

## السيرة الذاتية

### البيانات الشخصية:

الاسم: هبة إبراهيم إبراهيم عمري

المرتبة الأكاديمية: أستاذ مساعد

مكان العمل الحالي : قسم الاقتصاد المنزلي- كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي بأبها - جامعة الملك خالد- المملكة العربية السعودية.

التخصص العام : الاقتصاد المنزلي (التغذية وعلوم الأطعمة).

التخصص الدقيق : تغذية علاجية.

عدد سنوات الخبرة (جامعة الملك خالد): ١٢ سنة

عدد سنوات الخبرة (مستشفيات): ٤ سنوات

عدد سنوات الخبرة (مركز البحوث): ٣ سنوات

الجنسية : مصرية

تاريخ الميلاد : ١٥/٥/١٩٧٦م.

جوال : ٠٠٩٦٦٥٥٧٧٤٧٥٤٦

[heba\\_ghamry@hotmail.com](mailto:heba_ghamry@hotmail.com)

البريد الإلكتروني:

[hgmry@kku.edu.sa](mailto:hgmry@kku.edu.sa)

### الخبرات:

#### أ. الخبرة التدريسية:

- التدريس بكلية التربية للبنات ببلقرن جامعة الملك خالد من ٢٠٠٦ - ٢٠١٢.

- أسس إعداد الأطعمة.
- أسس إعداد العجائن.
- تحليل وتقييم الوجبات.
- تغذية علاجية.
- حفظ أغذية.

- صناعات غذائية أولية.
- علاقات أسرية وإنسانية.
- وسائل الإعلام والتربية الأسرية.
- ثقافة صحية.
- تثقيف غذائي.
- نظريات اللون والإضطربة.
- تثقيف ملبسي.
- إدارة سكن.
- أدوات وأجهزة منزلية.
- إسعافات أولية.
- اقتصاديات الأسرة

- التدريس بكلية الإدارة والاقتصاد بأبها- جامعة الملك خالد ٢٠١٢ - ٢٠١٦ م.

- تغذية علاجية.
- علوم الأطعمة.
- أسس إعداد العجائن.
- مشروع بحث.
- تربية غذائية.
- تحليل وتقييم الوجبات.
- وجبات مناسبات.
- أسس اعداد الأطعمة.
- تغذية فئات حساسة.

#### ب. الخبرة الإدارية :

- الاشتراك في لجنة المقابلات الخاصة باختبار القدرات لطالبات قسم الاقتصاد المنزلي- كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٢٦-١٤٢٧ هـ.
- الاشتراك في أعمال لجان المراقبة لأعمال الامتحانات للعام الجامعي ١٤٢٦-١٤٣٢ هـ ، كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد.
- عضو كمنترول الفرقة الرابعة قسمي الكيمياء والفيزياء - كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٢٦-١٤٣١ هـ.
- عضو لجنة رصد نتائج الطالبات على النظام الجامعي - كلية التربية للبنات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٢٧-١٤٣١ هـ.

