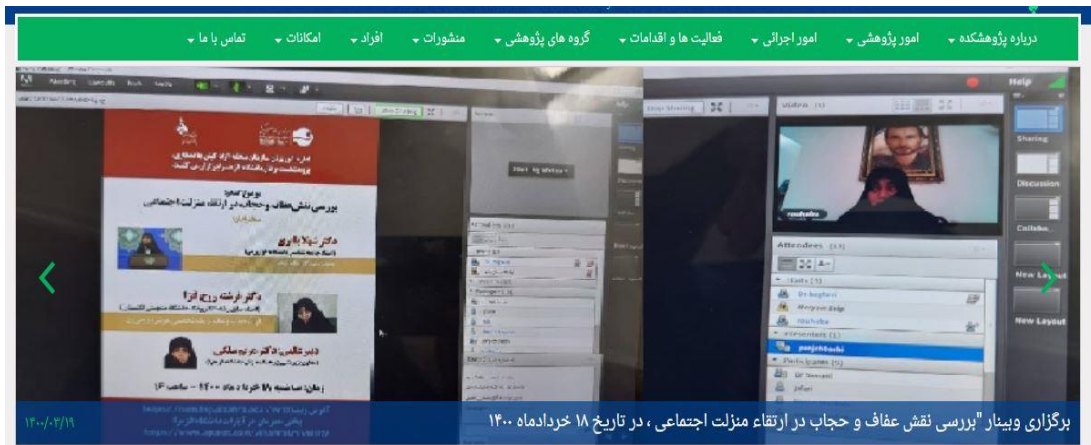
- جمع آوری آب های خروجی دستگاه آب مقطر و استفاده در ظرف اسید واش و غیره

۴- آموزش و پژوهش:

- ۱- برگزاری وبینارها و کارگاه ها به صورت مجازی
- ۲- برگزاری جلسات در خصوص مدیریت سبز با حضور کارشناسان پژوهشکده زنان
- ۳- تهیه دستورالعمل هایی در خصوص مدیریت سبز و ارسال برای اعضای محترم هیات علمی و غیرهیات علمی پژوهشکده زنان

اطلاعیه ها	مراسم و همایش	اخبار
<p>تقویم پژوهشی دانشگاه الزهراء (س) ۱۴۰۱-۱۴۰۰ ۱۴۰۰/۰۸/۰۸</p>	<p>پیام تبریک رئیس پژوهشکده زنان به سرپرست جدید دانشگاه الزهراء (س) تبریک به سرکار خانم دکتر فریده حق بین</p> 	<p>برگزاری وبینار زنان و سلامت باروری در بحران کرونا با همکاری اداره امور زنان سازمان منطقه آزاد کیش و پژوهشکده زنان دانشگاه الزهراء (س) ۱۴۰۰/۰۸/۰۸</p> 
<p>جدول استاندارد سازی افیلیشن دانشگاه الزهراء در فعالیت های پژوهشی ۱۴۰۰/۰۲/۱۸</p>	<p>وبینار "تفسیر مردم شناختی فیلم سینمایی شنای پروانه" ۱۴ مهر ماه ۱۴۰۰</p> 	<p>وبینار عاشقانه های یک بانوی نخبه دانشگاهی توسط اداره امور بانوان منطقه آزاد کیش و پژوهشکده زنان دانشگاه الزهراء (س) ۱۴۰۰/۰۷/۲۶</p> 
<p>انعکاس خبر اختتامیه اولین یادواره بین المللی سرداران مقاومت: حاج قاسم سلیمانی و ابو مهدی المهندس در پلاک شبکه ۱ ۱۳۹۹/۱۲/۲۶</p>	<p>برگزاری میزگرد نقش زنان در تاریخ شفاهی دفاع مقدس پژوهشکده زنان، سازمان نشر آثار و ارزش های مشارکت زنان در دفاع مقدس، ۱۴۰۰/۰۷/۱۱</p> 	<p>برگزاری وبیناری کارآفرینی زنان، انگیزه ها و موانع به همت معاونت فرهنگی و اجتماعی دانشگاه علامه طباطبائی، موسسه بین المللی رادمان ۱۴۰۰/۰۷/۱۴</p> 
<p>ادامه...</p>	<p>ادامه...</p>	

استفاده از روش های الکترونیکی در انجام تبلیغات و برگزاری وبینارها، نشست ها و کارگاه ها



برگزاری دوره های آموزشی به صورت الکترونیکی



صدر گواهی های وبینارها و کارگاه ها برای سخنرانان و شرکت کنندگان به صورت الکترونیکی



جمع آوری آب های خروجی دستگاه آب مقطر و استفاده در ظرف اسید واش آزمایشگاه بیومدیkal

حذف چاپ فیزیکی نشریه از سال 1399

1400-01-01

به اطلاع نویسندگان محترم مقالات برای نشریه مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان می‌رساند که با توجه به بارگذاری فایل کامل نشریه در سامانه در جهت ارتقاء مدیریت سبز و حذف هزینه‌های مربوط به چاپ فیزیکی این نشریه از سال 1399 اقدام به حذف کامل نسخه فیزیکی نشریه نموده است.

