



ปีที่ 4 ฉบับที่ 8 ประจำวันที่ 1 – 15 กุมภาพันธ์ 2551

แนะนำ ข้าราชการพลเรือนดีเด่น



ชาวสำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ขอแสดงความยินดีกับ คุณชวฤทธิ์ ทองเพชรจันทร์ ที่ได้รับการยกย่องจากคณะกรรมการคัดเลือกข้าราชการพลเรือนดีเด่นประจำปี 2550 ผลการพิจารณาข้าราชการพลเรือนดีเด่น กลุ่มลูกจ้างประจำ ดังนั้นจดหมายข่าวบรรณราชชนกรินทร์ จึงขอแนะนำ ประวัติ และผลงานดังนี้

คุณชวฤทธิ์ ทองเพชรจันทร์ อายุ 49 ปี จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ครุศาสตรบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีการศึกษา จากวิทยาลัยครูสงขลา รับราชการมาแล้ว 25 ปี รับราชการครั้งแรกที่วิทยาลัยครูสงขลา

ในด้านครอบครัว สมรสกับนางกนกวรรณ ทองเพชรจันทร์ มีบุตร 3 คน คือ

1. นางสาววันวิสา ทองเพชรจันทร์ กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวรนารีเฉลิม
2. นางสาวนัชฐา ทองเพชรจันทร์ กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวรนารีเฉลิม
3. เด็กหญิงชุติมา ทองเพชรจันทร์ กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

ปัจจุบันดำรงตำแหน่งหัวหน้างานประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา นอกจากนี้ยังดำรงตำแหน่งนายกสโมสรบุคลากรของพวกเราชาวมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลาอีกด้วย

ผลงานที่ภาคภูมิใจ : ภาคภูมิใจที่สุดคือมีคำสั่งให้ปฏิบัติหน้าที่ถ่ายรูปหรือถ่ายวิดีโอสำหรับการรับเสด็จ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จเยี่ยมโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนในพื้นที่รับผิดชอบของมหาวิทยาลัย ได้แก่ จังหวัดสงขลา สตูล พัทลุง และตรัง ตลอดทุกปี

ความรู้ดีต่อเกียรติคุณที่ได้รับ : มีความยินดี และดีใจมาก

ยินดี ที่ได้รับการคัดเลือกเพราะเป็นการเชิดชูเกียรติในการปฏิบัติหน้าที่ราชการ 25 ปีที่ผ่านมาทำให้มีแรงและพลังใจที่จะปฏิบัติงานในหน้าที่ต่อไปให้ดีที่สุด

ดีใจ เพราะเป็นเกียรติสูงสุดของตระกูล ดีใจที่เห็นรอยยิ้มของพ่อแม่เมื่อนำข่าวไปบอกท่าน ก็ต้องขอขอบพระคุณผู้บังคับบัญชาทุกระดับตลอดจนคณะกรรมการคัดเลือกทุกท่านที่ทำให้มีวันนี้

คติประจำใจ : เป็นคำสอนของพ่อ “ทำทีละนิดดีกว่าไม่ทำสักนิด” (เข้าใจว่า...ทำเรื่อยๆไม่ช้างานคงเสร็จ)



ข่าวประชาสัมพันธ์

กำหนดคืนหนังสือทุกเล่มประจำภาคเรียนที่ 2/2550

📖 อาจารย์ วันศุกร์ที่ 14 มีนาคม 2551

📖 นักศึกษาภาคปกติ วันศุกร์ที่ 29 กุมภาพันธ์ 2551

📖 นักศึกษาภาค กศ.บป, กศ.ปช, ป.โท วันอาทิตย์ที่ 16 มีนาคม 2551

แนะนำทรัพยากรสารสนเทศ



พระมหาสมปอง ดาลปุคโต.(2550).**กรรมะ Delivery เล่ม ๑** กรุงเทพฯ: Phisit Thaioffset Co.,Ltd.Part.

