کافه کتاب

عادت‌های آتمی

نویسنده: جیمز کلیر
مترجم: هادی پهمنی
نشر نوین

پیام آشنا: کتاب عادت‌های اتمی نوشته جیمز کلیر و راهنمایی کاربردی درباره نحوه تغییر تدریجی عادت‌های روزمره است. جیمز کلیر در این کتاب پرفروش نیویورک تایمز با ترسیم قوانین کلی درباره عادت‌ها، راهکارهایی را برای سازماندهی عادت‌های خوب در مقابل عادت‌های بد ارائه می‌دهد. ویژگی این کتاب آموزشی و انگیزشی، تأکید روی تغییر تدریجی و مستمر عادت‌های انسانی است به قول کلیر، نقطه آغازین تغییرات یک درصدی عادت در هر روز است.

درباره کتاب عادت‌های اتمی

اگر شما نیاز به راهنمایی گام به گام برای جذابسازی عادت‌های خوب و عادت‌های بد و در نتیجه اصرار به عادت‌های خوب و ترک عادت‌های بد دارید، باید کتاب عادت‌های اتمی را حتما بخوانید. جیمز کلیر این کتاب را در سال ۲۰۱۸ میلادی منتشر کرد و از آن موفق تاکنون جزء پرفروش‌ترین آثار نیویورک تایمز بوده است. پایه اصلی کتاب کلیر روی تغییرات یک درصدی قرار دارد؛ بدین معنی که اگر فرد بتواند عادت‌های خود را تنها یک درصد در هر روز بهبود بخشد، نتایج چشمگیری را در زندگی خود احساس خواهد کرد.

کلیر در کتاب عادت‌های اتمی توضیح می‌دهد که نیاز به پیگیری اهداف بزرگ از جلب فرد نیست؛ کما این‌که اگر تمرکز روی اهداف بیاید، امکان شکست‌های سنگین وجود دارد. بنابراین راهی که کلیر پیشنهاد می‌دهد این است که فرد برای تغییر عادت‌هایش نیاز به تمرکز روی فرآیند آن دارد. بحث دیگری که این کتاب به آن توجه می‌کند این است که انسان برای تغییر عادت‌هایش، نیازمند تغییر هویت خود است. کلیر به مخاطبش گوشزد می‌کند که تغییر هویت از «من می‌خواهم» به «من هستم» آغاز می‌شود. جیمز کلیر درباره این نکته را گوشزد می‌کند که فرد، برای تغییر عادت نیاز به تمرکز روی فرآیند دارد، بدین‌گونه که فرد نیاز نیست روی آن‌چه می‌خواهد به دست آورد متمرکز شود بلکه نیاز است روی کسی که می‌خواهد به آن تبدیل شود تمرکز کند.

جیمز کلیر، نشانه میل شدیده به چیزی، واکنش و پاداش را چهار قانون تغییر رفتار فرد می‌داند. کتاب عادت‌های اتمی تغییر رفتار را مستلزم یادگیری و رعایت این چهار قانون می‌داند. اصرار کلیر روی چهار قانون به این دلیل است که به اعتیاد روی عادت‌های خوب فرد، با تمرین مداوم چهار قانون تغییر رفتار، ملکه‌ی ذهن خواهند شد. اتفاق جالب توجهی که این کتاب روی آن تأکید دارد این است که اگر معکوس چهار قانون تغییر رفتار را در پیش بگیرید، عادت‌های بد شما از بین خواهند رفت. بدین‌گونه که اگر نشانه‌ای بد را نادیده بگیرید، اگر میل خود به چیز بدی را غیرجذاب ببینید و اگر واکنش سختی به یک عادت بد بدهید در نهایت پاداش این خواهد بود که عادت بد را ترک کرده‌اید. پُررو اد نیست بگوییم که با این نکاتی که جیمز کلیر در عادت‌های اتمی آورده است، فرد به مرور زمان و به‌صورت بسیار تدریجی، مسیر موفقیت در زندگی را طی خواهد کرد، چون همواره سد راه موفقیت، عادت‌های بدی است که آدم از آن‌ها اجتناب نمی‌کند. شاید به خاطر همین نکته است که این کتاب پس از چاپ، استقبال قابل توجهی را از جلب علاقه‌مندان و مخاطبان این حوزه به خود دیده است.

