کافه کتاب

کمال گرای مضطرب

نویسنده: کلاریسا دلیو آنگ، مایکل بی. توهیگ
مترجم: حمیده عرب نژاد
انتشار: سیملگان

پیام آشنا: کتاب کمال گرای مضطرب نوشته کلاریسا دلیو آنگ و مایکل بی. توهیگ و ترجمه حمیده عرب نژاد است و انتشارات میلگان آن را منتشر کرده است. موضوع این کتاب مدیریت اضطراب ناشی از کمال گرایی با استفاده از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است.

این کتاب فوق العاده خواندنی و ملموس مسیر آزادی را برای کسانی که در جستجوی غیرواقع بینانه کمال گرایی هستند روشن می کند. نویسندگان خواننده را در درک اینکه کمال گرایی در نقش دستورالعملی برای زندگی کردن، چگونه با شکست همراه است راهنمایی و قدمانی را تأیید می کنند که منطبق با ارزش ها باشند و نه احساسات. پس اگر شما بایکی از عزیزتان، کمال گرا هستید یا اگر مسئولیت حفاظت و نگهداری از فرد کمال گرا را بر عهده دارید، این کتاب بدون شک کتابی «واجب» برای کتابخانه شماست.

درباره کتاب کمال گرای مضطرب

«کسانی که کمال گرا با «ایده آل» و «ارفکت» سروکار دارند، «هرگز نباید اشتباه کنم»، «هرگز نباید نمره ای کمتر از نمره کامل بگیرم»، «لازم است به این مرحله برسم» و... کتاب کمال گرای مضطرب «ایده آل» و «ارفکتی» را که مشخصه تفکر کمال گرایانه هستند و به درد هیجانی منجر می شوند، بررسی می کند. اگر دچار این نوع از تفکر هستید، متوجه زیان بارشون آن خواهید شد.

پیروی از کمال بی نقصی ممکن است به یک زندگی رضایت بخش منجر شود، یا شما را به قعر مسیر خودبیزاری سوق دهد. تفاوت این دو در نحوه پیروی از کمال و بی نقصی است. اگر اشتباهها و شکست ها پذیرفته شوند، و از آن ها استفاده مفید شود، زندگی پربار و انگیزه بخش می شود. از سوی دیگر، اگر خطاها و شکست ها، تلاش برای اجتناب از آن ها منجر شود، زندگی به مبارزه تبدیل می شود. کمال گرایی تا خودنقادگری است، نوعی انعطاف ناپذیر و افراطی از خودارزیابی که باعث احساس شکست و بی ارزشی می شود، حتی در صورت مواجهه با دستاوردهای مهم و چشمگیر.

کلاریسا آنگ و مایکل توهیگ بررسی می کنند که چگونه می توانید نقص ها و کاستی های خود را شناخته و درک کنید و آن ها را بپذیرید و در عین حال برای اینکه بهترین نسخه خودتان باشید، بکوشید. آن ها ثابت می کنند این باور که خودنقادگری باعث موفقیت می شود باوری غلط و نادرست است.

عمل مقوم که نویسندگان کوشا در می کنند، زمانی که خودنقادگری نیروی محرکه عملکرد باشد، حتی اگر تا حدی موفقیت را تجربه کنید، فرسوده و غمگین خواهید شد.

این کتاب به اهمیت ارزش ها تأکید می کند. خواننده آن کمک می کند چیزی را که واقعا برایتان مهم است مشخص کنید. این کتاب به شما در شناخته سازی و ارتباط برقرار کردن با آنچه برایتان مهم است یاری می رساند. تمرین های مبتنی بر نظریه آگاهی و شفقت شما را به زندگی مل خواهتان نزدیک تر می کند. نکته اصلی و مهم چنین تلاشی، درست مثل هر تلاش دیگری، پذیرش شکست ها و اشتباهات اجتناب ناپذیر و درعین حال تلاش برای مشارکت در آنچه در زندگی بیش ارزشمند برایش ارزش قلقلید خواهد بود این سفر ارزش تلاش کردن را دارد.

