

# برگزاری آیین پایانی جشنواره تئاتر فجر در تالار وحدت

آیین پایانی چهارمین جشنواره تئاتر فجر امروز یکشنبه ۱۲ بهمن‌ماه با معرفی برگزیدگان در تالار وحدت برگزار می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی جشنواره تئاتر فجر، آیین پایانی چهارمین جشنواره تئاتر فجر به دبیری سیدوحید فخرموسوی، امروز یکشنبه ۱۲ بهمن‌ماه ساعت ۱۸ در تالار وحدت برگزار می‌شود.

معرفی برگزیدگان بخش‌های مسابقه تئاتر صحنه‌ای، مسابقه تئاتر خیابانی، جیگر، گون‌های اجرایی، فخریلاس، فرایگر، ایران من و... از بخش‌های آیین اختتامیه این دوره از جشنواره تئاتر فجر خواهد بود.

لازم به ذکر است آیین افتتاحیه این رویداد و اعلام برگزیدگان پنج بخش جشنواره، روز ۲۷ دی‌ماه در شهر کرمان برگزار شد.



چهارمین جشنواره تئاتر فجر از ۷۰ درصد آثار حاضر در این دوره در اختیار گروه‌های نمایشی استان‌ها بوده است.

## ۷۱ هزار دانشجویی متقاضی تشریف به عتبات عالیات ۱۴۰۴ شدند

توقیف زمان برگزاری امتحانات از دی‌ماه به بهمن‌ماه و مشکلات ناشی از قطعی اینترنت، مهلت ثبت‌نام در دو نوبت تعدیل شد.

بر اساس این گزارش، با برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، فراخوان متقاضیان بر اساس تاریخ‌های انتخابی در سایت لیبک، به ترتیب زمان‌بندی انجام خواهد شد و دانشجویان بعد از دریافت پیامک باید گزارانه خود را با حداقل ۶ ماه اعتبار به دفتر استانی عمره و عتبات دانشگاهیان تحویل دهند.

بر اساس این گزارش، در این دوره از اعزام

عتبات دانشگاهیان، امکان ثبت‌نام برای همه دانشجویان استان‌ها برای هیات علمی، کارکنان و دانشجویان فراهم بود.

نتایج پس از قرعه‌کشی از طریق سایت لیبک به نشانی <https://labaykur> اعلام می‌شود و اعزام کاروان‌های بیست و چهارمین دوره عتبات دانشگاهیان از اواخر بهمن‌ماه ۱۴۰۴ آغاز شده و تا نوروز ۱۴۰۵ ادامه خواهد داشت.

رئیس ستاد عمره و عتبات دانشگاهیان پیش‌تر اعلام کرده بود که کاروان‌های بیست و چهارمین دوره عتبات دانشگاهیان در این دوره از اعزام

تیتنام دوره بیست و چهارم عتبات عالیات دانشگاهیان با تیتنام بیش از ۷۱ هزار نفر در سامانه لیبک به پایان رسید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ستاد عمره و عتبات دانشگاهیان، طبق برنامه‌ریزی اولیه، مهلت ثبت‌نام بیست و چهارمین دوره عتبات عالیات دانشگاهیان تا تاریخ ۲۳ دی‌ماه در نظر گرفته شده و بنا بود اعزام‌ها از اول بهمن‌ماه آغاز شود اما با توجه به شرایط ایجاد شده در کشور (اعتراض و اغتشاش ۱۸ و ۱۹ دی‌ماه)، همچنین

## وضعیت هنرمندان موسیقی بازداشت شده پیگیری می‌شود

خفته موسیقی ایران اعلام کرد: کارگروه ویژه پیگیری وضعیت هنرمندان موسیقی بازداشت‌شده در حواصت اخیر در این نهاد تشکیل شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پایگاه

این کارگروه مأموریت دارد با رویکردی حرفه‌ای و مسئولانه وضیعت حقوقی هنرمندان موسیقی بازداشت‌شده را پیگیری کرده و اقدامات لازم را در چارچوب قوانین و مقررات جاری انجام دهد.