چرا باید این کتاب را بخوانیم؟

رسیدن به موفقیت و نقطه‌ی آرمانی در زندگی خود به‌خود اتفاق نخواهد افتاد. برای درک خود و رفتارهایمان، بایستی عادت‌هایمان را بشناسیم. خواندن کتاب عادت‌های اتمی به این دلیل ضروری است که گام‌هایی تدریجی در راه‌ی حذف عادت‌های بد و بهبود عادت‌های خوب را آموزش می‌دهد. تأکید معروف کلیر روی تغییرات یک درصدی، نشان از این دارد که خواندن این کتاب و عمل کردن به دستورالعمل‌های پیشنهادی‌اش، تضمین‌کننده‌ی بهبود زندگی فردی تا انتهای عمر خواهد بود.

از مطالعه کتاب عادت‌های اتمی چه درس‌هایی می‌گیریم؟

برای کسی که این کتاب را می‌خواند، عادت‌های اتمی درس‌های فراوانی به او خواهد داد. موفقیت از گام‌های بسیار کوچک و تغییرات خُرد آغاز می‌شود. این اولین درس کتاب جمیز کلیر است. درس بعدی، قصد تغییر عادت درون هر فرد است. کسی که مدام می‌گوید «چرا موفق نمی‌شوم؟» باید به این فکر کند که تغییراتی در عادت‌های روزمره‌ی خود بدهد، کما این‌که این تغییرات به قول کلیر صرفا یک درصدی تلقی گردند. سومین درس، تکرار هرروزه‌ی چهار قانون تغییر رفتار کلیر است که باعث می‌شود به سرعت عادت‌های خوب و بد هرکس از هم جدا شده و یکی بهبود (عادت خوب) یابد و دیگری حذف (عادت بد) شود. با این حال کلیدی‌ترین درسی که خواندن کتاب عادت‌های اتمی به ما می‌دهد این است که همه‌چیز در زندگی بر اساس نظم معنا می‌یابد. بنابراین تا زمانی که نظم در هر کاری به وجود نیاید، رسیدن به هدف ممکن نخواهد بود.

جملاتی از کتاب عادت‌های اتمی

عادت‌ها غالبا هیچ تفاوتی ایجاد نمی‌کنند، تا اینکه از یک حد مرزی عبور کنیم و سطح جدیدی از عملکرد گشوده شود. در مراحل اولیه و میانی هر اقدامی، غالبا درهای ناامیدی وجود دارند. انتظار دارید که پیشرفتتان به‌صورت خطی باشد و وقتی می‌بینید تلاش‌هایتان ثمره خود را در چند روز، هفته یا ماه اول نشان نمی‌دهند، ناامید می‌شوید. حس می‌کنید که قرار نیست به جای خاصی برسید. این نشانه‌ای از هر گونه پروسه ترکیب شدن است. قدرتمندترین نتایج با تاخیر ظاهر می‌شوند.

این یکی از دلایل اصلی برای دشواری‌های ایجاد عادت‌های مفید کار است. افراد تغییرات کوچکی ایجاد می‌کنند، نمی‌توانند نتیجه محسوس را ببینند و تصمیم به توقف آن می‌گیرند. با خود فکر می‌کنند که «من این ماه هر روز دویدم، پس چرا هیچ تغییری در بدنم نمی‌بینم؟» وقتی چنین تفکر غالب شود، خیلی راحت عادت‌های خوبتان را کنار می‌گذارید. اما به‌منظور ایجاد تفاوت‌های معنادار، عادت باید به‌اندازه کافی پابرجا بماند تا قله فتح شود ← که آن را «قله پتانسیل پنهان» می‌نامیم.