خواندن کتاب کمال گرای مضطرب را به چه کسانی پیشنهاد می کنیم

کتاب را به این افراد پیشنهاد می کنیم:

- به خاطر نبودن در جایگاهی که معتقدند باید باشند، غرق در اضطراب و استرس و ناتوانی هستند.
- به این نتیجه رسیده اند که کمال گرایی زمام و کنترل زندگی آن ها را به دست گرفته است.
- دوست دارند بیاموزند چرا نمی توانند بی خیال بعضی موضوعات و چیزها بشوند.
- از اعماق وجود باور دارند بسنده و بشدارد کافی خوب، شایسته و دوست داشتنی نیستند.
- کارشان، یا کمال گرایی تمام شده اما درست نمی دانند چطور آن را ترک کنند.

درباره نویسندگان

کلاریسا دلیو آنگ، متخصص فوق دکتری در مرکز اضطراب و اختلالات مرتبط در دانشگاه بوستون است. او مدرک دکتری خود را در روان شناسی بالینی / مشاوره از دانشگاه ایالتی پورتا دریافت کرد و دوره کارآموزی بالینی اش را در بیمارستان ماک لین / دانشکده پزشکی هاروارد به پایان رساند. علایق پژوهشی او شامل درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) درمان مبتنی بر فرایند، اختلال وسواس فکری عملی، اختلال احتکار (ذخیره سازی) و کمال گرایی است. او در نوشتن بیش از شصت مقاله با باوری همتا و یک کتاب مشارکت داشته است. همچنین او از مجمن علوم رفتاری بالغتاری (ای-سی-بی-اس) بودجه دریافت کرده است.

مایکل پی. توهیگ به عنوان اثلرش در حوزه اکت (درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد)، و وسواس فکری عملی، که ارتباط نزدیکی با کمال گرایی دارد، شناخته شده است. توهیگ استاد دپارتمان روان شناسی در دانشگاه ایالتی بوئاست. او رئیس سابق انجمن علوم رفتاری بالغتاری (ای-سی-بی-اس) و یکی از اعضای فعلی انجمن درمان رفتاری و شناختی (ای-سی-بی-تی) است. او بیش از ۱۷۰ مقاله با داوری همتا و ۷ کتاب نوشته است و او بسیاری از سازمان ها، از جمله مؤسسه ملی سلامت روان (آی-ای-ام-اچ) بودجه دریافت کرده است.

بخشی از کتاب کمال گرای مضطرب

«ما شنیدن کلمه «خودشفقت ورزی» چه چیزی به ذهنتان می رسد؟ خوردن نوشیدنی هنگام صبحانه؟ حمام گرم با صابون معطر؟ وقت گذاشتن برای خوردن ناهار در یک روز پرمشغله؟ گردش و تفریح در صحرای مواب؟ «درست مثل بسیاری از اصطلاحات روان شناسی، «خودشفقت ورزی» هم معنی گوناگونی به خود گرفته تا جایی که بعضوی جای خالی تبدیل شده آیا خودشفقت ورزی یعنی برای استفاده از خدمات آبگرم پاقصد دلار هزینه کنید یا اینکه هر روز صبح که در آینه می نگرید، به خودتان بگویید زیبا هستید؟ با توجه به تبلیغات نسنجیده و نقدناسب فرخصوص خودشفقت ورزی، جای تعجب نیست که بسیاری از ما از آن امتناع می کنیم. ممکن است شما از آن دسته افرادی باشید که می گویند «من وقت ندارم ده دقیقه بشینم، که فقط نفس بکشم وقتی دارم کارهام رو انجام می دم هم می بینم نفس بکشم.» بهتر است بدانید که ما حتی از ایجاد مفهومی رایج برای خودشفقت ورزی در جایگاه کالایی مادی یا لوکس و کمیاب هم امتناع می کنیم. در عوض آن را عمل و اقدامی از روی مهربانی با ملاطفت با خودمی دانیم؛ یعنی با خودتان همان گونه رفتار کنید که با کسی که سزاوار خوش رفتاری است رفتار می کنید. یا همان گونه که هم اندم معقولی با کسی که سزاوار رفتار خوب است رفتار می کنید. ما هم در این کتاب با توجه به مفاهیم چندگانه «خودشفقت ورزی» به جای آن از «مهربانی با خود» استفاده می کنیم. تا از هر گونه کشمکش بیهوده با ذهن شما بپرهیزیم.»