- عضو لجنة تقييم الاختبارات العملية لمقررات ( وجبات مناسبات – أسس اعداد الأطعمة – عجائن راقية – أسس اعداد العجائن – صناعات غذائية ) بكلية التربية للنبات ببلقرن – جامعة الملك خالد - من العام الجامعي ١٤٢٦ - ١٤٣٢ هـ.
- عضو كنترول قسم الاقتصاد المنزلي - كلية التربية للنبات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٣٢ هـ.
- عضو كنترول قسم الفيزياء - كلية التربية للنبات ببلقرن- جامعة الملك خالد عام ١٤٣٣ هـ.
- مرشدة أكاديمية - كلية التربية للنبات ببلقرن – جامعة الملك خالد ١٤٣٢ هـ.
- عضو معيار التعليم والتعلم (وحدة التطوير والجودة ) – كلية الادارة والاقتصاد المنزلي أبها عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ.
- عضو معيار التوظيف (وحدة التطوير والجودة ) – كلية الإدارة و الاقتصاد المنزلي أبها عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ.
- عضو كنترول المستوى الرابع والسادس - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد عام ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ.
- عضو مجلس قسم الاقتصاد المنزلي- كلية الادارة والاقتصاد المنزلي عام ١٤٣٣-١٤٣٨ هـ.
- عضو لجنة الأعدار الطبية للطالبات كلية الادارة والاقتصاد المنزلي أبها ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ.
- مرشدة أكاديمية بكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي جامعة الملك خالد ١٤٣٣-١٤٣٨ هـ.
- منسقة لجنة النشاط اللامنهجي – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ.
- عضو في لجنة اعداد الخطة التطويرية لبرامج الاقتصاد المنزلي وادارة الأعمال وكلية الادارة والاقتصاد المنزلي ١٤٣٥-١٤٣٩ هـ.
- رئيسة وحدة التطوير الأكاديمي والجودة – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي بأبها – جامعة الملك خالد ١٤٣٤-١٤٣٧ هـ.
- تحديث واعداد الدراسة الذاتية لبرنامج الاقتصاد المنزلي ١٤٣٥-١٤٣٦ هـ.
- عضو في لجنة اعداد مقا بيس التقويم الذاتي والدراسة الذاتية لبرنامج الاقتصاد المنزلي وادارة الأعمال ١٤٣٣-١٤٣٧ هـ.

- رئيسة لجنة نشر ثقافة الجودة – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد ١٤٣٤-١٤٣٥هـ.
- عضو لجنة التخطيط الاستراتيجي – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد ١٤٣٤-١٤٣٦هـ.
- عضو لجنة الاستبيانات – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد ١٤٣٤-١٤٣٦هـ.
- عضو لجنة خدمة المجتمع – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد ١٤٣٤-١٤٣٦هـ.
- عضو لجنة المراجعة الداخلية – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد ١٤٣٥-١٤٣٦هـ.
- عضو لجنة الخطط والبرامج للكلية – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد ١٤٣٥-١٤٣٧هـ.
- عضو لجنة تطوير مناهج قسم الاقتصاد المنزلي بكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي لعام ١٤٣٥-١٤٣٧هـ.
- اعداد توصيفات مقررات التغذية ( تغذية علاجية والتغذية خلال مراحل العمر وتخطيط وجبات غذائية وادارة خدمات التغذية وتنظيف غذائي وقراءات باللغة الانجليزية في الغذاء والتغذية) فى برنامج علوم الغذاء و التغذية وبرنامج الاقتصاد المنزلي التربوي فى كلية الادارة والاقتصاد المنزلى لعام ١٤٣٦-١٤٣٧هـ
- عضو كمنترول المستوى السابع – قسم الاقتصاد المنزلي – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد عام ١٤٣٤-١٤٣٥هـ.
- منسقة الموقع الالكتروني لكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد – ١٤٣٤-١٤٣٧هـ.
- رئيسة كمنترول المستوى الخامس والسادس والسابع – قسم الاقتصاد المنزلي – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد عام ١٤٣٤-١٤٣٥هـ.

- عضو لجنة تقييم الاختبارات العملية لمقررات ( وجبات مناسبات – أسس اعداد الأطعمة – أسس اعداد العجائن – حفظ أغذية ) بكلية الادارة والاقتصاد المنزلي بأبها – جامعة الملك خالد - من العام الجامعي ١٤٣٣ - ١٤٣٧ هـ.
- محكم أبحاث المحور الإنساني للمؤتمر العلمي الخامس لطلاب وطالبات التعليم العالي – وزارة التعليم العالي – الرياض - ٢٠١٤ م.
- عضو لجنة اعداد الخطة الاستراتيجية لعامة التطوير الأكاديمي والجودة – جامعة الملك خالد عام ١٤٣٥-١٤٣٦ هـ.
- رئيسة لجنة خدمة المجتمع – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد ١٤٣٥ - ١٤٣٦ هـ.
- رئيسة كترول المستوى الخامس والسابع – قسم الاقتصاد المنزلي – كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد عام ١٤٣٦-١٤٣٧ هـ.
- عضو لجنة الاعتماد الأكاديمي لبرنامج ادارة أعمال – كلية العلوم الادارية والمالية - جامعة الملك خالد- عام ١٤٣٦-١٤٣٧ هـ.
- وكيلة كلية الادارة والاقتصاد المنزلي للتطوير الأكاديمي والجودة – جامعة الملك خالد عام ١٤٣٦-١٤٣٨ هـ.
- رئيسة اللجنة الرئيسية للتطوير والجودة للكلية- كلية الادارة والاقتصاد المنزلي – جامعة الملك خالد- ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ.
- رئيسة لجنة تطوير وتقييم الاختبارات للكلية – كلية الادارة والاقتصاد المنزلي – جامعة الملك خالد- ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ.
- رئيسة لجنة الخطة التطويرية للكلية – كلية الادارة والاقتصاد المنزلي – جامعة الملك خالد- ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ.
- عضو لجنة الجوائز للكلية – كلية الادارة والاقتصاد المنزلي – جامعة الملك خالد- ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ.
- عضو مجلس كلية الادارة والاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد العام الجامعي ١٤٣٧-١٤٣٨ هـ.

