



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه



شماره تماس و وبسایت مرکز مشاوره



۲۰۲۲ و ۲۰۲۳ میلادی
۱۴۴۴ و ۱۴۴۳ قمری

روان ما همچون جسم ما نیاز
به توجه و مراقبت دارد.

فروردین

March - April 2022
شعبان - رمضان ۱۴۴۳

ش	ا	ب	س	چ	پ
		۱	۲	۳	۴
۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸
۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵
۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱	

۱-۴ فروردین جشن نوروز / جشن سال نو
۱۲ فروردین روز جمهوری اسلامی ایران
۱۳ فروردین روز طبیعت
۱۸ فروردین روز جهانی بهداشت (۷ April)
۲۸ فروردین ولادت امام حسن مجتبی (ع) (۱۵ رمضان)
۲۹ فروردین روز ارتش جمهوری اسلامی ایران
۳۱ فروردین شب قدر (۱۸ رمضان)

در مورد
تعیین هدف‌های
خود قاطعیت داشته
باشید، اما در مورد
روش دستیابی به آنها
انعطاف‌پذیر باشید.

اردیبهشت

April - May 2022
رمضان - شوال ۱۴۴۳

ش	ا	ب	س	چ	پ
				۱	۲
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۱					

۱ اردیبهشت ضربت خوردن حضرت علی (ع) (۱۹ رمضان)
۲ اردیبهشت شب قدر
۳ اردیبهشت شهادت حضرت علی (ع)
۴ اردیبهشت شب قدر (۲۲ رمضان)
۹ اردیبهشت روز ملی روانشناس و مشاور
۱۷ اردیبهشت روز جهانی قدس
۱۳ اردیبهشت عید سعید فطر
۱۴ اردیبهشت روز معلم
۲۵ اردیبهشت روز پاسداشت زنان فارسی و بزرگداشت حکیم ابوالقاسم فردوسی
۲۸ اردیبهشت روز جهانی موزه و میراث فرهنگی (۱۸ May)
۳۱ اردیبهشت روز اهدای عضو، اهدای زندگی

هر تجربه‌ای
را به یک تجربه
آموزنده بدل کنید.
در هر ناامیدی و
شکستی، به دنبال
درسی با ارزش
باشید.

خرداد

May - June 2022
شوال - ذوالقعدة ۱۴۴۳

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۱					

۵ خرداد شهادت امام جعفر صادق (ع) (۲۵ شوال)
۱۰ خرداد روز جهانی بدون دخانیات (۳۱ May)
۱۱ خرداد ولادت حضرت معصومه سلام الله علیها و روز دختران (۱ ذوالقعدة)
۱۴ خرداد رحلت حضرت امام خمینی (ع)
۱۵ خرداد قیام ۱۵ خرداد
۱۵ خرداد روز جهانی محیط زیست (۵ June)
۲۱ خرداد ولادت امام رضا (ع) (۱۱ ذوالقعدة)
۲۲ خرداد روز جهانی مبارزه با کار کودکان (۱۲ June)
۲۴ خرداد روز جهانی اهدای خون (۱۴ June)

مرداد

July - August 2022
ذوالحجه - محرم ۱۴۴۳

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۱					

۲ مرداد روز جهانی خود مراقبتی
۳ مرداد روز خانواده و تکریم بارزینسنگان
۱۶ مرداد تاسوعای حسینی (۹ محرم)
۱۷ مرداد عاشورای حسینی (۱۰ محرم)
۱۹ مرداد شهادت امام زین العابدین (ع) (۱۳ محرم)
۳۰ مرداد روز جهانی مسجد

وقتی
خدا بهت میگه
باشه، چیزی رو
که می‌خواهی بهت
میده ...
وقتی میگه صبر
کن، چیز بهتری
بهت میده ...
وقتی میگه نه،
داره بهترین
را برایت آماده
می‌کنه ...

تیر

June - July 2022
ذوالقعدة - ذوالحجه ۱۴۴۳

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۱					

۵ تیر روز جهانی مبارزه با مواد مخدر (۲۶ June)
۶ تیر شهادت امام محمد تقی جواد (ع) (۳۰ ذوالقعدة)
۱۰ تیر سالروز ازدواج حضرت علی (ع) و حضرت زهرا (ع) و روز ازدواج
۱۶ تیر روز قلم
۱۶ تیر شهادت امام محمد باقر (ع) (۷ ذوالحجه)
۱۹ تیر عید سعید قربان (۱۰ ذوالحجه)
۲۴ تیر ولادت امام علی النقی الهادی (ع) (۱۵ ذوالحجه)
۲۷ تیر عید سعید غدیر خم (۱۸ ذوالحجه)
۲۹ تیر ولادت امام موسی کاظم (ع) (۲۰ ذوالحجه)

گل نیلوفر
در مرداب می‌روید،
تا همه بدانند
در سختی زیبایی
آفریده می‌شود.