«ژنرال قاسم سلیمانی؛ سالکی که به داعش پایان داد» رونمایی شد

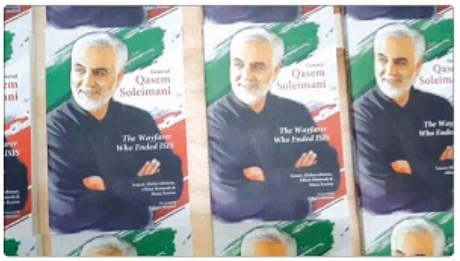
کتاب "ژنرال قاسم سلیمانی؛ سالکی که به داعش پایان داد" در ایام شهادت سردار قاسم سلیمانی با حضور ایرانیان مقیم مالزی در کوالالامپور رونمایی شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی رایزنی فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در مالزی، همزمان با ایام سالروز شهادت سردار قاسم سلیمانی با حضور ولی الله محمدی سفیر جمهوری اسلامی ایران در مالزی، حبیب رضا ارزانی رایزن فرهنگی کشورمان و ایرانیان مقیم مالزی جمعه شب (۱۵ دی)، از کتاب" ژنرال قاسم سلیمانی؛ سالکی که به داعش پایان داد" رونمایی شد.

در این مراسم حبیب رضا ارزانی رایزن فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در مالزی با تسلیت حادثه تلخ تروریستی کرمان، گفت: به واقع دشمنان از نام و تفکر شهید سلیمانی می هراسند و این تحرکات ددمنشانه چیزی از عشق و علاقه مردم ما به آرمان های شهید سلیمانی کم نمی کند.

وی با بیان اینکه اخلاص و مردم داری عامل محبوبیت شهید سلیمانی شد، تصریح کرد: اقتدار و صلابت قلبی؛ از شهید سلیمانی یک دیپلمات موثر ساخته بود، لذا ما امیدواریم از روش و منش او در زندگی بهره بگیریم.

ارزانی گفت: کتاب گرانسنگ شهید سردار قاسم سلیمانی با عنوان "ژنرال قاسم سلیمانی، سالکی که به داعش پایان داد" (General Qasem Soleimani, The Wayfarer who ended ISIS) توسط انتشارات تاب (The Other Press) وابسته به انتشارات آی بی تی ماسری (Islamic Book Trust) برای اولین بار در اردیبهشت ماه سال ۱۴۰۲ در کشور مالزی کوالالامپور، منتشر شد.



رایزن فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در مالزی، بیان کرد: این کتاب که توسط آقایان عمران عبدالرحمان، الغیان حمزه و موسی کاظم تألیف و با مقدمه آقای زهیری مسراوی از اعضای نهضت علمای کدونوزی آغاز شده و در سه بخش شامل دوازده فصل و یک مقدمه تدوین شده است.

ارزانی با اشاره به اینکه بخش اول کتاب به جایگاه ویژه شهید سلیمانی در قالب داستان ها و روایت هایی از زندگی شهید می پردازد، گفت: بخش دوم کتاب با عنوان "سربازی از کوه های کرمان" آغاز می شود و در قالب پنج فصل از یا محورهای "کرمان تا تهران، لبنان (از سال ۱۹۹۸ تا ۲۰۱۹ میلادی)، عراق (از سال ۲۰۰۴ تا ۲۰۱۱ میلادی)، عراق و سوریه (از سال ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۹ میلادی) و فلسطین، قاسم سلیمانی، شهید قدس به بررسی شخصیت این شهید بزرگوار می پردازد.