## التدرج العلمي:

١. دكتوراه الفلسفة في الاقتصاد المنزلي - قسم التغذية وعلوم الأطعمة ٢٠١١م تحت عنوان :

" تأثير اللاكتوفيرين واللاكتوبيروكسيداز على الفئران المصابة بالسكر".

### Effect of lactoferrin and lactoperoxidase on diabetic rats

٢. ماجستير في الاقتصاد المنزلي قسم التغذية وعلوم الأطعمة ٢٠٠٤م - جامعة المنوفية تحت عنوان :

"تأثير المعاملات المختلفة لبذور الحلبة على مستوى جلوكوز الدم في الفئران المصابة بالسكر".

### The effect of different treatments of fenugreek seeds on blood glucose level in diabetic rats

٣. دبلوم تغذية المستشفيات والمؤسسات - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية ١٩٩٩م. بتقدير عام جيد جدا - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية.

٤. بكالوريوس الاقتصاد المنزلي - قسم التغذية وعلوم الأطعمة جامعة الأزهر ١٩٩٨م. بتقدير عام امتياز مع مرتبة الشرف - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الأزهر.

## بيان عن النشاط العلمي والتطبيقي

### أولاً: الدورات التدريبية:

السنة	الجهة المنظمة	مسمى الدورة
١٩٩٩م	مستشفى عين شمس التخصصي - جامعة عين شمس	اجتياز برنامج التدريب العملي للتغذية العلاجية
١٩٩٩م	مركز الدراسات الوطنية - جامعة المنوفية	اجتياز دورات كمبيوتر: Word, Windows, Excel
١٩٩٩م	المعهد البريطاني الدولي	اجتياز دورات في اللغة الانجليزية
٢٠٠٠م	معهد تكنولوجيا الأغذية - مركز البحوث الزراعية	اجتياز دورة تشغيل الأجهزة العلمية الخاصة بالأغذية
٢٠٠٨م	مركز التحاليل الدقيقة - كلية العلوم - جامعة القاهرة	اجتياز دورة تشغيل الأجهزة العلمية الخاصة بالأغذية
٢٠١١م	مركز اللغات والترجمة - جامعة القاهرة	اجتياز اختبار التوفل
٢٠١١م	كلية الهندسة - جامعة القاهرة	اجتياز اختبارات الرخصة الدولية

		لقيادة الحاسب ICDL
م٢٠١١	مركز تطوير الأداء الجامعي- جامعة المنوفية	اجتياز دورة النشر العلمي
م٢٠١٢	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	اجتياز دورة توصيف المقررات وبرامجها
م٢٠١٢	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	اجتياز دورة التخطيط الاستراتيجي في التعليم العالي
م٢٠١٢	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة الساعات المعتمدة
م٢٠١٢	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة إطلالة على مجال الجودة والاعتماد الأكاديمي
م٢٠١٢	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة توصيف وتقرير المقرر
م٢٠١٢	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	إلقاء دورة إدارة الوقت
م٢٠١٢	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة توصيف المقررات
م٢٠١٣	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	اجتياز دورة التحليل الإحصائي (Spss) المستوى الأول، الثاني
م٢٠١٣	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة التخطيط الاستراتيجي
م٢٠١٣	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة التفكير الإبداعي
م٢٠١٣	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة آداب وأخلاقيات المهنة
م٢٠١٣	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة استراتيجيات التدريس
م٢٠١٣	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	اجتياز برنامج تدريبي "تطوير القدرات البحثية بالمملكة"
م٢٠١٣	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	إلقاء دورة العمل الجماعي
م٢٠١٣	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	اجتياز دورة مخرجات التعلم للمقررات والبرامج
م٢٠١٣	التعليم عن بعد – جامعة الملك خالد	اجتياز دورة تطبيقات معايير الجودة للمقرر الالكتروني

