کافه کتاب

عادت‌های اتمی

نویسنده: جیمز کلیر
مترجم: هادی بهمنی
انتشارات: نشر نوین

پیام آشنا: جیمز کلیر در کتاب عادت‌های اتمی یک راه ساده و اثبات شده برای ایجاد عادات خوب و شکستن عادات بد معرفی کرده است. اساس این راهکار چنین است: تغییرات کوچک، نتایج قابل توجه دارند.

کتاب عادت‌های اتمی را می‌توانید با ترجمه‌ای روان و خوانندی از هادی بهمنی، مطالعه کنید.

درباره کتاب عادت‌های اتمی

جیمز کلیر در کتاب عادت‌های اتمی به تاثیر تغیر برات کوچک در زندگی پرداخته است. چرایی این تاثیرات را توضیح داده. گام‌های ساده‌ای برای ساختن عادات بهتر معرفی کرده و در نهایت راز ماندگاری نتایج مثبت حاصل از تغییرات کوچک در زندگی را برای خوانندگانش بیان کرده است. کتاب عادت های اتمی، با سبکی جالب و روان، به ما یاد می دهد که چگونه با شناخت عادت‌های کوچک و مدیریت این عادت‌ها، هر روز یک درصد بهتر شویم. هر روز یک درصد بهتر شدن، معادل سالی ۳۷ برابر بهتر شدن است. به قول جیمز کلیر، همین رفتارها و عادت‌های کوچک است که تعیین می‌کند ۵ سال بعد کجا هستیم و چقدر موفق شده‌ایم یا شکست خورده‌ایم!

درس‌هایی که از کتاب عادت‌های اتمی یاد می‌گیریم: سیستمی طراحی کنیم که هر روز ۱ درصد بهتر شویم. عادت های بد را بشکنیم و به عادت های خوب بچسبیم! از شناختن اجتناب کنیم که اغلب افراد، موقع تغییر عادات شان مرتکب می شوند. بر نبود انگیزه و اراده غلبه کنیم. هویت قوی تری را توسعه دهیم و به خودمان اعتقاد داشته باشیم. برای عادت های جدید وقت بگذاریم (حتی وقتی زندگی با ما سر ناسازگاری دارد). محیط مان را طوری طراحی کنیم که در آن موفقیت آسان تر باشد. تغییرات کوچک و ساده ای ایجاد کنیم که نتایج بزرگی به همراه دارند و مهمتر از همه، چگونه این ایده‌ها را در زندگی واقعی مان به اجرا در آوریم.

در بخش‌های مختلف کتاب عادت‌های اتمی درباره چه چیزی صحبت شده است؟

بخش ابتدایی این کتاب درباره این است که چرا تغییرات کوچک، موجب تفاوت‌های بزرگ می‌شوند. برای همین درباره قدرت غافلگیرکننده‌ی عادت‌های اتمی صحبت و ۴ گام اصلی در زمینه ساختن عادت‌های بهتر را معرفی می‌کند. این ۴ گام عبارتند از:

۱-آن را شفاف و آشکار کنید.
۲-آن را جذاب کنید.
۳-آن را ساده کنید.
۴-آن را رضایت بخش کنید.

در نهایت هم درباره این صحبت می‌کند که چگونه می‌توانیم از کم و بیش خوب به واقعاً عالی تبدیل شویم و رازی که باعث ماندگاری نتایج می‌شود را افشن می‌کند!

کتاب عادت‌های اتمی را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم؟

مطالعه‌ی کتاب عادت های اتمی برای همه مفید است. با این حال اگر به دنبال روشی خوب برای ترک عادت‌های بد می‌گردید، کتاب عادت های اتمی را بخوانید. همچنین اگر احساس می‌کنید موفقیت در زندگی همیشه برنامه‌ریزی می‌کنید و دوست دارید به اهدافتان در زندگی دست پیدا کنید، خواندن کتاب عادت‌های اتمی را فراموش نکنید.

جملاتی از کتاب عادت‌های اتمی

عادت‌ها غالباً 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، غالباً دره‌های ناامیدی وجود دارند. انتظار دارید که پیشرفتتان به‌صورت خطی باشد و وقتی می‌بینید تلاش هایتان 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 هرگونه پروسه ترکیب شدن است: قدرتمندترین نتایج با تاخیر ظاهر می‌شوند.

این یکی از دلایل اصلی برای شعارهای ایجاد عادت‌های ماندگار است. قرار 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 خودتان را کنار می‌گذارید. اما به منظور ایجاد تفاوت‌های معنادار، عادت باید به اندازه کافی پابرجا بمانند تا لانه فتح شود—که آن را «لانه 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. غالباً به این خاطر است که هنوز «لانه پتانسیل پنهان» را فتح نکرده‌اید. وقتی بالاخره «لانه پتانسیل پنهان» را فتح کردید، قرار آن را یک موفقیت یک‌شبه خواهند نامید!