وی با اشاره به اینکه بخش سوم کتاب با عنوان "یاران کوکب قاسم سلیمانی"، دارای سه فصل است، افزود: در این بخش محورهای مهم وصیتنامه شهید سلیمانی با موضوع "وصیت عشق یک سالک زاهد" آمده است.

ارزانی، اضافه کرد: زندگی بدون ایثار، جانفشانی و اخلاص بی معنا است و شهید قاسم سلیمانی با ایستادگی و مقاومت در مقابل مستکبران جهان شیوه درست زیستن را به ما آموخت.

سپس از کتاب" ژنرال قاسم سلیمانی؛ سالکی که به داعش پایان داد" توسط ولی الله محمدی سفیر جمهوری اسلامی ایران در مالزی و حبیب رضا ارزانی رایزن فرهنگی کشورمان در کوالالامپور رونمایی شد.

در ادامه این مراسم، و همزمان با میلاد دخت نبی مکرم اسلام حضرت زهرا(س)، از بانوان ایرانی موثر مقیم مالزی و برگزیدگان مسابقه "قلم من فلسطین" تقدیر شد.

اتمام تصویربرداری فیلم داستانی «اشکه زا» در روستای خفر

تصویربرداری فیلم داستانی «اشکه زا» به پایان رسید

به گزارش پیام آشنا، تصویربرداری فیلم داستانی «اشکه زا» به نویسندگی و کارگردانی بهرام نوثری و تهیه کنندگی کامران ابادری به پایان رسید.

فیلم داستانی «اشکه زا» در آذرماه امسال در لوکیشن های شهرستان سمیرم ، روستای خفر و در دامنه های قلل دنا جلوی دوربین محسن لستری رفته بود.

اشکه زا بر گرفته از داستان «چشم شیشه ای» نوشته الهام جنتی فر است که در یک فضای درامتیک و سورنال تولید شده است.

قصه فیلم «اشکه زا» بخشی از آسیب های اجتماعی وارد شده به زنان که در پی خرافات و باورهای غلط شکل گرفته است را به تصویر می کشد.

در این فیلم بازیگرانی همچون ایتسام یغلانی، اتابک نادری، یلدا محمد پناه، زهرا شاطری مبارکه، امیررضا عربی، آیلار علیمردانی، مونا موسوی، زینب بهاری، محمد حسین نادری، عماد دهقانزاد و سایر بازیگران به ایفای نقش پرداخته اند.

سایر عوامل این فیلم عبارتند از : نویسنده و کارگردان: بهرام نوثری، تهیه کننده: کامران ابادری، مدیر فیلمبرداری: محسن لستری، جانشین تهیه: فؤاد ابادری، صدابردار: احمد صابری، دستیار کارگردان: مونا موسوی، منشی صحنه: آیلار علیمردانی، طراح صحنه و لباس: بهرام نوثری؛ چهره پرداز: یلدا رحیمی، تدوین و اصلاح رنگ: آرش خزایی، صداگذار: حسن شاناکاره، آهنگساز: رهام رادبین، مدیر تولید: حسین نصیری، امور مالی: صولت مختاری، عکاس: ستاره جعفری، دستیاران فیلمبرداری: بهنام سبحانی، مهدی استوری، روشن دشتی، مهدی دوستی، مسئول دوربین: معراج سلیمانی امل، دستیار صدا: سهیل صفاری، دستیار لباس: زینب بهاری، دستیار صحنه: سما علیجانی، مدیر تدارکات: ستاره عمادی، دستیار تدارکات: پرهام غدیری، سینه موبیل: محمود جعفری.

مهلت ارسال آثار به نوزدهمین جشنواره هنرهای نمایشی کانون تمدید شد

مهلت ارسال آثار به نوزدهمین جشنواره هنرهای نمایشی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با شعار «این صحنه خانه ماست» و اجرای سرود نمایش «عطر آدم» در سینما تئاتر کانون تمدید شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، مهلت ارسال اثر در بخش های نمایش (صحنه، عروسکی)، «نمایشنامه نویسی» و «نمایش خلاق» از سوی دبیرخانه این رویداد هنری تمدید شد.

