

پیام تبریک رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل به

مناسبت روز دانشجو

دکتر کریم نصیریان رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل، طی پیامی فرارسیدن روز دانشجو را به دانشجویان، استادان و خانواده بزرگ دانشگاه تبریک گفت.

بسم‌الله الرحمن الرحیم

دانشجویان عزیز، استادان محترم و خانواده بزرگ دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل

سلام علیکم؛ در آستانه روز دانشجو فرصتی فراهم آمده است تا از مقام والای دانشجویان که نماد تلاش، امید و پویایی در مسیر علم و دانش هستند، قدردانی نماییم. روز دانشجو نه تنها یادآور مبارزات تاریخی، ایستادگی و فداکاری است، بلکه نمادی از امید،

خواب و یادگیری؟

تقریباً همه ما اهمیت خواب را می‌دانیم، اما آیا واقعاً درک می‌کنیم که خواب کافی چقدر می‌تواند بر عملکرد تحصیلی و یادگیری ما تاثیر بگذارد؟ کم‌خوابی نه تنها باعث خستگی و بی‌حوصلگی می‌شود، بلکه به طور مستقیم بر حافظه، تمرکز و توانایی حل مسئله تاثیر منفی می‌گذارد. در این نوشتار قصد داریم به بررسی نکات روانشناسی تاثیر خواب در مطالعه بپردازیم و راهکارهایی برای بهبود کیفیت خواب و در نتیجه، بهبود عملکرد تحصیلی ارائه دهیم .

خواب و تثبیت حافظه: یکی از مهم‌ترین نقش‌های خواب، تثبیت حافظه است. در طول روز، مغز ما حجم عظیمی از اطلاعات را دریافت می‌کند. اما همه این اطلاعات به حافظه بلندمدت منتقل نمی‌شوند. فرایند تثبیت حافظه، که در طول خواب رخ می‌دهد، به مغز کمک می‌کند تا اطلاعات مهم را از اطلاعات غیرضروری جدا کرده و آن‌ها را به طور دائم ذخیره کند. به عبارت دیگر، خواب به مغز فرصت می‌دهد تا اطلاعاتی که در طول مطالعه کسب شده

است سازماندهی، پردازش و در حافظه بلندمدت ذخیره شود. کمبود خواب این فرایند را مختل می‌کند و باعث می‌شود که اطلاعات به خوبی در حافظه تثبیت نشوند. در نتیجه، فرد ممکن است مطالب را به سختی به خاطر آورده و در امتحان با مشکل مواجه شود.

خواب و تمرکز: تاثیر خواب بر تمرکز و توجه خواب کافی برای حفظ تمرکز و توجه ضروری است. کم‌خوابی باعث می‌شود که مغز به سختی بتواند روی یک موضوع خاص تمرکز کند. فرد ممکن است در هنگام مطالعه احساس سرگردانی کرده و به راحتی حواسش پرت می‌شود. این امر می‌تواند مطالعه را بسیار دشوار و ناکارآمد کند. علاوه بر این، کم‌خوابی می‌تواند باعث افزایش تحریک‌پذیری و کاهش تحمل شود. در نتیجه، فرد ممکن است به راحتی عصبی شده و نتواند به خوبی با استرس و فشارهای تحصیلی کنار بیاید.

خواب و توانایی حل مسئله: خواب کافی برای توانایی حل مسئله و تفکر خلاقانه نیز ضروری است. وقتی که انسان یخوبی استراحت می کند، مغز او می‌تواند به طور موثرتری اطلاعات را پردازش کند و به راه‌حل‌های جدید و نوآورانه دست یابد. کم‌خوابی این توانایی را مختل می‌کند و باعث می‌شود در حل مسائل پیچیده و یافتن پاسخ‌های مناسب با مشکل مواجه شود.

با توجه به موارد فوق و با توجه به وجود رابطه تعیین کننده بین خواب مناسب و مطالعه موارد زیر به دانشجویان عزیز توصیه می‌شود:

خواب در زمان مشخص: سعی کنید هر روز در ساعت مشخصی به رختخواب بروید و در ساعت مشخصی از خواب بیدار شوید، حتی در روزهای تعطیل. این کار به تنظیم ساعت بیولوژیکی بدن شما کمک می‌کند و باعث می‌شود که خواب بهتری داشته باشید.