٢٠١٣ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	إلقاء دورة مخرجات التعلم للمقررات والبرامج
٢٠١٣ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة أساليب التدريس الفعال.
٢٠١٣ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة التعلم التعاوني
٢٠١٤ م	عمادة البحث العلمي - جامعة الملك خالد	حضور ورشة عمل استراتيجيات كتابة ونشر الورقة العلمية
٢٠١٤ م	عمادة البحث العلمي - جامعة الملك خالد	حضور ورشة عمل النشر العلمي
٢٠١٤ م	عمادة البحث العلمي - جامعة الملك خالد	حضور ورشة عمل النشر الالكتروني(المنصات الذكية)
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها-جامعة الملك خالد	حضور دورة استراتيجيات التعلم النشط
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	حضور دورة مهارات التعامل مع أنماط السلوك البشري
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	حضور دورة آليات التغذية الراجعة في بيئات التعلم المختلفة
٢٠١٤ م	عمادة التطوير والجودة - جامعة الملك خالد	حضور دورة تطوير الذات
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	إلقاء محاضرة تطوير الذات
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	حضور دورة تنمية قدرات الطلاب الموهوبين والمبدعين
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	حضور دورة الدراسة الذاتية
٢٠١٤ م	نادي أبها الأدبي- وزارة الثقافة والاعلام	حضور محاضرة بعنوان "دور الأسرة في تعزيز الأمن الفكري للأبناء"
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد	حضور دورة الكترونية " الجودة في التعليم العالي " (online)



٢٠١٤ م	عمادة التعليم الالكتروني – جامعة الملك خالد	حضور دورة الدورة التأسيسية لنظام التعليم الالكتروني ( البلاك بورد 9.1 ) (online)
٢٠١٤ م	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس – جامعة القاهرة	حضور دورة ادارة الفريق البحثي
٢٠١٤ م	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس – جامعة القاهرة	حضور دورة الاتجاهات الحديثة في التدريس
٢٠١٤ م	مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس – جامعة القاهرة	حضور دورة تنظيم المؤتمرات العلمية
٢٠١٤ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	حضور دورة نواتج التعلم
٢٠١٤ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	حضور دورة اغلاق دائرة التقييم
٢٠١٤ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	حضور دورة اعداد وتطوير الخطط والبرامج الدراسية
٢٠١٥ م	عمادة خدمة المجتمع والتعليم المستمر – جامعة الملك خالد	حضور دورة تنمية المهارات القيادية والادارية
٢٠١٥ م	عمادة التعليم الالكتروني – جامعة الملك خالد	حضور دورة الأنشطة الالكترونية
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية " Up To Date "
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية "BMJ Learning and journals from BMJ"
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية "Springer Link – Springer Online

		Platform''
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية ''استخدام قاعدة البيانات العربية الرقمية معرفة''
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية – وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية ''كيفية دراسة أسواق المستهلكين وتحليلها مع الأخذ بعين الاعتبار مؤشرات الاقتصاد والمستهلكين باستخدام قاعدة البيانات باسبورت''
٢٠١٥ م	كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها- جامعة الملك خالد	حضور دورة اعداد وكتابة الخطابات الرسمية
٢٠١٥ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	دورة الكترونية '' توصيف وتقرير المقررات ''
٢٠١٥ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	دورة الكترونية ''مؤشرات الأداء والمقارنة المرجعية''
٢٠١٥ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	دورة الكترونية '' مهارات التدريس الجامعي ''
٢٠١٥ م	كلية الادارة والاقتصاد المنزلي – جامعة الملك خالد	دورة الكترونية ''استراتيجيات التدريس الحديثة''
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية ''Oxford Journals and Oxford Scholarship Online''
٢٠١٥ م	المكتبة الرقمية السعودية- وزارة التعليم العالي	حضور دورة الكترونية Research to Publication ''The Basics''
٢٠١٥ م	مركز دراسات القيادة – مركز وفاء للتييمات أبها	اجتياز برنامج ١٠١ قيادة