اگر برای ایجاد یک عادت خوب یا شکستن یک عادت بد، به سختی تقلا می‌کنید، بدین معنا نیست که توانایی بهبود را از دست داده‌اید. غالبا به این خاطر است که هنوز «قله پتانسیل پنهان» را فتح نکرده‌اید. وقتی بالاخره «قله پتانسیل پنهان» را فتح کردید، افراد آن را یک موفقیت یکشبه خواهند نامید!

محسن زارعی -معاون وزیر و رئیس ارزشیابی و تضمین کیفیت وزارت آموزش و پرورش- با حضور در استان البرز از برخی حوزه‌های اجرا و تصحیح اوراق امتحان نهایی استان بازدید کرد.

بازدید معاون وزیر و رئیس ارزشیابی و تضمین کیفیت از حوزه‌های اجرا و تصحیح امتحان نهایی البرز

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش استان البرز، در این بازدید که مدیرکل آموزش و پرورش استان البرز و رئیس اداره سنجش تصحیح اوراق امتحان نهایی استان بازدید کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش استان البرز، در این بازدید که مدیرکل آموزش و پرورش استان البرز و رئیس اداره سنجش اداره کل نیز حضور داشتند، ضمن حضور در شهرستان نظرآباد از نزدیک در جریان فعالیت حوزه های اجرا و تصحیح اوراق این شهرستان قرار گرفتند. ضمنا در ادامه این حضور حوزه اجرا و تصحیح مدرسه شهید رجایی ناحیه ۳ و همچنین حوزه اجرا و تصحیح مدرسه لوریحان ناحیه ۲ کرج نیز مورد ارزیابی قرار گرفت.

زارعی در این بازدید ضمن ابراز رضایت از وضعیت حوزه های اجرا و تصحیح امتحان نهایی استان البرز به تمامی عوامل اجرایی و همکاران مشغول در این فرایند خدا قوت کرده و تشکر کرد.

مدینه ۲۲ خرداد از زائران ایرانی خالی می‌شود

مسئول ستاد حج در مدینه از تخلیه هتل‌های محل اسکان زائران ایرانی تا ۲۲ خردادماه خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از سایت حج و زیارت، علی اصغری -مسئول ستاد حج در مدینه- در نشست ستاد مدینه که به تشریح نحوه خدمات‌رسانی و خروج زائران ایران از این شهر پرداخته شد، اظهار کرد: حدود ۵۰ هزار زائر که سهمیه «مدینه قبل» بودند با سلامت به مدینه وارد شدند. از آغاز عملیات حج ۱۴۰۳ تا کنون بیش از ۴۲ هزار نفر از این زائران پس از محرم شدن در مسجد شجره از مدینه با قطار سریع‌السیر به مکه رفتند.

به گفته او، هم‌اکنون حدود هشت هزار زائر در مدینه حضور دارند که انتقال آنها تا سه‌شنبه ۲۲ خرداد پایان خواهد یافت و تمام هتل‌ها در مدینه تخلیه خواهند شد و از روز ۱۴ ذی‌الحجه (یک تیرماه) شاهد حضور حدود ۳۰ هزار زائر «مدینه بعد» خواهیم‌بود.

در این نشست که با حضور آیت‌الله حسینی بوشهری ـ جانشین نماینده ولی فقیه در امور حج و زیارت در مدینه ـ برگزار شد، با این اشاره که آخرین پرواز زائران حج ۱۴۰۳ در قالب «مدینه قبل» روز پنجشنبه ۱۷ خرداد انجام شد، بر استمرار ارائه خدمات تا پایان عملیات حج و حضور آخرین زائر در مدینه و خروج از عربستان تاکید شد.

آخرین پرواز از ایران به سمت فرودگاه جده برای انتقال زائران ایرانی روز چهارم ذی‌الحجه (۲۲ خردادماه) انجام خواهد شد.

محمد ثابت قلیدی مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان فارس نیز در این جلسه با توجه به برگزاری مراسم ویژه روز جهانی صنایع‌دستی، گفت: مراسم ویژه روز جهانی صنایع‌دستی، روز یکشنبه ۲۰ خرداد در استان فارس به میزبانی شیراز و با حضور ۱۶ شهردار برگزار خواهد شد.