بر همین اساس، تبحثام اولیه و ارسال فرم شرکت در بخش «نمایش» (صحنه-عروسکی) تا ۳۰ دی ماه تمدید شده است.

همچنین در بخش های «نمایشنامه نویسی» بارگذاری آثار و «نمایش خلاق» بارگذاری طرح و ایده در سایت تا روز ۱۵ اسفندماه امسال تمدید شد.

عمومی سازی و مردمی سازی نمایش در جامعه و فضاسازی و ارتقای ظرفیت نمایش به عنوان یک رویکرد فراگیر تربیتی از اهداف این جشنواره است.

نوزدهمین جشنواره ملی هنرهای نمایشی کودکان و نوجوانان کانون در بخش های نمایش (صحنه، عروسکی، زنده عروسکی، نمایش خلاق (نمایش کتابخانه ای، بازی نمایش) و نمایشنامه نویسی برگزار می شود.

بر اساس این خبر، عکاسی نمایش، کارگاه های آموزشی و کارواش عروسک های غول پیکر استان ها از بخش های جنبی جشنواره است.

موضوع جشنواره شامل توجه به نامداران، امید آفرینی، آیین های بومی، سنتی، مذهبی، خلنز، محیط زیست و آزاد می شود. و گروه سنی نوجوانان و جوانان ۱۲ تا ۲۲ سال و بزرگسالان امکان شرکت در این رویداد هنری را دارند.

علاقه مندان برای ثبتنام و ارسال آثار به نوزدهمین جشنواره ملی هنرهای نمایشی کودکان و نوجوانان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به سامانه جشنواره ها و رویدادها به نشانی www.ka-noonfestir مراجعه کنند.

تمدید اجرای سرود نمایش «عطر آدم» در سینما تئاتر کانون

اجرای سرود نمایش «عطر آدم» به نویسندگی و کارگردانی مهدی فرشیدی سپهر از تولیدات مرکز تولید تئاتر و تئاتر عروسکی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به دلیل استقبال تماشاگران تا ۱۹ دی ماه در سینما تئاتر کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان تمدید شد.

در خلاصه سرود نمایش ۹۰ دقیقه ای «عطر آدم» آمده است: اقشار گوناگون مردم در کنار هم سرود می خوانند بدون سفارش و اجبار، سرودهایی که تا به حال نشنیده ایم، سرودهایی راجع به شما می خوانند.

مهرک مهدی، ماهک مهدی، محمدمرزوش علیشاهی، نامی تابعیان، ماهان زواره، ملی حسابی، هوراد وجدان زاده مقدم، مبینا اکبری، یاسمین کاظمی، آریانا کیهانفر، هلیا هاشمی، وتیا لطفی، سجاد حسینی، سبا همزه، ویتا قلی تبار، نفس صادقی، مهیار لبدی، عباس اکبری، پویا طهمسلبی، نگین محمدی، زهرا کریمی، مهدی فرشیدی سپهر، ملیحه اکبری، روشنک کریمی، مریم علوی، مریم میرطاهری، امید پارندی، سایه چهرجلگانی، احسان حسابی، آینا قهرمان، محبوبه طهمسلبی، لیلا حسینی، محسن صادقی و مریم منصوری به ترتیب من، بازیگران این نمایش هستند.

همچنین سایر عوامل نمایش «عطر آدم» عبارتند از: دستیار ورزش نامه: رسا یه چهرجلگانی، پشتیبانی: عباس اکبری و روشنک کریمی، تنظیم قطعات: مهیار لبدی و آرین صمدی پوستر و تیزر: معین قوی، موشن گرافی: امید اینیتچی، عکس: آناهیتا طهمسلبی و معین قوی و صفحه مجازی: هانا صرافی.