٢٠١٥ م	عمادة التعليم الالكتروني - جامعة الملك خالد	اجتياز دورة "تطبيق معايير الجودة على المقررات الالكترونية" ( APPQMR)
٢٠١٥ م	مركز الفكر الناجح للتنمية البشرية - المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	حضور دورة " تحليل رسومات الأطفال"
٢٠١٥ م	مركز الفكر الناجح للتنمية البشرية - المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني	حضور دورة " المبادرة الناجحة"
٢٠١٦ م	مركز بنون للاستشارات والتطوير	حضور دورة " مفهوم الأنوثة"
٢٠١٦ م	كلية الادارة والاقتصاد المنزلي- جامعة الملك خالد	حضور دورة " اتخاذ القرار"
٢٠١٦ م	عمادة التطوير والجودة - جامعة الملك خالد	حضور دورة "مهارات التدريس"
٢٠١٦ م	عمادة التعليم الالكتروني - جامعة الملك خالد	برنامج ممارس التعلم الالكتروني
٢٠١٦ م	خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	حضور مشروع " برنامج فطن "
٢٠١٦ م	خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها	حضور دورة "كيفية التعامل مع الأطفال"
٢٠١٦ م	مركز كفاءات الأعمال للتدريب والاستشارات	حضور دورة "مهارات الإلقاء والتقديم"
٢٠١٦ م	هيئة الهلال الأحمر السعودي النسائي بأبها	اجتياز برنامج الأمير نايف لمبادئ الاسعافات الأولية
٢٠١٦ م	ادارة التدريب والتطوير المهني - مستشفى أبها الخاص	اجتياز برنامج الانعاش الرنوي القلبي BCLS

٢٠١٦ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	حضور دورة "بناء الاختبارات"
٢٠١٦ م	عمادة التطوير والجودة – جامعة الملك خالد	حضور دورة "تقرير البرنامج"

#### ثانياً: الندوات والبرامج العلمية والمؤتمرات:

- اجتياز برنامج التدريب العملي بوحدة التغذية مستشفى عين شمس التخصصي - جامعة عين شمس ١٩٩٩.
- حضور مؤتمر المعهد القومي للتغذية- مصر ٢٠٠٣ م.
- حضور ندوة تغذية المرأة في المراحل السنية المختلفة- المعهد القومي للتغذية – مصر ٢٠٠٣ م.
- حضور مؤتمر التغذية الطبية – فندق سميراميس – ٢٠١٠ م.
- حضور ندوة الجودة والبيئة – معهد التغذية – ٢٠١١ م.
- حضور ندوة المستجدات في التغذية العلاجية لمرضى السكري- معهد التغذية- ٢٠١٢ م.
- حضور مؤتمر البحث العلمي – عمادة البحث العلمي – جامعة الملك خالد – ٢٠١٤ م.
- تنسيق وتنفيذ الحملة التثقيفية لمكافحة السمنة "لا للسمنة" - كلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد - ٢٠١٣ م.
- حضور مؤتمر "المعلم العصري في ظل ضمان جودة التعليم .... رؤي وآفاق مستقبلية" – كلية التربية النوعية – جامعة المنوفية – ٢٠١٣ م.
- حضور المؤتمر الدولي الأول للنشر العلمي – جامعة الملك خالد – ٢٠١٤ م.
- حضور المؤتمر العلمي الخامس لطلاب وطالبات التعليم العالي – وزارة التعليم العالي – الرياض- ٢٠١٤ م.
- تحكيم أبحاث المحور الإنساني للمؤتمر العلمي الخامس لطلاب وطالبات التعليم العالي – وزارة التعليم العالي – الرياض- ٢٠١٤ م.