وی افزود: همچنین طرح مهمی به نام شهید جمهور داریم که به یادرئیس جمهور شهید مرحوم آیت‌الله رئیسی افتتاح خواهد شد.

به مناسبت روز جهانی صنایع‌دستی و به دستور وزیر میراث فرهنگی

گشایش طرح‌های صنایع‌دستی ۵ استان کشور

همزمان با فرارسیدن روز جهانی و هفته صنایع‌دستی، طرح‌های صنایع‌دستی از پنج استان کشور به صورت برخط و با حضور وزیر میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی افتتاح شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از صدا و سیما، بزرگداشت روز جهانی و هفته صنایع‌دستی، روز شنبه ۱۹ خرداد، در محل سالن همایش‌های وزارت میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی برگزار شد و در این مراسم، طرح‌های استان‌های آذربایجان شرقی، سمنان، یزد، تهران و قزوین به صورت برخط و با دستور سید عزت‌الله ضرغامی افتتاح شد که در هنگام افتتاح طرح‌های هر استان، مدیران استانی به صورت مختصر توضیحاتی را ارائه کردند.

در این مراسم، ۵ طرح شاخص به‌عنوان نمونه افتتاح شد.

اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی آذربایجان شرقی، ۱۴۴ طرح دارد که با حجم سرمایه‌گذاری ۴ هزار میلیارد و ۶۱۰ میلیون ریال در این استان انجام شده و با بهره‌برداری از این پروژه‌ها برای ۱۴۲۹ اشتغال ایجاد شده است.

از اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان تهران نیز طرح بازارچه دائمی صنایع‌دستی در مجتمع اورین‌مال افتتاح شد.

خانه صنایع‌دستی رئوفی در استان قزوین با حجم سرمایه‌گذاری ۲۰ میلیارد ریال و اشتغال برای ۱۰ نفر نیز در این مراسم به صورت برخط به بهره‌برداری رسید.

طرح خانه صنایع‌دستی خیرآباد از استان سمنان نیز با حجم سرمایه‌گذاری ۲۰ میلیارد ریال و اشتغال برای ۱۰ نفر افتتاح شد.

آخرین طرح مربوط به استان یزد بود که اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی این استان، پروژه کارگاه بستنه‌بندی صنایع‌دستی را با حجم سرمایه‌گذاری ۷۰ میلیارد ریال و ظرفیت ایجاد اشتغال مستقیم برای ۱۲ نفر و اشتغال غیرمستقیم برای ۲۵ نفر، ارائه کرد که به صورت برخط و به دستور وزیر میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی به بهره‌برداری رسید.

دولتی که پای موسیقی ایستاد

تصویب و ابلاغ سند ملی موسیقی، احیای اجراهای زنده پس از یک دوره وقفه عمیق، رشد قابل توجه صدور مجوزها، از اقدامات موثر دولت سیزدهم برای رونق صنعت موسیقی کشور بود، دولتی که پای هنر و هنرمند ایستاد

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، موسیقی همواره زمینی پرحاشیه برای رئیسان جمهور ادوار مختلف بوده است. بر روی کاغذ این‌گونه تصور می‌شد که یک رئیس‌جمهور معمم نمی‌تواند آن ارتباط بهینه را با این حوزه برقرار کرده و درنتیجه اتفاق چندانی در این حوزه پرچالش رخ نخواهد داد. برای آیت‌الله رئیسی هم شاید چنین گمانه‌هایی وجود داشت تا جایی که حتی دیدار سال ۱۳۹۶ آیت‌الله با یک خواننده در فرودگاه، واکنش‌های متفاوتی را برانگیخت و رقبای انتخابات آن سال این دیدار را یک مانور تبلیغاتی عنوان کردند و علنا می‌گفتند که او پس از تمدی‌گری قوه مجریه، نخواهد توانست مشکلی از مشکلات دنیای موسیقی را حل کند.