خفته موسیقی ایران ضمن تأکید بر حمایت

## عاملیت کودکان و نوجوانان در برنامه‌های دهه فجر مهم است

رئیس کمیته کودک و نوجوان ستاد دهه فجر گفت: عاملیت کودک و نوجوان برای ما مهم است، این که خودشان در برنامه‌های دهه فجر صحنه گردان باشند

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، چهارمین جلسه کمیته کودک و نوجوان ستاد دهه فجر با حضور حیدررضا حاجی بابایی نائب رئیس مجلس شورای اسلامی و رئیس کمیته مرکزی دهه فجر، حلد علامتی مدیرعامل کانون پرورش فکری، فلاح معلون فرهنگی کانون پرورش فکری، محمدرضا کریمی صارمی معاون تولید کانون پرورش فکری، محبتی دانشور مدیر اداره کل روابط عمومی و امور بین‌الملل، ویدام ملکی سرپرست کانون استان تهران، امیر محمدپور معلون توسعه مدیریت و منابع کانون پرورش فکری، فروهر معنی مدیر مرکز آفرینش‌های فرهنگی کانون پرورش فکری، مصطفی بردلی رئیس کانون علوم و فناوری‌های نوین ایران، مهرداد قنبر مدیر کل دفتر فناوری اطلاعات و تحول اداری و جمعی از کارشناسان کانون پرورش فکری برگزار شد.

حاج جلال» به ۶ زبان ترجمه شده است. علامتی در مورد کتاب‌های «خصل پنج‌سکوت» از محمدرضا بابایی و «حاج جلال» نوشته لیاظنری گیلانه که این حضار در نشست بخش شد گفت: کتاب «حاج جلال» خاطرات جلال حاجی بابایی است. زمانی که شهید سلیمانی به دیدار خانواده شهید حاج بابایی رفت، پیشنهاد نوشتن کتاب شهید داد ما این کتاب به چاپ صد و دهم رسیده و به ۶ زبان ترجمه شده است.

«سه‌سین» با موضوع انقلاب رونمایی می‌شود. فرهاد فلاح معلون فرهنگی کانون پرورش فکری با بیان این که کمیته کودک و نوجوان ستاد دهه فجر با همکاری ۲۰ سازمان و نهاد شکل گرفته است گفت: روند ما این است که نشست‌های این کمیته را بعد از ۲۲ بهمن چند نوبت ادامه دهیم. «فرزندان ایرانی» شعار انتخابی اسامال کمیته است. پوستر نیز طراحی شده و بر روی موضوع پرچم جمهوری اسلامی ایران است.

رئیس کمیته کودک و نوجوان ستاد دهه فجر گفت: حضور رئیس ستاد دهه فجر در این نشست با وجود مسئولیت‌های متعددی که دارند نشان از توجه ایشان به کمیته کودک و نوجوان ستاد دهه فجر و نگاه ویژه‌شان به حوزه کودک و نوجوان است. وی با بیان این که در کمیته کودک و نوجوان ستاد دهه فجر کار با مردمی، دیدیم، عنوان کرد: دستگاه‌های دولتی، مجموعه‌های غیردولتی و

جشن‌های سراسری کودک و نوجوان نیز با عنوان «فرزندان ایرانی» در مجموعه‌های کانون، بهترین‌ستی و کودکستان‌ها برگزار می‌شود.

برگزاری نمایشگاه دهه‌مین دوسالانه هنرهای تجسمی کانون در دهه فجر. معارف کانون پرورش فکری اظهار کرد: از سوی کانون فرقه‌های کودک و نوجوان به عنوان «فرزندان ایرانی» در مسیر راهپیمایی ۲۲ بهمن برای خواهیم کرد. نمایشگاه اسرار کانون نیز در مسیر راهپیمایی در تهران و استان‌ها فعال است و خدمات ارائه می‌کند.