شهریور

August - September 2022
محرم - صفر ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۱					

۱ شهریور روز بزرگداشت ابوعلی سینا و روز پزشک
۴ شهریور روز کارمند
۹ شهریور روز جهانی پیشگیری از خودکشی (۱۰ September)
۲۱ شهریور روز سینما
۲۶ شهریور ارغین حسینی (۲۰ صفر)
۲۷ شهریور روز شعر و ادب پارسی و روز بزرگداشت استاد شهریار
۳۰ شهریور روز جهانی صلح (۲۱ September)

آذر

November - December 2022
ربیع الثانی - جمادی الاولی ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۰					

۹ آذر ولادت حضرت زینب (ع) و روز پستار (۵ جمادی الاولی)
۱۰ آذر روز جهانی پیشگیری از ایدز (۱ December)
۱۳ آذر روز جهانی مغفولان (۳ December)
۱۶ آذر روز دانشجو
۲۵ آذر روز پزشک
۳۰ آذر شب یلدا

انسان مانند
رودخانه است،
هر چه عمیق‌تر
باشد آرام‌تر است.

آبان

October - November 2022
ربیع الاول - ربیع الثانی ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۰					

۱۷ آبان ولادت امام حسن عسکری (ع) (۸ ربیع الثانی)
۱۳ آبان روز دانش آموز
۱۴ آبان ولادت حضرت معصومه (ع) (۱۰ ربیع الثانی)
۲۴ آبان روز کتاب، کتابخوانی و کتابدار

برای
انسانهای بزرگ
بن‌بست وجود
ندارد، چون
بر این باورند
که: «یا راهی
خواهم یافت،
یا راهی خواهم
ساخت.»

مهر

September - October 2022
صفر - ربیع الاول ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۰					

۳ مهر رحلت رسول اکرم (ع) شهادت امام حسن مجتبی (ع) (۲۸ صفر)
۵ مهر شهادت امام رضا (ع) (۳۰ صفر)
۹ مهر روز جهانی سالمندان (۱ October)
۱۳ مهر شهادت امام حسن عسکری (ع) (۸ ربیع الاول)
۱۴ مهر روز دامپزشکی
۱۶ مهر روز ملی کودک
۱۷ مهر میلاد رسول اکرم (ع) به روایت اهل سنت (۱۳ ربیع الاول)
۱۸ مهر روز جهانی بهداشت روان
۲۲ مهر میلاد رسول اکرم (ع) و امام جعفر صادق (ع) (۱۷ ربیع الاول)
۲۳ مهر روز جهانی نابینایان (۱۵ October)
۲۶ مهر روز تربیت بدنی و ورزش

در همه حال بر
خدا توکل کن حتی در اوج
دارایی: ... راهرو گر صد
هنر دارد توکل بایدهش (حافظ)

دی

December 2022 - January 2023
جمادی الاولی - جمادی الثانیه ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۰					

۴ دی ولادت حضرت عیسی مسیح (ع) (۲۵ December)
۶ دی شهادت حضرت فاطمه زهرا سلام الله علیها (۳ جمادی الثانیه)
۱۱ دی جشن آغاز سال ۲۰۲۳ میلادی (۱ January)
۱۳ دی شهادت سردار سلیمانی
۲۳ دی ولادت حضرت فاطمه زهرا سلام الله علیها و روز زن (۲۰ جمادی الثانیه)

بهمن

January - February 2023
جمادی الثانیه - رجب ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۰					

۳ بهمن ولادت امام محمد باقر (ع) (۱ رجب)
۱۲ بهمن بازگشت امام خمینی (ع) به ایران و آغاز دهه مبارک فجر
۱۳ بهمن ولادت امام محمد تقی (ع) (۱۰ رجب)
۱۵ بهمن ولادت امام علی (ع) و روز پدر (۱۳ رجب)
۲۲ بهمن پیروزی انقلاب اسلامی
۲۷ بهمن شهادت امام موسی کاظم (ع) (۲۵ رجب)
۲۹ بهمن میثت رسول اکرم (ع) (۲۷ رجب)

هنر
گوش دادن
را فراگیرید،
فرصت‌ها گاهی
به آهستگی در
می‌زنند.

اسفند

February - March 2023
رجب - شعبان ۱۴۴۴

ش	ا	ب	س	چ	پ
					۱
۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹
۳۰					

۵ اسفند ولادت امام حسین (ع) و روز یاسدار (۳ شعبان) و روز مهندس
۶ اسفند ولادت ابوالفضل العباس (ع) و روز چایناز (۴ شعبان)
۷ اسفند ولادت امام زین العابدین (ع) (۵ شعبان)
۱۳ اسفند ولادت علی اکبر (ع) و روز جوان (۱۱ شعبان)
۱۴ اسفند روز احسان و نیکوکاری
۱۵ اسفند درختکاری
۱۷ اسفند ولادت حضرت قائم عجل الله و جشن نیمه شعبان (۱۵ شعبان)
۲۴ اسفند روز جهانی مددکاری
۲۹ اسفند روز ملی صنعت نفت ایران