

مركز بحوث

الدراسات العلمية و الطبية

RESEARCH CENTER

FOR FEMALE SCIENTIFIC AND MEDICAL COLLEGES

عمادة البحث العلمي

جامعة الملك سعود



كيف تسوقين نفسك؟

How to promote yourself?

Hana Al-Sobayel

BSc. PT., MSc., PhD., COMT, CMP

Associate Professor, Consultant

Physical Therapy

King Saud University





نبذة كودو

منذ أكثر من ٢٠ عاماً، بدأت قصة نجاح ملهمة عندما قرر مجموعة من الشباب السعوديين على بدء مشروعهم الخاص، كانت الفكرة في إنشاء مطعم لتسديد احتياجات بقائمة طعام جديدة ومختلفة عما عهده الناس في السعودية ومن خلال ميزة تنافسية في كيفية تقديم الملتح ومكوناته وذلك عندما اعتمدوا على المكونات الطازجة التي تحضر محلياً باعتبارها ركيزة مهمة من ركائز المشروع ليرى اليوم ثم كانت فكرة إعداد كل وجبة أمام أعين الزوار بلا حائل لتكون هذه العوامل هي العلامات الرئيسية المميزة لنجاح كودو. وقد استطاع مؤسسو كودو على خلق تجربة جديدة وفريدة في الاستمتاع بالوجبات في المملكة العربية السعودية، بإمكاننا أن نقول، وبكل فخر، أننا استطعنا أن نخلق مفهومنا خاصاً للنجاح تحول اليوم إلى ظاهرة اسمها كودو حيث تعتبر اليوم من أهم العلامات التجارية في المملكة العربية السعودية.

اليوم، ومن خلال أكثر من ٢٠٠ فرعاً في جميع أنحاء المملكة العربية السعودية، نفخر بكوننا من أوائل صناع التحول الحديث والمتميز في مجال الأغذية في المملكة العربية السعودية.

نقدم في كودو دورات تدريبية لموظفينا تضمن لهم تقديم أفضل خدمة لعملائنا وبجودة عالية، كما نحرص على ترسيخ قيمنا من قبل موظفينا باختلاف مستوياتهم الوظيفية.

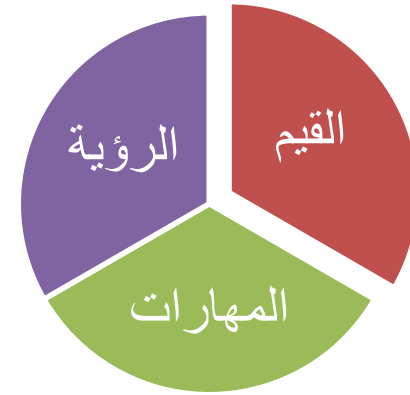
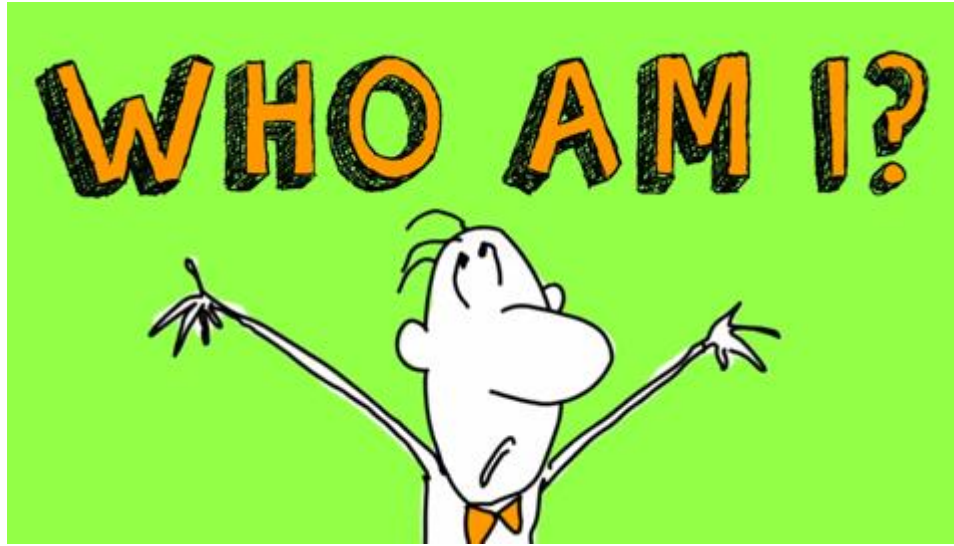
نقد استطعنا تحقيق أعلى مقاييس الجودة والكفاءة وذلك من خلال تطبيق برامج تدريبية مختلفة للموظفين والأنظمة الإدارية على أعلى مستوى لمعرفة احتياجات العملاء وتقديم رضا المستهلك دوماً. وقد تمكننا من الحصول على شهادة الأيزو، وذلك بكوننا نتمتع بسمعة تجارية مندمجة في خدمة المجتمع -٢٠٢٠-٥٠٠٠ وشهادة جودة الغذاء (HACCP SQF ٢٠٠٠) وهما من الشهادات العالمية المعروفة والمعتمدة في تقديم المنتجات التجارية.