وی در برگزاری نمایشگاه دهه‌مین دوسالانه هنرهای تجسمی کانون هم‌زمان با دهه فجر اسرار خیر داد و افزود: تماشاگر ویژه‌ای از سوی کانون پرورش فکری برای دعوت به راهپیمایی ۲۲ بهمن پیش خواهد شد. برنامه دیگر ما برگزاری پیش کتاب‌خوانی کتاب «خصل پنج‌سکوت» نوشته محمدرضا بابایی است. انتشارات کانون پرورش فکری است.

فلاح برگزاری مسابقه «فرزندان ایرانی» به بستر شاد به طور روزانه، نشست‌های تخصصی با موضوع انقلاب و قسه‌گویی و برای نمایشگاه فرهنگی در مراکز کانون را از دیگر برنامه‌های کانون در دهه فجر نام برد و افزود: سرود کودک و نوجوان از سوی کانون پرورش فکری در حال تولید است تا در دهه فجر پیش شود.

مسابقه «سلول‌های هپاری» با محوریت پیشرفت علمی ایران. در ادامه ویدام ملکی سرپرست کانون پرورش فکری استان تهران گفت: برنامه‌های کانون پرورش فکری استان تهران در دهه فجر شامل برنامه‌های مشترک با سازمان‌ها و همچنین برنامه‌های داخلی با همکاری آموزش و پرورش تهران و شهرستان‌هاست.

وی در برگزاری مسابقه «سلول‌های هپاری» هم‌زمان با دهه فجر خبر داد و افزود: این مسابقه درباره پیشرفت علمی است و به زندگی دکتر حسین بهاروند، رئیس پژوهشگاه سلول‌های بنیادی

## مهر فنی کتاب

### هنر پذیرش خود

نویسنده: آلن دیوان  
مترجم: سیمانه آسمانی  
نشر: لنگا

پیام آشنا: کتاب هنر پذیرش خود نوشته آلن دیوان، اثری الهامبخش در حوزه اعتماد به نفس و خودشناسی است که به بررسی ریشه‌های احساس ناآرامی بودن و خودانگیزی می‌پردازد. نویسنده با نگاهی فلسفی و زبانی ساده، به ما می‌آموزد چگونه با پذیرش ضعف‌ها و محدودیت‌های انسانی، آرامش درونی بیشتری تجربه کنیم و از فشار مقایسه‌های اجتماعی رها شویم.



درباره هنر پذیرش خود  
کتاب هنر پذیرش خود (On Self-Hatred: Learning to Like Oneself) اثر آلن دیوان (Alain de Botton) تأمل‌برانگیز درباره یکی از بنیادی‌ترین دغدغه‌های انسان معاصر است. چگونه می‌توان خود را همان گونه که هست پذیرفت، بدون آنکه اسیر کمال‌گرایی افراطی، مقایسه‌های فرساینده و قضاوت‌های سخت‌گیرانه درونی شد. نویسنده در این کتاب با زبانی ساده و در عین حال کاربردی، نشان می‌دهد که بسیاری از اضطراب‌ها و ناراحتی‌های ما نه از شرایط بیرونی، بلکه از رابطه‌ای که با خودمان داریم سرچشمه می‌گیرد. آلن دیوان معتقد است انسان امروز بیش از هر زمان دیگری تحت فشار «رایده‌ها» قرار دارد. باید موفق باشد، باید دوست‌داشتنی باشد و باید مطلق معیارهای اجتماعی پیش برود. این فشارها باعث می‌شود احساس ارزشمندی در قه به تأیید دیگران گره بخورد. دیوان با تحلیل ریشه‌های فرهنگی و تربیتی این مسئله، توضیح می‌دهد که چگونه نظام‌های آموزشی، خانواده و رسانه‌ها ناخواسته ما را به سمت دوست‌داشتن خود سوق می‌دهند.

تقدیر پذیرش خود در اعتماد به نفس و روابط  
یکی از محورهای اصلی کتاب، تعریف دقیق پذیرش خود است. آلن دیوان تأکید می‌کند که پذیرش خود به معنای بی‌تفاوتی نسبت به ضعف‌ها یا انکار خطاها نیست. پذیرش واقعی زمانی شکل می‌گیرد که فرد بتواند خود را همان گونه که هست، با تمام بزرگی و ریزگی‌هایش، همان‌طور که هست، ببیند. او نشان می‌دهد که تلاش برای کمال بودن، یکی از مهم‌ترین منابع رنج روانی است.