กรรมะ Delivery เป็นหนังสือรวบรวมคำสอนและวิถีการใช้ชีวิต สอดแทรกอารมณ์ขันเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ของวัยรุ่น เช่น การเรียนหนังสือ การคบเพื่อน การยกพวกตีกัน โดยถ่ายทอดความรู้ด้วยกรรมะชั้นพื้นฐาน ใช้ภาษาเข้าใจง่าย สามารถเป็นแนวทางแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตยุคปัจจุบัน

บทความรู้

ชาดอกไม้เงินช่วยหลับสบาย

เมื่ออายุมากขึ้น เรามักจะมีปัญหาเรื่องการนอนตามไปด้วย บ้างก็นอนไม่ค่อยหลับ บ้างก็ตื่นขึ้นมากลางดึกแล้วลืมตา โปรงอยู่อย่างนั้น หรือไม่ก็ตื่นเช้าเกินไปแล้วนอนหลับต่อไม่ได้ ดอกไม้เงินแห้ง คนจีนเรียกว่า “กิมจ่าเช่า” อุดมไปด้วยแคลเซียมและวิตามินต่างๆ เกสรของดอกไม้เงินมีสรรพคุณในการช่วยบำรุงประสาททำให้ระบบประสาททำงานเป็นปกติ ซึ่งช่วยให้ง่วงและหลับสบาย นอกจากนี้ยังช่วยเพิ่มการคัดหลั่งของฮอร์โมนเมลาโทนิน (melatonin) ซึ่งช่วยเพิ่มภูมิชีวิตให้ร่างกาย การดื่มน้ำทำได้ง่าย ๆ เพียงใช้ดอกไม้เงินแห้ง 15 กรัมต้มในน้ำ 1 ถ้วย เติมน้ำตาลกรวดนิดหน่อย ดื่มเป็นชาตอนหัวค่ำก่อนเข้านอน ช่วยให้หลับสบายขึ้นและตื่นขึ้นมารับเช้าวันใหม่ด้วยอารมณ์ที่สดชื่นแจ่มใส

จิพชาสบายๆ ก่อนนอนเป็นการผ่อนคลาย เบ๊บเดียวก็หลับปุ๋ย

ที่มา : ชิวจิต ปีที่ 10 ฉบับที่ 224 1 กุมภาพันธ์ 2551 หน้า 16

คลายเครียด

ผู้ชายก็เหมือนกัน

- == กระเบื้องปูพื้น...ถ้าวางถูกที่ตั้งแต่แรกคุณก็จะสามารถเหยียบเขาได้ตลอดไป
- == หมวกกันน็อก...ใช้งานได้ดีในช่วงฉุกเฉิน แต่เวลาปกติทั่วไปจะดูโง่งง
- == บัญชีธนาคาร...ถ้ามีเงินฝากไม่มากก็ไม่น่าสนใจ
- == พันธบัตรรัฐบาล...ใช้เวลาานกว่าจะเอาออกมาใช้งานได้
- == กล้วย...ยิ่งแก่ยิ่งเหี่ยว !!!

ที่มา : แพรว ปีที่ 29 ฉบับที่ 682 มกราคม 2551

<http://arc.skru.ac.th>

ที่ปรึกษา ผศ.สุรัช ฉายศิริพันธ์, ผศ.สมบุญ คงกับพันธ์, อาจารย์สุกานดา จันทวิ, อาจารย์ทวีรัตน์ นวลช่วย กองบรรณาธิการ นางจาริก คงขวัญ, นางสาวกาลีทอง รัตนจันทร์, นางสาวอุไรวรรณ รัตนพงศ์, นางสาวนภัส ไซยถาวร, นางบุญจิรา เผ่าชู, นางสาวนันทน์กัศ สินจรรยาศักดิ์, นายสมโชค ณ กลาง ฝ่ายพิมพ์ นางสาวสุภัททิรา ทอดทึง, นายสมโชค ณ กลาง ฝ่ายพิสูจน์อักษร นางสาวนันทน์กัศ สินจรรยาศักดิ์, นางสาวอารีย์ ปูนยัง ฝ่ายศิลป์ นางสาวนภัส ไซยถาวร, นางศรัญญา ยินดี ฝ่ายเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ นายจรูณ สังข์สวัสดิ์, นางบุญจิรา เผ่าชู

“ แหล่งวิชาการ ก้าวทันเทคโนโลยี บริการมีมนุษยสัมพันธ์ ร่วมสร้างสรรค์ท้องถิ่น ”