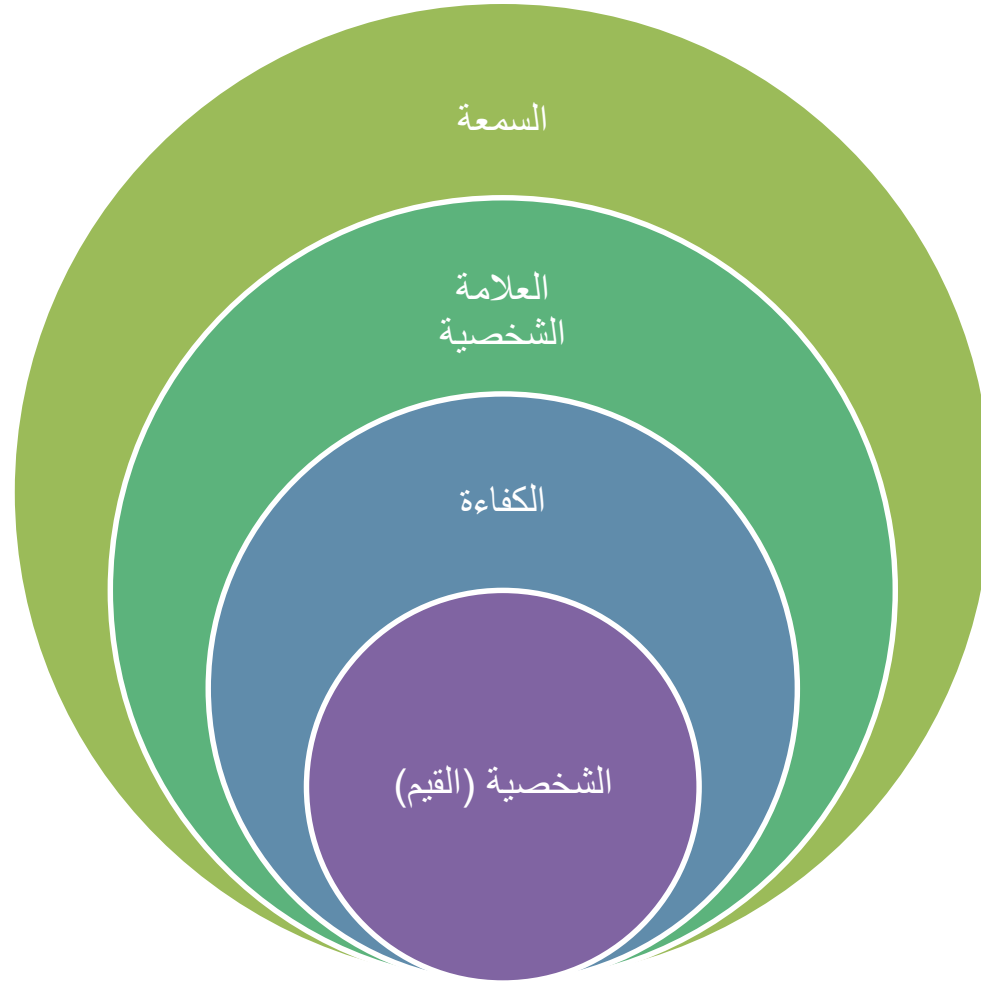




الخطوات









النشاط

عرفني نفسك بسبعة كلمات فقط



بناء شبكة علاقات



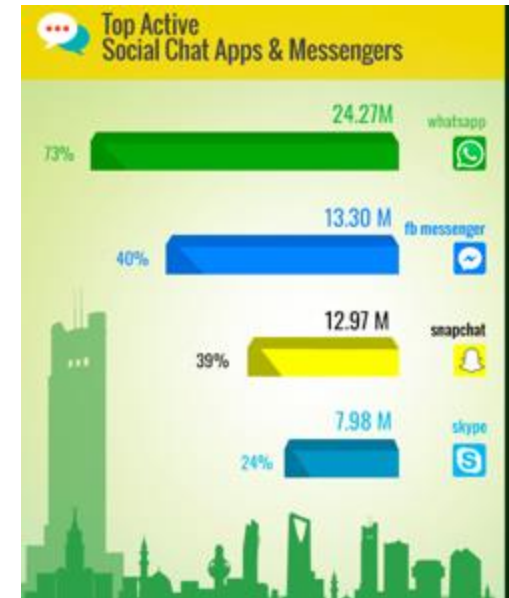
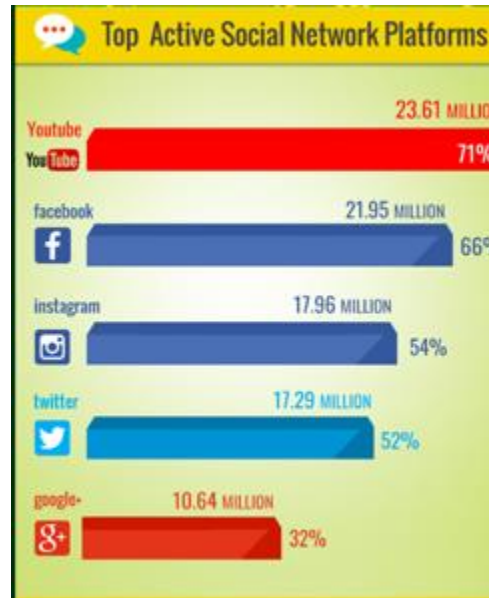
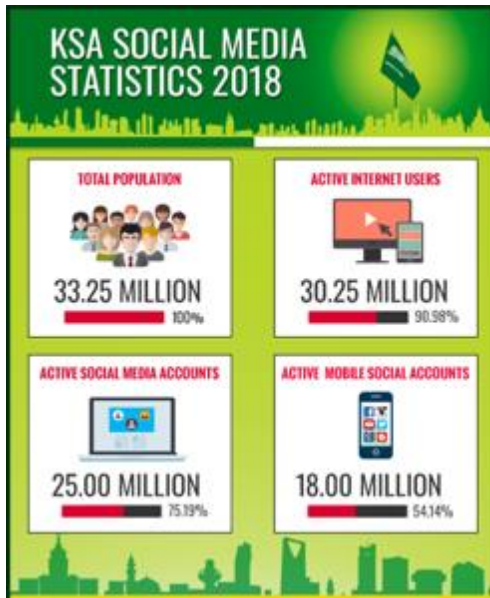


نشاط

حددي وسائل بناء شبكة العلاقات



حسابات التواصل الاجتماعي



Source: <https://www.globalmediainsight.com/blog/saudi-arabia-social-media-statistics/>



Hana Alsobayel

@hanasobayel

Physiotherapy consultant & academician
معالج استشارية striving to make a difference
طبيعية وكأاديمية لتجديد لصنع الفرق

Tweets **Tweets & replies** **Media**

9,594 Tweets 1,053 Following 4,585 Followers 2,209 Likes 5 Lists 0 Moments

[Edit profile](#)

Your Tweet activity

Your Tweets earned 20,211 impressions over the last 28 days

[View your top Tweets](#)

Wu Retweeted

@sahianews · Oct 2
الجماع مجلس إدارة الجمعية الخيرية الصحلية في عزالذي لطار الجودة المتوفرة من أعضاء مجلس إدارة الجمعية الخيرية الصحلية بعيزة المتابعة لتطورات العمل بالجمعية على الجماع أعضاء مجلس الإدارة يوم الإثنين 21/1/1440هـ برئاسة معاذة الأملا إبراهيم بن محمد السليل نائب رئيس مجلس الإدارة



ResearchGate profile for Hana Alsobayel. Title: Associate Professor of Physical Therapy. Skills and expertise: Rehabilitation, Physical Activity Assessment.