[مطالعه بیشتر](#)

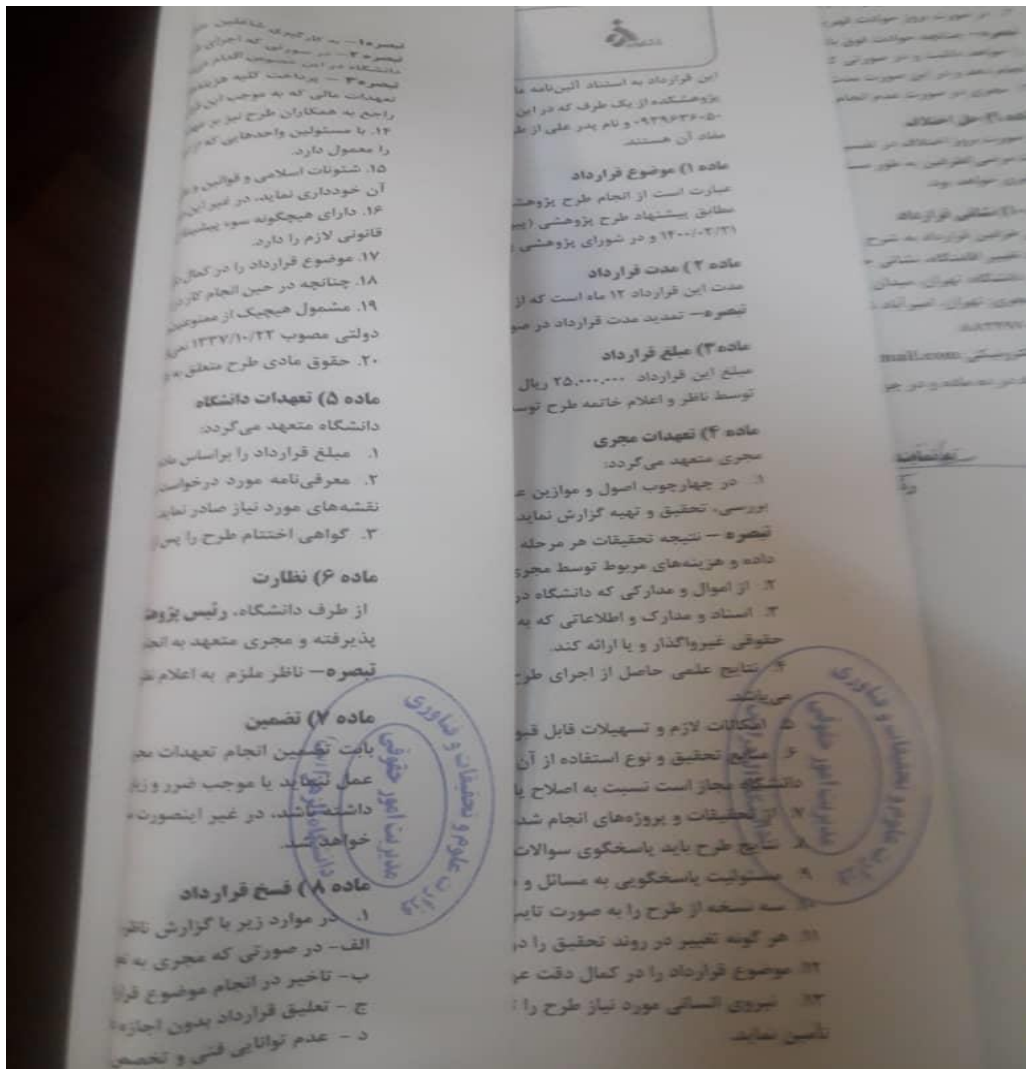
حذف چاپ فیزیکی نشریه پژوهشکده زنان

The screenshot shows a web portal with a top navigation bar containing buttons for 'بستن', 'ارجاع', 'اختتام...', 'انتقال', 'چاپ اطلاعات', 'هفته بندی‌ها', 'یادآوری', and 'تهیه پیش‌نویس'. The main content area is titled 'پیگیری نامه' and displays a list of documents with their authors and status. The list includes:

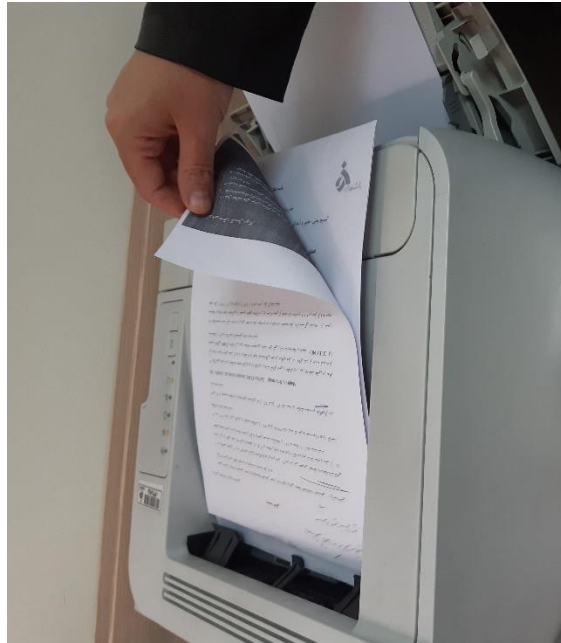
- سرکار خانم عشرت صادقی (کارشناس)
- سرکار خانم دکتر بتول مشکین فام (رئیس پژوهشکده)
- سرکار خانم صدیقه عباسی (عضو هیات علمی)
- سرکار خانم نغمه نجفی (کارشناس)
- فرزانه فکری (کارشناس)
- سرکار خانم عشرت صادقی (کارشناس)

On the right side, there is a search bar and a vertical menu with options: 'اطلاعات', 'مشخصات', 'حاصله', 'یادداشت شخصی', 'فایل‌های من', 'تاریخچه', and 'پیگیری نامه'.

ارسال صور تجلسه‌های پژوهشکده و مدارک ترفیع، ارتقاء به صورت الکترونیکی



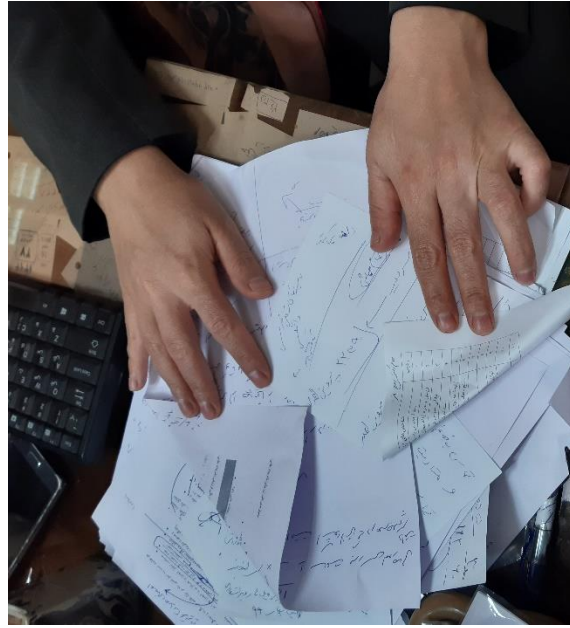
چاپ قرارداد طرح پژوهشی در کاغذ پشت و رو



پرینت دوروی کاغذ A4



استفاده از برگه‌های تقویم‌های سال قبل جهت وزن کردن مواد در آزمایشگاه بیومدیکال



Handwritten notes and a table on a document. The table has several columns and rows, with some cells containing text and others containing numbers or symbols. The handwriting is in Persian.

ردیف	شرح	تاریخ	محل	وضعیت
۱
۲
۳
۴
۵
۶
۷
۸
۹
۱۰

استفاده از کاغذ باطله چندین بار استفاده شده



فضا سازی اتاقها با گل و گیاه توسط همکاران به منظور تلطیف روحیه و مطبوع شدن هوای اتاقها



بازکردن پنجره‌ها به منظور تهویه هوای اتاقها



استقرار و اجرای تفکیک پسماندها در راستای سیاست‌های کلان مدیریت سبز دانشگاه



قرار دادن کامپیوترها در حالت Sleep
(در مواقعی که از کامپیوتر استفاده‌ای نمی‌شود)



برگزاری جلسات در خصوص مدیریت سبز با حضور کارشناسان پژوهشکده زنان