ایجاد یک محیط خواب آرام: اتاق خواب خود را تاریک، ساکت و خنک نگه دارید. از پرده‌های

انگیزه و تعهد نسل جوان به تحصیل و پیشرفت است. دانشجویان عزیز، شما سرمایه‌های اصلی این دانشگاه و کشور هستید.

تلاش‌های شما در راه کسب علم، مهارت و ایجاد تغییرات مثبت در جامعه، گامی بلند در مسیر توسعه کشور محسوب می‌شود. دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل نیز همواره به عنوان خانه‌ای برای اندیشه و تعالی علمی، در کنار شماست و مفتخر است که می‌تواند بستری فراهم آورد تا استعدادها و توانمندی‌های شما شکوفا شود. اینجانب روز دانشجو را به تمامی شما عزیزان تبریک عرض نموده و آرزوی موفقیت و سربلندی برایتان دارم. امیدوارم که همواره در مسیر روشن و پربار دانش و آگاهی، موفق و پیروز باشید.

با احترام

دکتر کریم نصیریان

رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل

ضخیم برای جلوگیری از ورود نور استفاده کنید و از گوش‌گیر برای کاهش صداهای مزاحم استفاده کنید.

اجتناب از مصرف کافئین و الکل قبل از خواب: کافئین و الکل می‌توانند باعث اختلال در خواب شوند. علاوه بر این نوشیدن نوشابه‌های گازدار، نوشابه‌های سوپر مارکتی متنوع، چای پررنگ، قهوه در ساعات پایانی شب می‌تواند خواب شما را مختل کرده و در روز بعد نمی‌توانید با آرامش و حوصله کافی در کلاس درس حاضر شده یا مطالعه موثر و کارآمد داشته باشید.

ورزش منظم: ورزش منظم می‌تواند به بهبود کیفیت خواب کمک کند. اما از ورزش کردن نزدیک به زمان خواب خودداری کنید. توصیه می‌شود که دانشجویان عزیز اگر ورزش غیرحرفه ای دارند در هر روز یا حداقل هر هفته سه بار پیاده روی منظم داشته و از طریق ورزش نسبت به سالم سازی جسم و روان خود اقدام نمایند. معمولاً درس خواندن و مطالعه تکلیف راحت و آسانی نیست و نیاز به سلامت دارد. شما از طریق ورزش می‌توانید در نیل به خواب بهتر و آرامش بیشتر برای مطالعه موثر و کارآمد آمادگی داشته باشید.

استفاده از تکنیک‌های آرامش‌بخش: قبل از خواب، از تکنیک‌های تن آرامی و آرامش‌بخش مانند مدیتیشن، یوگا یا تنفس عمیق استفاده کنید. این کار به کاهش تنش، استرس و اضطراب کمک می‌کند و باعث می‌شود که راحت‌تر به خواب بروید.

مطالعه در زمان مناسب: سعی کنید در ساعاتی از روز مطالعه کنید که بیشترین تمرکز و انرژی را دارید. مطالعه در ساعات پایانی شب، زمانی که خسته هستید، می‌تواند ناکارآمد باشد و باعث اختلال در خواب شود. کارایی ساعات عصر و ساعات بین ۱۶ الی ۲۰ را ساده در نظر بگیرید.

نخوابیدن در طول روز: خواب در ساعات روز با توجه به اینکه احتمال دارد ساعات زبستی فرد را به هم رده و از عمق و کیفیت یخواب شبانه بکاهد توصیه نمی شود ولی اگر احساس می کنید که خوابیدن در طول روز به شما کمک می کند تا بهتر مطالعه کنید، سعی کنید یک چرت کوتاه (۲۰-۳۰ دقیقه) در اوایل بعدازظهر وقتی که دمای بدن بالاست (از ساعت ۱۴ الی ۱۵ بعدازظهر) داشته باشید. از خوابیدن بیش از حد در طول روز و یا چرت زدن در ساعات نزدیک به شب خودداری کنید.