اما امروز که تقریبا ۳۴ ماه از عمر دولت رئیسی گذشته، باید اعتراف کرد که مواقع عدیده‌ای از پیش پای صنعت موسیقی کشور برداشته شده است. رول اعطای مجوز تک‌آهنگ، آلبوم، اجرای زنده و... با رشد قابل توجهی همراه شد و فعالان بیشتری در این حوزه، وارد گود فعالیت شده‌اند.

شهادت بالای آیت‌الله در تصویب یک سند

قطعا یکی از بزرگترین دستاوردهای موسیقایی دولت، تصویب و ابلاغ سند ملی موسیقی پس از ۴ دهه است در این چهار دهه، روسای جمهور مختلف، به دلایل بسیار، نسبت به تصویب این سند، بی‌تفاوتی و خودداری نشان می‌دادند. عدم‌تصویب چنین سندی سبب شد تا تمام جریان‌های این حوزه، بر پایه‌ای از سلایق فردی مدیریتی قرار بگیرد و درنتیجه، اتفاق رو به رشد چندانی در یک صنعت پرمخاطب رخ ندهد.

اما تصویب این سند با مدیریت مستقیم آیت‌الله رئیسی سبب خواهد شد تا خط‌ومیسما موظف به حمایت از گروه‌های موسیقی شود. همان اینکاری که این رسانه در نیمه دوم دهه ۷۰ به خرج داد و سبب شد تا رونقی چشمگیر بر فضای صنعت موسیقی کشور حاکم شود بر مبنای این سند، در تلویزیون ساز نشان داده خواهد شد و فرقر از این اتفاق، یک شبکه اختصاصی موسیقی نیز راه‌اندازی خواهد شد.

با تکیه بر این سند، حمایت‌های خوبی از موسیقی نواحی به عمل خواهد آمد و دولت موظف می‌شود تا از گروه‌های موسیقی حمایت‌های چشمگیری انجام دهد. نکته مهم دیگری که در این سند به چشم می‌خورد آن‌که موسیقی به‌عنوان مولفه‌ای فقهی شناخته می‌شود که بر مبنای آن وقتی یک نظر درباره موسیقی صادر می‌شود، نفر دوم نمی‌تواند یک نظر دیگر درباره این ماجرا بدهد. همین یک بند نشان می‌دهد که تصویب این سند تا چه اندازه‌ای می‌تواند جلوی تصمیم‌های سلیقه‌ای و استانی را در حوزه موسیقی بگیرد.

این سند، بندهای دارد که همگی در خدمت اعتلای هنر موسیقی در کشور است؛ سندی که روسای جمهوری که داعیه نزدیکی با این هنر و شناخت زبان هنر داشتند، از تصویب آن سر باز زدند، توسط معممی که همواره خود را طلبه‌ای خدمتگزار می‌نامید، تصویب و ابلاغ شد تا به این ترتیب از بزرگترین دستاورد موسیقایی دولت، رونمایی شود. تصویبی که با تعجب بسیار فعالان این حوزه مواجه شد و آنها هرگز تصورش را هم نمی‌کردند که این گره با دستان سیدابراهیم رئیسی باز شود.

ممنوع‌الکار هایی که برکار شدند

آنهایی که دیدار آیت‌الله با خواننده برحاشیه را در پاویون فردوگاه، «طبیعاتی» عنوان کردند، امروز در برابر خوانندگان برحاشیه دیگری که اجازه فعالیت رسمی پیدا کرده‌اند، چه ادعایی می‌توانند داشته باشند؟ مگر آرمین زارعی، معین زندی و چند چهره دیگر که در طول چندین سال، مایکوت‌شده بودند و فرصت کار نداشتند در همین دولت، اجازه فعالیت پیدا نکردند؟ این فضاسازی به رغم اینکه زمینه فعالیت هنرمندان بیشتری را فراهم کرد و دایره کاری هنرمندان عرصه سینما و موسیقی را بسیط‌تر کرد، سبب شد تا سبک‌های کاری بیشتری در صنعت موسیقی رواج داشته باشد و مخاطبان گسترده این صنعت، حق انتخاب بیشتری برای دنبال کردن نیازهای موسیقایی خود داشته باشند.