آلن دیوان در کتاب هنر پذیرش خود نشان می‌دهد که پذیرش خود در واقع امری است که با اعتماد به نفس پدیدار می‌شود. اعتماد به نفس به معنای آن است که بر پایه‌های پذیرش شکل گرفته باشد. او استدلال می‌کند که هر چه بیشتر خود را همان‌طور که هست، بپذیریم، اعتماد به نفس ما بیشتر می‌شود. او همچنین توضیح می‌دهد که چگونه می‌توانیم با پذیرش خود، به روابط خودمان با دیگران نیز تأثیر مثبتی داشته باشیم. او نشان می‌دهد که چگونه می‌توانیم با پذیرش خود، به روابط خودمان با دیگران نیز تأثیر مثبتی داشته باشیم.

کتاب هنر پذیرش خود برای شما مناسب است اگر:  
• مدام با صدای منتقد درونی و احساس خودبینی دست‌وپنجه نرم می‌کنید.  
• دوست دارید نسبت به ضعف‌ها و ناآرامی‌های‌تان پذیرا باشید.  
• کتاب‌های خودیاری، انگیزشی یا برایتان خسته‌کننده شده و دنبال نگاهی عمیق‌تر به مسأله عزت‌نفس هستید.  
• می‌خواهید به جای کمال‌گرایی، رابطه‌ای سالم‌تر با خود بسازید.  
• همدلی با خود را یک مهارت قابل یادگیری می‌دانید، نه یک ویژگی ذاتی.

در بخشی از کتاب می‌خوانیم  
فرزندان در دوره‌ای از کودکی که طعم محبت را چشیده‌اند، بلندنمی‌توانند توقع این احساس داشته باشند که به‌راستی موجب خوشنودی والدین خود می‌شوند. نه به‌خاطر هر کاری که انجام می‌دهند، بلکه به‌خاطر وجود محض خود. او فرزند ناپه‌ایت نیروی خوشنودی والدین را تمام‌وکمال تجربه می‌کند، به‌عنوان آن کسی که بی‌سایر مورد انتظار و کمال‌طلب نیست. او در زندگی والدین بونه است. این برداشت ذهنی را جزئی‌ترین لحظات روزمره قوام می‌بخشد. وقتی کودک وارد اتاق می‌شود، والدین به شوق می‌ایند، هر صبح و عصر بوسه‌های گرم عایش می‌شود. عکس‌هایش روی یخچال چسبیده‌اند. می‌شود تگرگی‌هایش را به‌خاطر می‌سپارند و شامی‌هایش به یاد می‌ماند. از این رو، کودک به خود و به حق بودن خود اعتماد اساسی پیدا می‌کند. احساس بی‌نیستی و پوختن به او دست نمی‌دهد. نه برای امیالشش، نه ترس‌هایش می‌کند و نه از بیان آرزوهایش دست می‌کشد. در دام آرزوهای سانسب‌ی یا بی‌ملاحظه نمی‌افتد. قوی‌تر متوجه می‌شود. چطور از رابطه‌ای نامناسب بیرون بیاید. بی‌آنکه خود را محق به انتقاد، در این باور خواهد بود که چگونگی‌های جهان دارد، و اگر به مشکلی جتنی بر بخورد، می‌داند که چطور با دلسوزی و درباری لازم در برابر سرشوت‌گشای خود را آب‌بیرون‌کنند. فرزند قوی‌تر و رزق‌دار انگیزه‌های خود بهره می‌گیرد. اگر در آسب‌رخ‌خانه چیزی بریزد خود را «احتمالاً دست‌وپاچلفتی» قرض نمی‌کند. بلکه می‌گوید پیش‌می‌آید که این قولی‌های جدید از دست آید. بی‌فد.