سرود نمایش «عطر آدم» از ۲۹ آذر هر روز ساعت ۱۹ در سالن سینما تئاتر کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان واقع در خیابان خالد اسلامبولی (ورزا) اجرای خود را آغاز کرده است و تا ۱۹ دی ماه ادامه دارد.

همچنین از روز چهارشنبه ۲۰ دی ماه، نمایش «دوره گردها» به کارگردانی علی فروتن در سالن سینما تئاتر کانون پرورش فکری به روی صحنه خواهد رفت.

افزایش ۳۰ درصدی کتاب‌های کودک و نوجوان در آذر ۱۴۰۲

خانه کتاب و ادبیات ایران اعلام کرد بازار نشر ایران در آذر امسال، افزایش ۳۰ درصدی چاپ کتاب‌های کودک و نوجوان را نسبت به مدت زمان مشابه سال گذشته تجربه کرده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، آمار موضوعی کتاب‌های ثبت شده در بانک اطلاعاتی خانه کتاب و ادبیات ایران نشان می‌دهد در آذر ماه ۱۴۰۲ در کشور ۲ هزار و ۹۲ عنوان کتاب در موضوع کودک و نوجوان منتشر شده که در مقایسه با زمان مشابه در سال گذشته با هزار و ۶۱۳ عنوان افزایش ۳۰ درصدی را نشان می‌دهد.

در آذر ۱۴۰۲ در کشور ۱۰ هزار و ۳۳ عنوان کتاب از سوی هزار و ۳۷۹ ناشر وارد بازار کتاب شده است که مقایسه این آمار با آذر ماه سال گذشته حکایت از افزایش ۱۰ درصدی در تعداد عناوین کتاب دارد. از مجموع کل کتاب‌های منتشر شده در این ماه ۷ هزار و ۴ عنوان کتاب تألیفی و ۳ هزار و ۲۷ عنوان کتاب ترجمه هستند. از مجموع کل کتاب‌های تألیفی، بیشترین کتاب‌ها به موضوعات کمک درسی، ادبیات، کودک و نوجوان، علوم اجتماعی و دین اختصاص پیدا کرده و از موضوعات کودک و نوجوان، ادبیات، فلسفه و روانشناسی، علوم عملی و علوم اجتماعی بیشترین ترجمه صورت گرفته است. در موضوعات کودک و نوجوان، کمک درسی، ادبیات، علوم اجتماعی و علوم عملی بیشترین تعداد کتاب در آذر ماه سال جاری منتشر شده است.

از مجموع کل کتاب‌های منتشر شده در آخرین ماه پاییز سال جاری، ۶ هزار و ۹۲۶ عنوان کتاب در تهران و ۳ هزار و ۱۰۷ عنوان کتاب در سایر استان‌ها وارد بازار نشر شده‌اند. ناشران و نویسندگان تهرانی در موضوعات کودک و نوجوان، کمک درسی، ادبیات، علوم اجتماعی و علوم عملی بیشترین تعداد کتاب را منتشر کرده‌اند و ناشران سایر استان‌ها به موضوعات کودک و نوجوان، ادبیات، دین، علوم اجتماعی و کمک درسی تمایل بیشتری نشان دادند.

در آذر سال جاری، ۵ هزار و ۶۸۳ عنوان کتاب چاپ اول و دوترین کتابفروشی‌ها قرار گرفته است و موضوعات علوم اجتماعی، ادبیات، علوم عملی، کودک و نوجوان و دین در فهرست بیشترین موضوعات چاپ اول قرار گرفته‌اند. استان‌های تهران، خراسان رضوی، قم، آذربایجان شرقی، اصفهان و البرز بیشترین کتاب‌های چاپ اول را منتشر کرده‌اند.

همچنین در این ماه ۴ هزار و ۳۵۰ عنوان کتاب چاپ مجدد منتشر شده است که موضوعات کودک و نوجوان، کمک درسی، ادبیات، فلسفه و روان‌شناسی و دین بیشترین تعداد آثار چاپ مجدد را به نام خود ثبت کرده‌اند.