رونق رکود زدنی اجراهای زنده و صدور مجوز

در همین حوزه نمی‌توان به رشد اجراهای زنده اشاره نکرد و آن را نستود. در ابتدای دولت، برخی هنرمندان گازهایی در دفاع آزادی در برابر دولت داشتند و شاید تصور نمی‌کردند که دریافت مجوز کارشان، ساده‌تر از دولت‌های قبلی که ادعای بسیاری در این زمینه داشت، طی شود به همین دلیل، آن عده کم، خیلی زود گارد را کنار گذاشتند و فعالیتشان را آغاز کردند. این از بدشانسی دولت بود که حادثه‌ای مانند اتفاق‌های پائیز ۱۴۰۱، ترمز این حرکت شتابان را کشید. اپوزیسیون خارج‌نشین و شبکه‌های رسانه‌ای فشار ویژه‌ای بر روی خوانندگان گذاشتند و این گزاره را القا کردند که اجرای زنده به معنی توهین به مردم و رویگردانی آنها از شماست.

القای این گزاره سبب تبیین گسترده آن شد و به همین دلیل موسیقی، آخرین صنفی بود که توانست پس از آن دوران سیاه، دوباره فعالیت خود را آغاز کند. از ابتدای بهمن ۱۴۰۱ که کنسرت‌ها پس از ۴ ماه تعطیلی، دوباره آغاز به کار کرد، نقش آیت‌الله در رونق دادن به این اجراها، غیرقابل انکار است. رونقی که رکوردهای بسیاری را در این حوزه رقم زد به‌طوری‌که تنها در ۱۰ ماه سال ۱۴۰۲ که کنسرت‌ها برگزار شدند، حدود ۵۰۰۰ نوبت کنسرت برگزار شد. نکته مهم این اجراها، توجه به عدالت فرهنگی و توزیع جغرافیایی مناسب بود که طی آن، تمام استان‌های کشور در طول ماه، پذیرای چند نوبت کنسرت در سبک‌های مختلف بود.

این روند سبب رشد فرآیند تولید هم شد به‌طوری‌که رشد قابل توجهی در صدور مجوز صورت گرفت و متعاقبا اقتصاد این شاخه از هنر با تحول شگرفی مواجه شد.

همه این اتفاقات در دوره طلبه‌ای صورت پذیرفت که شاید در نگاه اول کسی گمان نمی‌برد که دولت‌ولد چنین دستاوردهایی را در صنعت موسیقی کشور رقم بزند. روند شتابانی که آغاز شده و رئیس‌جمهور بعدی تاثیر آن است که این مسیر را ادامه دهد و این همان باقیات صالحاتی است که رئیس شهید برای تاریخ موسیقی کشور به یادگار گذاشت.

جویندگان عاطفه
(۰۲۶ ۳۲۵۴۰۰۹۹ روابط عمومی اداره کل بهزیستی البرز)

اینجا بهشت کودکان است! شاید دیوارهای رنگارنگی دارد و کودکان لباس های شیک و اسباب بازیهای خوبی دارند و می خندند اما... آغوش مادر و دستان نوازشگر پدر را گم کرده اند. در عمق چشمان مربیان شیرخوارگاه بهزیستی استان البرز غم موج می زند و همیشه چشم انتظار ندما در و پدر یکی از این کودکان شیرین زبان با دلتنگی به سراغ کوچولوهایشان بروند... برای آنها که از خانواده این کودکان اطلاعی در دست دارند.

فرزند پارسا در مورخ ۱۴۰۳/۰۱/۱۳ در بیمارستان امام علی (ع) متولد و رها گردیده است و به علت نداشتن سرپرست موثر و حسب دستور مقام محترم قضایی در مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۵ از طریق بیمارستان امام علی (ع) در بهزیستی پذیرش گردیده است . این آگهی جهت شناسایی والدین و سایر بستگان طفل چاپ شده است در صورت اطلاع از خانواده وی با شماره ۰۲۶-۳۲۵۱۸۱۸۸ تماس حاصل فرمایید.