نتیجه ای که از این نوشتار مختصر می توان گرفت این است که خواب کافی نقش حیاتی در بهبود عملکرد تحصیلی و یادگیری دارد. با رعایت نکات ذکر شده، می‌توانید کیفیت خواب خود را بهبود بخشید و از مزایای آن در مطالعه و یادگیری بهره‌مند شوید. به یاد داشته باشید که خواب فقط استراحت نیست، بلکه یک سرمایه‌گذاری ارزشمند در موفقیت تحصیلی شماست. با اولویت دادن به خواب، می‌توانید تمرکز، حافظه و توانایی حل مسئله خود را بهبود بخشید و در نتیجه، در تحصیلات خود موفق‌تر باشید./

سخن سردبیر

۱۶ آذر ماه در تاریخ انقلاب اسلامی ایران به عنوان روز مبارزه با استکبار جهانی و روز بیداری دانشجو در جهت صیانت از ایران اسلامی به‌عنوان روز دانشجو نام‌گذاری شده است. در ۱۶ آذر ۱۳۳۲ چند ماه پس از واقعه کودتای ۲۸ مرداد زمزمه هایی مبنی بر ارتباط با انگلستان و تقویت رابطه با امریکا بر سر زبانها افتاده بود. همین مساله باعث اعتراضات جدی و دلاورانه ای در دانشگاه‌های کشور شد و در جریان یکی از این اعتراضات باشکوه سه دانشجوی دانشگاه تهران به نام‌های مصطفی بزرگنیا، احمد قندچی، و آذر شریعت‌رضوی به شهادت رسیدند. رویداد حاضر که در دانشگاه فنی تهران اتفاق افتاد مصادف با زمانی بود که فضای سیاست کشور همراه با شور انقلابی گری و اعتراضات بود و همزمان فضای اختناق و سرکوب آزادی هم وجود داشت. بعد از ۲۸ مرداد ماه دولت پهلوی در تلاش بود تا روابط خود با بریتانیا را محکم کرده و از سرگیری روابط دیپلماتیک را بخواهان بود. همین مساله باعث ناراضیاتی قشر وسیعی از مردم، طلاب و روحانیون و بویژه دانشجویان بیدار دانشگاه‌های کشور قرار گرفت. دانشجویان از این اقدام خشمگین بودند و در گوشه و کنار دانشگاه‌های کشور این اعتراضات به گونه‌ای به گوش می‌رسید. تا اینکه در ۱۶ آذر ماه وقتی که معاون رئیس‌جمهور وقت امریکا، ریچارد نیکسون به ایران آمد، دانشجویان در اعتراض به سیاست‌های دولت و دخالت‌های خارجی، تجمع اعتراضی برگزار کردند. این اعتراضات که با شور شوق خاصی برپا بود با ورود نیروهای سرکوب دولتی به خشونت کشیده شد و در جریان این حمله به دانشگاه، سه دانشجو به شهادت رسیدند. از آن زمان ۱۶ آذر به عنوان نمادی از مقاومت در برابر استبداد و استعمار قرار گرفت و بعد از انقلاب به عنوان روز دانشجو، یادآور خاطرات آن زمان می‌باشد. ضمن تبریک این روز به دانشجویان عزیز، امیدواریم در دفاع از آرمان‌های انقلاب اسلامی و ایران عزیز، با روحیه ایثارگری و انقلابی در حفظ این رویه و مسلک وطن دوستی و آرمان خواهی بیش از پیش موفق باشید. از دانشجویان عزیز درخواست داریم که در طول دوران تحصیل با شرکت در فعالیت‌های اجتماعی، برنامه‌های ورزشی و تفریحی، شرکت در گروه‌های سلامت محور دانشگاه، بسیج دانشجویی و هم چنین با بهره‌گیری از اساتید مشاوره و یادگیری اصول علمی مطالعه موثر و کارآمد بر رونق تحصیل و شکوفایی شخصی و اجتماعی اقدام کرده، در ارتقای ارزش‌های تحقیق، پژوهش و آرمان های دینی و اسلامی گوشا باشند. هم چنین دانشجویان محترم خوابگاهی حضور در خوابگاه را به عنوان فرصتی برای توسعه اندیشه‌های شخصی و تحصیلی دانسته و با ارتباط با دانشجویان سایر شهرهای کشور از زندگی خوابگاهی خود به عنوان فرصتی برای یادگیری مفاهیم، فنون، مهارت‌های فنی و مهندسی و استفاده نمایند.
پرهیزی ، سعادت و کامیابی هم‌رئان.