شمار کل کتاب‌های منتشر شده در آخرین ماه پاییز سال جاری ۱۰ میلیون و ۲۱ هزار و ۴۱ نسخه است. میانگین شمارگان کتاب در آذر ماه سال جاری ۹۹۹ نسخه را نشان می‌دهد که در مقایسه با زمان مشابه سال گذشته با هزار و ۱۰۸ نسخه تغییر ۱۰ درصدی را نشان می‌دهد. میانگین قیمت کتاب نیز در این ماه یک میلیون و ۴۷۵ هزار و ۹۴۰ ریال است که در مقایسه با آذر سال گذشته با یک میلیون و ۱۰۶ هزار و ۶۰۸ ریال افزایش ۳۳ درصدی را نشان می‌دهد.

آمار و درصد تغییر کتاب‌های آذرماه ۱۴۰۲۱ نسبت به زمان مشابه در سال گذشته نشان می‌دهد که بیشترین افزایش در رده‌های فلسفه و روان‌شناسی به میزان ۳۹ درصد، کودک و نوجوان به میزان ۳۰ درصد و کودک و نوجوان به میزان ۱۶ درصد بوده و بیشترین کاهش در رده‌های زبان به میزان ۲۸ درصد، علوم طبیعی و ریاضیات به میزان ۲۷ درصد و کلیات به میزان ۸ درصد بوده است.

استان تهران با انتشار ۶ هزار و ۹۲۶ عنوان کتاب در آذر ماه ۱۴۰۲ توانست ۶۹ درصد از کل کتاب‌های چاپ شده در این ماه را به خود اختصاص دهد که نسبت به ۶ هزار و ۷۰۱ عنوان کتاب منتشر شده در بازه زمانی مشابه در سال گذشته سه درصد افزایش داشته است. همچنین سایر استان‌ها در ماه آذر سال ۱۴۰۲ توانستند ۳ هزار و ۱۰۷ عنوان کتاب منتشر کنند که در مقایسه با آذر سال گذشته با انتشار ۲ هزار و ۴۶۰ عنوان کتاب ۲۶ درصد رشد داشته است.

سینمای ایران

ماجرای بلیت ۸۰ هزار تومانی سینماها چیست؟

سخنگوی انجمن سینماداران، توضیحاتی را درباره قیمت بلیت ۸۰ هزار تومانی سالن های سینما ارائه کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، یکی از موضوعاتی که این روزها به صورت جسته و گریخته به آن پرداخته می شود، مربوط به تغییرات قیمت به بلیت سینماهای کشور و شنازر بودن آن است که به نظر می رسد بسیاری از مخاطبان عمومی سینما از آن بی اطلاع اند و این موضوع به شفافسازی بیشتری نیاز دارد.

محمدرضا صابری، سخنگوی انجمن سینماداران درباره شنازر بودن قیمت بلیت سینماها توضیح داد: اتفاقی که اکنون رخ داده این است که قیمت بلیت سینماها طی روزهای دوشنبه و سه شنبه در سراسر کشور به صورت نیمبها محقق می شود.

سخنگوی انجمن سینماداران ادامه داد: در روزهای شنبه، یکشنبه و چهارشنبه قیمت بلیت سینماها ثابت بوده و طبق روال قبل محاسبه می شود.

صابری افزود: در روزهای پنجشنبه و جمعه تا قبل از ساعت اوج، قیمت بلیت سینماها طبق روال روزهای عادی لحاظ می شود اما در ساعات اوج و پس از آن، قیمت بلیت سینماها ۸۰ هزار تومان خواهد بود.

او در توضیح ساعت اوج گفت: ساعت اوج سینماها به موقعیت جغرافیایی سالن های سینما بستگی دارد و می تواند از سالنی به سالن دیگر متفاوت باشد. برای مثال، ممکن است مدیر سینما کوشر که در بزرگراه شهید ستاری واقع است، بگوید ساعت اوج سینمای من از ۱۶ به بعد است و مدیر سینما قدس که میدان ولی عصر(عج) قرار دارد، اظهار کند که ساعت اوج سینمای من از ۱۸ به بعد آغاز می شود. پس این موضوع به تشخیص مدیر سینما بستگی دارد.