فرزند ایمان در مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۰۱ متولد و رها گردیده است و به علت نداشتن سرپرست موثر و حسب دستور مقام محترم قضایی در مورخ۱۴۰۳/۰۳/۰۳ از طریق اورژانس اجتماعی ساوجبلاغ در بهزیستی پذیرش گردیده است . این آگهی جهت شناسایی والدین و سایر بستگان طفل چاپ شده است در صورت اطلاع از خانواده وی با شماره ۰۲۶-۳۲۵۱۸۱۸۸ تماس حاصل فرمایید.

فرزند حامی در مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۳۰ در بیمارستان امام علی (ع) متولد و رها گردیده است و به علت نداشتن سرپرست موثر و حسب دستور مقام محترم قضایی در مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۱۳ از طریق مددکار بیمارستان امام علی (ع) در بهزیستی پذیرش گردیده است . این آگهی جهت شناسایی والدین و سایر بستگان طفل چاپ شده است در صورت اطلاع از خانواده وی با شماره ۰۲۶-۳۲۵۱۸۱۸۸ تماس حاصل فرمایید.

فرزند کوهیار در مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۵ در بیمارستان کمالی متولد و رها گردیده است و به علت نداشتن سرپرست موثر و حسب دستور مقام محترم قضایی در مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۱۳ از طریق مددکار بیمارستان کمالی در بهزیستی پذیرش گردیده است . این آگهی جهت شناسایی والدین و سایر بستگان طفل چاپ شده است در صورت اطلاع از خانواده وی با شماره ۰۲۶-۳۲۵۱۸۱۸۸ تماس حاصل فرمایید.

کوتاه از هنر

بازنمایی رسانه‌ای نقش زنان در سینما

نشست تخصصی «بازنمایی رسانه‌ای نقش زنان در سینما» از مجموعه نشست‌های پنجمین جشنواره بین‌المللی فیلم «کوثر» یکشنبه ۲۰ خرداد برگزار می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از امور ارتباطات رسانه‌ای و روابط عمومی پنجمین جشنواره بین‌المللی فیلم «کوثر» نشست تخصصی «بازنمایی رسانه‌ای نقش زنان در سینما» از مجموعه نشست‌های تخصصی پنجمین جشنواره بین‌المللی فیلم «کوثر» با سخنرانی قدسیه پاینبی، زهره حسنی، غلامرضا منتظمی و جان جیمز بول، یکشنبه ۲۰ خرداد از ساعت ۱۳ تا ۱۶ به میزبانی دانشگاه صدا و سیما برگزار می‌شود.

در این نشست قدسیه پاینبی پژوهشگر و کارشناس سینما مقاله‌ای را با موضوع «زنان در سینمای دفاع مقدس» ارائه خواهد کرد. پس از آن زهره حسنی کارشناس ارشد مطالعات زنان، پژوهشگر و کارشناس سینما نیز مقاله‌ای پژوهشی را با موضوع «زن در سینمای مقاومت» ارائه می‌کند. سپس غلامرضا منتظمی مدیر بخش بین‌الملل جشنواره با نمایش چند فیلم بین‌المللی با موضوع مقاومت به ابراز سخن می‌پردازد و در خاتمه نیز جان جیمز بول فعال سیاسی ضد مهیونیسم و محقق آمریکایی نیز در خصوص «ریشه بحران‌های اخلاقی خانواده در جهان» دیدگاه‌های خود را ارائه می‌کند.

حضور برای دانشجویان و استادان دانشگاه صدا و سیما در این نشست آزاد، بوده و علاقه‌مندان برای هماهنگی حضور در نشست مذکور می‌توانند با شماره تلفن ۹۱۰۰۰۱۴۹۱۱ تماس بگیرند.

پنجمین جشنواره بین‌المللی فیلم «کوثر» از سوی «بنیاد آیه‌های ایثار و تلاش» با همکاری شهرداری تهران، موسسه تصویر شهر، معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری، سازمان امور سینمایی، بنیاد شهید و امور ایثارگران و صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران، تیر سال جاری با دبیری ناصر باکیده در تهران برگزار می‌شود.