ایام عزت مستندام





ماهنامه علمی، روان‌شناسی، فرهنگی و اجتماعی؛ نشریه داخلی مرکز مشاوره و سلامت دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل، سال سوم، شماره ۲۱، آذر ماه ۱۴۰۴ – چهار صفحه

شعار هفته پژوهش و فناوری سال ۱۴۰۴:

سرمایه گذاری در تولید با پشتوانه پژوهش و فناوری

۱۶ آذر آرمان ماندگار دانشجوی ایرانی



مراسم گرامیداشت ۱۶ آذر با حضور دکتر علی نیکزاد نایب رئیس مجلس شورای اسلامی

به گزارش روابط عمومی واحد استانی اردبیل؛ مراسم گرامیداشت روز دانشجو، دوشنبه ۱۷ آذرماه ۱۴۰۴، با حضور دکتر علی نیکزاد، نایب رئیس مجلس شورای اسلامی، مسئولین استانی، اساتید و دانشجویان آموزشکده‌های پسران و دختران اردبیل برگزار شد. دکتر نیکزاد در ابتدا ضمن تبریک ولادت حضرت زهرا (س) و روز مادر، به نقش برجسته زنان در گسترش دین اسلام اشاره کرد. وی سپس با تبریک روز دانشجو، به واقعه ۱۶ آذر سال ۱۳۳۲ و مقاومت دانشجویانی همچون شهیدان شریعت رضوی، قندچی و بزرگنیا در برابر سلطه‌ی خارجی اشاره کرد و گفت: این روز تبدیل به نهضتی شد که بعدها با عنوان روز دانشجو در تاریخ ماندگار شد و آمریکا را در دنیا رسوا ساخت؛ از همین رو مسئولان باید در برابر نقد و مطالبه‌گری دانشگاهیان، پاسخگو و فروتن باشند.

نایب رئیس مجلس شورای اسلامی تأکید کرد: ۱۶ آذر فرصتی برای گرامی‌داشت مقام و منزلت دانشجویان و سند تعهد و آزادی‌خواهی آنان است. این روز برای دانشجویان الگویی از عشق و فهم عمیق و شور و شعور و ذلت‌ناپذیری و ایستادگی در مقابل ظلم و استکبار است.

دکتر نیکزاد دانشگاه را مبدأ همه تحولات و مسیر نجات کشور خواند و اضافه کرد: دانشجو و دانشگاه باید پرسشگر، هوشمند و سازنده جامعه باشند و سوای اقدام‌های دستگاه‌های مسئول، برای برطرف کردن مسائل سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی تلاش کنند. وی با بیان اینکه کشور مدیون دانشجویان است، افزود: هر دانشگاه باید یک مشکل از مشکلات کشور از جمله ناترازی‌های برق، انرژی، آب و اقتصادی را حل کند و آن‌هایی که دارای فن و مهارت هستند؛ باید وارد میدان عمل شده و با ارائه راهکارهای تخصصی، نسبت به رفع این مسائل کمک کنند.

دکتر نیکزاد در پاسخ به درخواست دانشجویان در خصوص تکمیل طرح ملی ساختمان جدید آموزشی و کارگاهی دانشگاه ملی مهارت استان اردبیل، وعده مهمی داد و گفت: اعتبار این دانشگاه امسال ۸۰ میلیارد ریال بود که تنها ۲۰ میلیارد ریال آن اختصاص یافته است و قول می‌دهیم سال آینده اعتبار دانشگاه را سه برابر کنیم و با همه توان بحث احداث خوابگاه دانشجویان را پیگیری کنیم.

دکتر کریم نصیریان، رئیس دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل نیز، ضمن اشاره به اشتغال ۷۴ درصدی فارغ‌التحصیلان این واحد دانشگاهی، بر لزوم بازبینی برای افزایش بودجه دانشگاه توسط دولت و مجلس تأکید کرد. وی افزود: با توجه به ابلاغ « قانون برنامه پنج‌ساله هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران، سهم آموزش‌های مهارتی ۴۰ درصد خواهد بود؛ از همین رو ضرورت دارد زیرساخت‌های تنها دانشگاه دولتی مهارتی استان نیز به تناسب آن توسعه یابد.

در این مراسم، دانشجویان نیز مطالبات و دغدغه‌های خود را در حوزه‌های مختلف از جمله کمبود سرانه دانشجویی، عدم تخصیص اعتبار لازم برای به‌روزرسانی تجهیزات آموزشی، مشکلات مسکن، اشتغال و ازدواج جوانان، و اقدامات دولت و مجلس برای توسعه مهارت‌آموزی مطرح کردند. در پایان این مراسم از دانشجویان برتر علمی، فرهنگی، ورزشی آموزشکده‌های پسران و دختران اردبیل تجلیل به عمل آمد./





مقدمه: پیوندی فراتر از ژنتیک

در بدن مادر و کودک فعال می‌کند.