LinkedIn profile for Hana Al-Sobayel. Title: Associate Professor at King Saud University, Saudi Arabia. 500+ connections.

ResearchGate profile for Hana Al-Sobayel. Title: Associate Professor of Physical Therapy. Verified email at ksu.edu.sa.

TITLE	CITED BY	YEAR	Citations	h-index	i10-index
Physical activity, sedentary behaviors and dietary habits among Saudi adolescents relative to age, gender and region	255	2011	670	14	17
Lifestyle factors associated with overweight and obesity among Saudi adolescents	124	2012			
Arab Teens Lifestyle Study (ATLS): objectives, design, methodology and implications	69	2011			
Physical activity and health beliefs among Saudi women	49	2012			



نشاط

اكتبي سيرة مختصرة (٢٠٠ كلمة)





الغراب والحجَلَة



رَأَى غُرَابٌ حَجَلَةً
طَابَتْ لَهُ مَشِيَّتُهَا
وَوَدَّ أَنْ يَمْشِيَ كَمَا
حَاوَلَ لَكِنْ لَمْ يَنْلُ
وَعَادَ يَمْشِي مِثْلَمَا
وَنَسِيَ الْمَشْيَ الَّذِي
وَبَاتَ بَيْنَ الطَّيْرِ مِمَّا
الطَّبَعُ لَا يُغْلَبُ

تَذْرُجُ لَا مُسْتَعْجَلَةٌ
لَمَّا رَأَاهَا مُقْبِلَةً
تَمْشِي مُعِدًّا أَرْجَلَهُ
مِنْ مَشْيِهِ مَا أَمَلَهُ
اعْتَادَ فَكَانَتْ مُشْكِلَةً
اعْتَادَ فَغَضَّ أَنْمَلَهُ
حَلَّ فِيهِ مَهْزَلَةٌ
وَالتَّقْلِيدُ فِي النَّاسِ بَلَةٌ





شكرا لـ حضوركم

hsobayel@ksu.edu.sa
h.alsobayel@gmail.com
@hanasobayel