- حضور ندوة يوم المرأة العالمي " أنا وأنت زهرتان ضمن باقة " – كلية الادارة والاقتصاد المنزلي أبها – جامعة الملك خالد – ٢٠١٥م.
- حضور ملتقى النشاط الخيري النسائي بمنطقة عسير – المكتب التعاوني للدعوة والارشاد وتوعية الجاليات بأبها – ٢٠١٥م.
- حضور المؤتمر السعودي السادس للغذاء والتغذية (١٥ ساعة) – جدة – السعودية – ٢٠١٥م
- حضور علمي للمؤتمر الخامس للجمعية المصرية للتغذية (EASHTN) "تغذية مرضى الجهاز الهضمي" – مصر – ٢٠١٦م.
- حضور المخيم الدعوي (خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة) – المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها – (١٢٠ ساعة) --- ٢٠١٦م.

#### ثالثاً: الاشتراك في الأنشطة الطلابية:

- رائدة اللجنة الفنية - كلية التربية للبنات ببلقرن ١٤٢٨-١٤٣٢هـ.
- رائدة اللجنة الثقافية - كلية التربية للبنات ببلقرن ١٤٣٢-١٤٣٣هـ.
- منسقة لجنة النشاط اللامنهجي – كلية الادارة والاقتصاد المنزلي ١٤٣٣-١٤٣٤هـ.
- عضو لجنة تحكيم مسابقة الأولمبياد الثقافي للطالبات – جامعة الملك خالد - ١٤٣٦-١٤٣٧هـ.
- عضو لجنة تحكيم مسابقة الأولمبياد الثقافي للطالبات – جامعة الملك خالد - ١٤٣٧-١٤٣٨هـ.

#### رابعاً: الاشتراك في الجمعيات العلمية والمؤسسات المجتمعية:

- عضو الجمعية المصرية للتوعية من أجل الصحة والتنمية – ٢٠١٦م.
- عضو الفريق التطوعي - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها – ٢٠١٦م.
- عضو الفريق التطوعي - الهلال الأحمر النسائي – منطقة عسير – ٢٠١٦م.
- عضو جمعية حفظ النعمة بعسير (شكر) - منطقة عسير – ٢٠١٦م.
- عضو المجلس الاستشاري لجمعية آباء للأيتام – ٢٠١٦م.
- عضو " برنامج ساعي " لتأهيل أمهات الأيتام – مركز القيم للاستشارات - جمعية آباء للأيتام – عام ١٤٣٧هـ ، ١٤٣٨هـ.

- عضو المجلس الاستشاري بمركز وفاء لرعاية الأيتام بأبها – جمعية آباء للأيتام – ٢٠١٥م.
- عضو الجمعية المصرية للتغذية من عام ٢٠٠٤-٢٠١٧م.
- عضو الجمعية المصرية لمرضى الكلى من عام ٢٠٠٤-٢٠١٧م.
- عضو الجمعية المصرية للتغذية الطبية عام ٢٠١١م.
- عضو جمعية حماية المستهلك – المهندسين عام ٢٠٠٠م.

#### خامسا: الأبحاث العلمية المنشورة:

- Synergistic Chemo-preventive effect of lactoferrin and resveratrol on CCl4-induced hepatocellular carcinoma in hamsters, 2013.
- Effect of Green and Degree of Roasted Arabic Coffee on Hyperlipidemia and Antioxidant Status in Diabetic Rats, Advance Journal of Food Science and Technology 5(5): 619-626, 2013
- Chemical, Nutritional and Biochemical Studies of Garden Cress Protein Isolate, Nature and Science 2013;11(2)
- Study the Physico-Chemical Properties and Antihyperlipidemic Activities of Garden Cress Seed Oil, Journal of American Science 2014; 10(12).