۲. بازی کردن

بازی، زبان (و دنیای) کودکان است. با اختصاص

و تنبیه؛ (در عین حال بچه‌ها را به پذیرش

واقعیت‌ها بدون احساس شرمندگی و تاسف

دادن زمان مشخص برای بازی، به کودک نشان

می‌دهید که برای او وقت دارید. (بهترین راه

پرورش همدلی با کودکان، مشارکت در

بازی‌های آنهاست).

۳. گفت‌وگوهای صادقانه

از همان نوزادی با فرزندتان صحبت کنید. او

ممکن است مفهوم کلمات را نفهمد، اما لحن

صدای شما آرامش‌بخش است. (انسانها حتی در

دوران جنینی نیز از چنین گفتگوهایی استقبال

نموده و آرامش و لذت را تجربه می‌نمایند).

۴. کتاب خواندن قبل از خواب

یک روتین شبانه شامل کتاب‌خوانی، حس تعلق

و محبت را در کودک افزایش می‌دهد. این

رابطه مادر و فرزند؛ چگونه این پیوند عاطفی را

تقویت کنیم؟

(آموزش فرزند پروری به دانشجویان عزیز)

تلخیص و ویرایش : واحد مشاوره دانشگاه ملی مهارت

امن یا مادر می‌تواند باعث رشد بهتر مغزی،

کاهش اضطراب، و افزایش مهارت‌های شناختی

شود. بر اساس مقاله‌ای از یونیسف، در سال‌های

ابتدایی، هر تعامل ساده با مادر-از نوازش گرفته

تا گفت‌وگوهای ساده-باعث شکل‌گیری

مسیرهای عصبی پایدار در مغز کودک می‌شود.

(اگرچه عموماً بزرگترین اثر خلاقانه در دهه‌های

پایانی عمر انسانها ثبت شده است، اما ریشه‌ی

این خلاقیت به همین دوران باز می‌گردد).

رفتارهایی که رابطه مادر و فرزند را قوی‌تر

می‌کند.

حتی اگر مشغله زیادی داشته باشید، چند رفتار

ساده اما تأثیرگذار می‌تواند رابطه شما با

فرزندتان را عمیق‌تر کند:

۱. تماس فیزیکی

در آغوش گرفتن کودک نه تنها احساس امنیت

می‌دهد، بلکه هورمون عشق (اکسی‌توسین) را

کارسازتر است).

قسمت دوم باورهای نادرست در مورد ازدواج

(ادامه از شماره قبل)

۶- بدون علاقه هم می‌توان ازدواج کرد: این باور درست

است که علاقه عمیق و پایدار با شناخت بیشتر از یکدیگر حاصل

می‌شود و انتظار می‌رود به مرور زمان و با رابطه زناشویی خوب و

رضایت‌بخش ایجاد شود؛ اما دو نفر باید پیش از ازدواج کمی به

یکدیگر علاقمند باشند، یکدیگر را بپسندند و برای هم جذاب

باشند. افرادی که بدون علاقه ازدواج می‌کنند به این امید که پس

از ازدواج علاقه خود به خود به وجود بیاید؛ باید این خطر را به

جان بخرند که ممکن است علاقه‌ای هم شکل نگیرد و شعله‌اش

آفت‌در کم باشد که زندگی زناشویی را گرم نکند.

۷- به هر قیمتی باید ازدواج کرد: یکی از باورهای نادرست

این است که ازدواج بد بهتر از مجرد ماندن است و بنابراین باید

به هر قیمتی ازدواج کرد. این افراد ممکن است به دلیل مشکلاتی

که دارند و نیز ترس از تنها ماندن به ازدواجی پر دردسر تن

بدهند و دچار مشکلات بیشتری شوند. این باورها بهتر است

تصحیح گردد تا کانون خانواده طبق اصول عقلانی شکل بگیرد.