سینمای ایران

«سامپو» در ۲ جشنواره جهانی رقابت می‌کند

فیلم کوتاه «سامپو» به کارگردانی مرضیه ریاحی، تهیه‌کنندگی حسین کاکاوند و نویسندگی مرجان ریاحی در دو جشنواره جهانی در ترکیه و اسپانیا رقابت می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، «سامپو» فیالیست پانزدهمین جشنواره جهانی فیلم کوتاه «Lions» ترکیه است که روز ۱۰ ژوئن (۲۱ خرداد) برگزیدگانش را معرفی خواهد کرد.

هدف این جشنواره کشف استعدادهای جوان در سطح بین‌المللی در عرصه فیلم‌سازی است و این رویداد کمک می‌کند تا استعدادهای درخشان در صنعت سینما توسعه یابند.

همچنین «سامپو» در سیزدهمین جشنواره جهانی فیلم کوتاه «ریورلو» اسپانیا رقابت می‌کند.

جشنواره فیلم کوتاه «ریورلو» (Riurau Film Festival) به همت انجمن غیرانتفاعی «مدرسه سینمایی ریورلو» (ECRR) در سال ۱۳۹۱ (۲۰۱۲ میلادی) تاسیس شده است. هدف از برگزاری این جشنواره ایجاد فضایی مناسب برای ملاقات فیلم‌سازان، رقابت آثار هنری از سراسر جهان و نشر و توسعه فرهنگی است.

سیزدهمین جشنواره جهانی فیلم کوتاه «ریورلو» اسپانیا ۱۷ تا ۲۸ آگوست (۲۷ مرداد تا ۷ شهریور) برگزار می‌شود.

عوامل «سامپو» عبارتند از:

کارگردان: مرضیه ریاحی، تهیه‌کننده: حسین کاکاوند
بازیگران: ایندا گیلی، مریم پوطی، هیلدا کردمچه و حنان عزیزی
نویسنده: مرجان ریاحی
مدیر فیلمبرداری: مسعود حسینی تیرانی
مدیر صدابرداری: سامان شهامت، تدوین: هانی سلمانی
طراح صحنه: فائزه محمدی
طراح لباس: لیلا طاهری
دستیار کارگردان و برنامه‌ریز: سعید آهنج
مدیر تولید: هومن محمودی
گریم: هادیه الوند
منشی صحنه: شیدا عبانی
عکاس صحنه: مهسا عبانی
اصلاح نور و رنگ: سامان مجدوطایی
جلوه‌های ویژه: علیرضا قادری قدم
طراحی و صداگذاری: سامان شهامت
صدابردار: جابر قصاریان
فیلمبردار پشت صحنه: مصطفی امامی
عکاس پوستر: فتاح ذی نوری
طراح پوستر: علیرضا ربیع‌مقدم
طراح لوگو: علیرضا قادری قدم
گروه فیلمبرداری: مهدی حسینی، احسان نادری، حسین باباخانی، علی فتحی
مسئول هماهنگی: عباس سمائی، امیرحسین بغدادی
جلسه‌نویسه کننده: محمد وصالی
جلسه‌بین مدیر تولید: حمید مرادخانی
مدیر تدارکات: فرهاد غلامزاده
دستیاران صحنه: امیرحسین محمدیاری، آیدا چرخیان، آرمیتا فرح لهبی
دستیار صدا: حسین دانفلاتی
دستیار دوم کارگردان: مهسا بنکار
ترجمه انگلیسی برای زیرنویس: بوتا لخاص
تجهیزات فنی: رضا حمامی ← اپیک
تدارکات: مجتبی خوش افکار
تهیه‌غذا: رستوران بهار ← ابراهیم خانجانی
خدمات: امید جمشیدی
حمل و نقل: علیرضا نیستانی تابینی، ابوالفضل نظرک، آرش احمد نژاد، بهرام خسروی، صمد اسدالهی سیس، ابراهیم پارسا نژاد، محصول کاکوفیلم.