#### سادسا: خدمة المجتمع:

- إعداد وتنفيذ برنامج تثقيف غذائي بعنوان " التغذية أثناء فترة المراهقة" لطالبات المرحلة الثانوية بمجمع مدارس السد بأبها.
- إعداد وتنفيذ برنامج تثقيف غذائي بعنوان " العادات الغذائية السليمة والخاطئة" لطالبات المرحلة الابتدائية بمدرسة الثلاثون الابتدائية بالمنسك.
- إعداد وتنفيذ برنامج تثقيفي وترفيهي للأيتام بعنوان " بسمة يتيم " في جمعية رعاية الأيتام (آباء).
- إعداد ورشة عمل بعنوان " طرق انقاص الوزن"- كلية الآداب والتربية للبنات بأبها – جامعة الملك خالد- ٢٠١٥م.

- إعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان "كيف تختارين تخصصك الجامعي" - مركز وفاء للفتيات التابع لجمعية آباء لرعاية الأيتام - ٢٠١٥م.
- اعداد وتنسيق " الملتقى الأول للتغذية العلاجية " - بـ الغرفة التجارية الصناعية بأبها - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد - ٢٠١٥م.
- إعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " التغذية الصحية في رمضان " - مركز وفاء للفتيات التابع لجمعية آباء لرعاية الأيتام - ٢٠١٥م.
- اعداد وتنسيق " الملتقى الأول للطفل " تحت شعار " تغذية جيل الغد " - بـ الغرفة التجارية الصناعية بأبها - كلية الادارة والاقتصاد المنزلي - جامعة الملك خالد - ٢٠١٥م.
- إعداد وتقديم محاضرة بعنوان " التغذية السليمة " - مدرسة طلاب مع المستقبل العالمية - خميس مشيط - ٢٠١٥م.
- إعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان "الغذاء الصحي" - مركز وفاء للفتيات التابع لجمعية آباء لرعاية الأيتام - ٢٠١٥م.
- اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " العادات الصحية " - برنامج ساعي لتأهيل أمهات الأيتام - جمعية آباء لرعاية الأيتام - ٢٠١٦م.
- اعداد وتقديم ورشة عمل بعنوان " الطفولة المبكرة " - برنامج ساعي لتأهيل أمهات الأيتام - جمعية آباء لرعاية الأيتام - ٢٠١٦م.
- إعداد ورشة عمل بعنوان " فن ترتيب واتيكييت مائدة الطعام" - كلية الآداب والتربية للبنات بأبها - جامعة الملك خالد- ٢٠١٦م.
- تنسيق وتنفيذ معرض الحامل والمرضع تحت شعار " صحة طفلي في غذائي " - بعسير مول - ٢٠١٦م.
- تنسيق وتنفيذ يوم اليتيم تحت شعار " نحن معكم دوما لا يوما " - بعسير مول - ٢٠١٦م.
- اعداد وتقديم دورة "الوقاية خير من العلاج" - لجنة التنمية الاجتماعية بالمنسك - ١٤٣٧هـ.
- تنسيق وتنفيذ معرض وجبات المناسبات تحت شعار "وجباتي في مناسباتي" - بكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد - ٢٠١٦م.

- اعداد وتقديم برنامج "رشاقتي سر أناقتي" - خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها - ٢٠١٦م.
- اعداد ركن "التغذية العلاجية" ، وركن "الوزن المثالي" - الهلال الأحمر النسائي - خيمة أبها الدعوية السياحية الثامنة - المكتب التعاوني والدعوة والارشاد بأبها - ٢٠١٦م.
- اعداد وتقديم محاضرة بعنوان " السمنة وأضرارها " - دار البيان النسائية أبها - جامع الراجحي- ٢٠١٦م.
- اعداد وتقديم محاضرة توعوية بعنوان " التغذية العلاجية " - نادي الحي بابتدائية ومتوسطة المنح بأبها - وزارة التعليم - ٢٠١٦م.
- تنسيق وتنفيذ معرض اليوم العالمي للغذاء تحت شعار "صحتي في غذائي" - بكلية الإدارة والاقتصاد المنزلي أبها - جامعة الملك خالد - ١٤٣٨هـ.
- اعداد وتقديم برنامج "الغذاء الصحي للأطفال في المرحلة الابتدائية" - لجنة التنمية الاجتماعية بالمنسك - ١٤٣٨هـ.
- إعداد ورشة عمل بعنوان " وزنك المثالي ورشاقتك" - كلية العلوم للبنات بأبها - جامعة الملك خالد- ١٤٣٨هـ.