۸- پس از ازدواج همه چیز را تغییر می‌دهم: یکی از

باورهای نادرست این است که فرد تصور می‌کند که پس از ازدواج

محدودیت‌ها را با منطق توضیح داد، نه با تحکم

و تنبیه؛ (در عین حال بچه‌ها را به پذیرش

واقعیت‌ها بدون احساس شرمندگی و تاسف

دادن زمان مشخص برای بازی، به کودک نشان

می‌دهید که برای او وقت دارید. (بهترین راه

پرورش همدلی با کودکان، مشارکت در

بازی‌های آنهاست).

از همان نوزادی با فرزندتان صحبت کنید. او

ممکن است مفهوم کلمات را نفهمد، اما لحن

صدای شما آرامش‌بخش است. (انسانها حتی در

دوران جنینی نیز از چنین گفتگوهایی استقبال

نموده و آرامش و لذت را تجربه می‌نمایند).

کتاب خواندن قبل از خواب

یک روتین شبانه شامل کتاب‌خوانی، حس تعلق

و محبت را در کودک افزایش می‌دهد. این

تعیین محدوده‌ی اخلاقی).

الگوی صادق و با ثباتی برای فرزند

خویش باشید. (با این وجود عمدتاً در

عقبه‌ی کودک باشید اجازه دهید کودک

مسیرش را بیابد و شرایط را طوری

طراحی نمایید که در صورت نیاز از شما

طلب همکاری و کمک نماید اما خود را موظف

به هر همکاری و مداخله ندانید).

یادتان باشد که حتی نوجوانی که با شما بحث

می‌کند، همچنان نیازمند تأیید، عشق و حضور

شماست -فقط شاید آن را به زبان نیاورد (پس

صبور باشید و منبع قابل اتکا -نه مداخله گر هر

موضوع- برای فرزندتان باشید).

نقش مادر در شکل‌گیری عزت‌نفس کودک

(عزت نفس یا خود ارزشمندی با اعتماد به نفس

یعنی اعتماد به توانایی در زمینه‌های خاص

متفاوت است در این قسمت تأکید نویسنده بر

عزت نفس است). عزت‌نفس سالم از خانه آغاز

می‌شود. وقتی مادر کودک را بدون قید و شرط

دوست داشته باشد، به او حق اشتباه بدهد، و

موفقیت‌هایش را حتی اگر کوچک باشد تحسین

کند، پایه‌های عزت‌نفس در ذهن کودک محکم

می‌شود.

https://

www.niniyellow.com/blog/

می‌تواند طرف مقابل را تغییر دهد. این افراد مردم را ساختمانی

کلنگی فرض می‌کنند که می‌توان آن را کوئید و از نو ساخت. این

باور نادرست است زیرا امکان تغییر دیگران دشوار و در مواردی

ترتیب کوچک‌ترها اقدام به ازدواج نمایند. این باور ممکن است

مانع از ازدواج موفقیت آمیز افراد جوان‌تری شود که برای ازدواج

از آمادگی کامل برخوردار هستند و فرصت مناسبی برایشان پیش

آمده است. در این شرایط باید زمینه را برای ازدواج افراد بعد از

خود را آماده کنیم.

۱۱- زندگی خودم است و فقط خودم باید درباره‌اش تصمیم

بگیرم: یکی از باورهای نادرست در افرادی که یک دنده و

انعطاف ناپذیر هستند و برگزیده خاصی در ازدواج اصرار می‌ورزند

این است که زندگی خودم هست و خودم باید برای آن تصمیم

بگیرم. این باور سبب می‌شود که فرد از نظرسنجی و حتی بررسی

و تحلیل بیشتر گزینه‌ها برای ازدواج خودداری کند و با تکیه بر

نظر خود بر ازدواج پافشاری کند که ممکن است چندان هم

مناسب نباشد. ازدواج یکی از مهمترین انتخاب‌های آدمی است و

باید سنجیده و حساب شده انجام شود.

تهیه و تنظیم و گردآوری: سعید اکبرزاده

مشاور آموزش‌شده پسران خلخال



به مناسبت هفته پژوهش

دارند در بین همکاران و اساتید و هم چنین دانشجویان به مسئولیت پذیری، تعهد و آینده‌نگری

امسال هفته پژوهش و برنامه های آن به مانند سالهای گذشته از ۲۲ آذرماه شروع و بمدت یک هفته

در سراسر کشور اجرائی گردید. شمار امسال، سرمایه گذاری در تولید با پشتوانه پژوهش و فناوری، به

ارزشمند بهینه سازی میدان‌های نفتی تحت قیمت‌های نامطمئن از ایشان چاپ شده است. مضافاً

مقالات ایشان با نام الگوریتم های ژنتیکی و نیز

الگوریتم‌های شبکه‌های عصبی می باشد که در سمینارهای

معتبر ملی ارائه شده‌اند.