سینمای جهان

بازیگر «هشدار برای کبری ۱۱» درگذشت

کریستین البور بازیگر ۵۱ ساله، همراه با دخترش مادینا ۱۰ ساله و آنیک ۱۲ ساله و همچنین خلبان رابرت ساکس در یک سانحه هوایی از دنیا رفتند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ان دی تی وی، کریستین البور روز پنجشنبه در سانحه یک هواپیمای شخصی تک موتوره جان باخت.

کریستین البور بازیگر سینمای آلمان و هالیوود که برای بازی در «مسابقه سرعت» شهرت داشت، در یک سانحه هوایی در دریای کاراگیب درگذشت. این خبر تنها چند روز پس از آن منتشر شد که البور پیامی امیدوارکننده در اینستاگرام به اشتراک گذاشت و هیجان خود را برای سال ۲۰۲۴ ابراز کرد.

البور به همراه دخترانش مادینا ۱۰ ساله و آنیک ۱۲ ساله و خلبان رابرت ساکس تنها مسافران هواپیمای کوچکی بودند که لحظاتی پس از برخاستن از بکیا جزیره کوچکی در گرنادین ها به دریا سقوط کرد. هواپیما در مسیر سنت لوسیا بود که این حادثه رخ داد.

به نظر می رسد که این خانواده در تعطیلات بودند چون البور چند روز قبل تصویری از یک ساحل گرمسیری در اینستاگرام منتشر کرده بود و زیر نویسش نوشته بود: درود از جایی در بهشت! به جامعه و عشق... ۲۰۲۴ ما آمدیم!

این بازیگر میراثی غنی از خود بر جای گذاشته که شامل بازی های تلویزیونی و هم سینمایی می شود. حرفه بازیگری او در ژانرهای مختلف شکل گرفت و علاوه بر این او همچنین به دلیل کارهای خیریه و تعهد به خانواده شناخته می شد.

نیروی پلیس سلطنتی سنت وینسنت و گرنادین ها عکسی از هواپیمای شخصی منتشر کردند که کریستین البور بازیگر کریستین کلیسر و دخترانش را حمل می کرد.

البور در دوران حرفه ای خود با بازیگران برجسته ای مانند جورج کلونی در «آلمانی خوب» در سینما حضور داشته باشد و در بیش از ۶۰ فیلم و برنامه تلویزیونی از جمله «فلکری» با تام کروز و «اشگاه مرگبان بچه ها» در زادگاهش آلمان بازی کرده بود. وی در ۲ فصل بازیگر سریال پلیسی موفق «هشدار برای کبری ۱۱» بود و محبوبیت زیادی برای بازی در این سریال کسب کرده بود.

جشنواره چه خبر

توزیع بلیت اختتامیه نهمین جشنواره بازی‌های رایانه‌ای

بلیت اختتامیه نهمین جشنواره بازی‌های رایانه‌ای توسط بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای توزیع شد.

به گزارش پیام آشنا، بلیت اختتامیه نهمین جشنواره بازی‌های رایانه‌ای توسط بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای توزیع شد و خواهانان باید برای حضور در این مراسم از طریق پایگاه fajrgamefestivalir برای به رزرو اقدام کنند.

مراسم اختتامیه نهمین جشنواره بازی‌های رایانه‌ای فجر شنبه ۲۳ دی در تالار وحدت برگزار می‌شود و برای حضور در این مراسم باید بلیت تهیه کرد. این بلیت هزینه مالی ندارد و برای مخاطبان رایگان است.

به این ترتیب طبق تعداد پیشین، فقط به دارندگان بلیط اجازه حضور در مراسم اختتامیه داده‌می‌شود.