کارهای پژوهشی انجام شده در دانشگاه در یکسال اخیر که

در حوزه مسئولیت و هدایت ایشان می‌باشند از جمله پروژه

ماکت سازی کل دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل

می باشد که توسط استاد کشفی مقدم عملی شده است.

برگزاری دو دوره مسابقه سازه‌های ماکارونی که با راهنمایی

و نظارت ایشان و اجرای استاد حیدری عملیاتی شده است

که می توانند در ایجاد علاقه و توسعه دانش مربوط به این

حیطه‌های دانش فنی تأثیر فراوانی داشته باشد.

نظارت و هدایت برگزاری مسابقه آچرچینی توسط

استاد قلیزاده: برگزاری سمینار و میزگرد علمی توسط استاد فریدون زاده و شرکت در

نمایشگاه فن بازار اردبیل در نمایشگاه بین المللی، برگزاری کارگاه‌های تخصصی مختلف در

نمایشگاه (کارگاه هوش مصنوعی، کارگاه ریاضیات و خلاقیت، کارگاه HSE، کارگاه

گرافیکی و ...) برگزاری بوت کمپ و دوره‌های کارآفرینی گوشه‌ای از فعالیت‌های مهم استاد

طهماسبی زاده در یک سال اخیر می باشند. برای این همکار گرانقدر و سایر همکاران

عزیز، خدمت به ایران و ایرانی، کامیاری و سعادت آرزومندیم./

دکتر نشریه



برگزاری مراسم معارفه مدیر حراست دانشگاه ملی مهارت واحد استانی اردبیل

آیین معارفه همکار عزیزمان جناب آقای یاسر نریمانی به عنوان مدیر حراست دانشگاه ملی مهارت

واحد استانی اردبیل با حضور آقای یادگاری معاون حفاظت فیزیکی و آقای رحمانی معاون پرسنلی

دفتر مرکزی حراست، دکتر نصیریان رئیس واحد استانی اردبیل و مدیران مراکز تابعه برگزار شد. در

این مراسم دکتر نصیریان ضمن تشکر از زحمات آقای سخاوت حیدری زاده، مسئول قبلی اداره

حراست دانشگاه و آرزوی توفیق برای آقای یاسر نریمانی مدیر جدید حراست، با اشاره به تربیت

نیروی انسانی متخصص، کارآمد و مورد نیاز بخش‌های مختلف جامعه توسط دانشگاه‌ها و وجود

سلاقی مختلف در بین کارکنان و دانشجویان، صیانت از سرمایه‌های مادی و معنوی سازمان، حفظ



کرامت افراد، تعامل با نهادها، ایجاد صمیمیت همراه با صلابت در مواجهه با مسائل را از مهمترین

رسالت‌های مدیر حراست برشمرد و برای رئیس جدید حراست در نیل به اهداف فوق آرزوی توفیق

نمودند. در پایان این مراسم، احکام رئیس جدید اداره حراست واحد استانی اردبیل ابلاغ و با اهدای

لوح سپاس از خدمات دو سال گذشته مسئول پیشین اداره حراست قدردانی به عمل آمد./

تقدیر

بامباهات و آرزوی سربلندی و توفیق خدمت روز افزون، به اطلاع می‌رساند همکار عزیزمان جناب

آقای سید سهراب ابراهیمی پور رئیس اداره امور مالی واحد استانی اردبیل به عنوان عامل

مالی برگزیده سال ۱۴۰۴ دانشگاه ملی مهارت معرفی شدند. در این رابطه ریاست محترم واحد

استانی اردبیل جناب آقای دکتر نصیریان نیز با سپاسگزاری از مجموعه مدیریت مالی، با اهدای لوح

تقدیر از ایشان قدردانی کردند. برای این عزیز و سایر همکاران ارجمند در دانشگاه ملی مهارت

بهترین ها را آرزومندیم. انشا... خدمات این عزیزان در نیل به تعالی و ارتقای بهداشت سازمانی

دانشگاه موثر بوده و در مسیر پیشرفت‌های دانشگاه مایه خیر، برکت و مباهات باشد./