درباره جیمز کلیر

جیمز کلیر (متولد ۲۲ ژانویه‌ی ۱۹۸۶) نویسنده، بلاگ‌نویس و سخنران مشهور آمریکایی است. نوشته‌های کلیر بر موضوعاتی مانند چگونگی شروع کردن عادت‌های خوب و یا بیندید ماندن به آن‌ها، اجتناب از انتخاب‌های بد، انجام کارهای بیشتر در زمان کمتر و نحوی ایجاد فرآیندهای بهتر متمرکز است و مهم‌تر از همه این است که کلیر در مورد چگونگی بیلاه‌سازی این ایده‌ها در زندگی روزمره می‌نویسد.

کلیر از سال ۲۰۱۲ در وبسایت JamesClear.com درباره‌ی موضوعاتی از جمله عادت‌ها، تصمیم‌گیری و بهره‌وری، مستمر در زندگی نوشته است. کلیر نویسنده‌ی یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز، عادت‌های اتمی است که بیش از ۸ میلیون نسخه در سراسر جهان فروخته و تاکنون به بیش از ۵۰ زبان ترجمه شده است. کلیر همچنین به سبب خبرنامه‌ی محبوب ۳-۲-۱ خود که هر هفته برای بیش از ۱ میلیون مشترک ارسال می‌شود، شناخته شده است. او علاوه بر نوشتن کتاب‌ها و بلاگ‌نویسی، برای کمپانی‌ها و همایش‌های بزرگ و مشهوری نیز سخنرانی کرده است.

جیمز کلیر مدافع ایده‌های مفید است. اصلی‌ترین سؤالی که او از طریق کارش بررسی می‌کند این است که «چگونه می‌توانیم بهتر زندگی کنیم؟» به عبارت دیگر، کلیر قصد دارد ایده‌های عالی را پیدا کند و آن‌ها را به گونه‌ای توضیح دهد که به راحتی در زندگی روزمره قابل استفاده باشند.

بیشتر مفاهیمی که کلیر درباره‌ی آن‌ها می‌نویسد، متعلق به خودش نیستند. این ایده‌ها ایده‌هایی هستند که او پس از ساعت‌ها تحقیق بر اساس آن‌ها، نکات مهمی را کشف کرده است. کلیر به دنبال روشن‌بینی در تمام زمینه‌ها است: از معماری، زیست‌شناسی، اقتصاد، تاریخ، ریاضیات و فیزیک گرفته تا فلسفه. مورد دیگر، کلیر وظیفه خود می‌داند که بهترین ایده‌ها را بیابد و آن‌ها را به گونه‌ای توضیح دهد که عملی و قابل درک باشند.

وزیر فرهنگ مطرح کرد:

حمایت ویژه از فعالیت‌های مردمی در حوزه قرآن

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی گفت: ظرفیت‌های مردمی به قدری پرتوان هستند که تصدی فعالیت‌های قرآنی را انجام دهند؛ ما هم از تشکل‌ها و فعالیت‌های مردمی در حوزه قرآن به صورت ویژه حمایت می‌کنیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، محمدمهدی اسماعیلی، وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در اولین مجمع عمومی بنیاد بین‌المللی فعالیت‌های قرآنی بانوان در معاونت قرآن و عترت این وزارتخانه با تقدیر از دست اندرکاران این معاونت در ارائه طرح‌های نوین قرآنی در حوزه نشر کتاب آسمانی گفت: در دوره جدید فعالیت های معاونت قرآن و عترت نسبت به ابتکارانی در حوزه‌های قرآنی فراهم شده است که انتظار می‌رود با بسط این ابتکارات قرآنی در سطح استان‌های کشور شاهد بهره‌مندی از ظرفیت بانوان قرآنی سراسر کشور و گسترش فرهنگ قرآنی باشیم.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی با برشمردن نمونه‌هایی از تلاش موفق جهادگران قرآنی در نقاط مختلف کشور برای ترویج فعالیت‌های قرآنی در سراسر کشور، از مسئولان معاونت قرآن خواست با حضور در شهرستان‌ها، از نزدیک در جریان ظرفیت‌های قرآنی استانی قرار گیرند.

عضو شورای عالی انقلاب فرهنگی در ادامه با اشاره به سیاست‌های وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در ترویج و نشر فرهنگ قرآنی افزود: رویکرد اصلی ما در معاونت قرآن و عترت، سیاست‌گذاری، هدایت و نظارت است و کار اصلی حمایت از تشکل های مردمی در این حوزه است. خدا را شکر ظرفیت‌های مردمی به قدری پرتوان هستند که تصدی فعالیت‌ها را انجام دهند. اسماعیلی با اشاره به ضرورت ترویج فرهنگ تلاوت و قرائت قرآن در سطوح مختلف جامعه به خصوص برپایی کرسی‌های تلاوت خاتگی قرآن مجید و آموزش روخوانی قرآن برای کودکان و نوجوانان، گفت: گام نخست پیش روی معاونت قرآن، اشاعه و ترویج امر تلاوت قرآن در میان اقشار جامعه است تا نور و برکت تلاوت قرآن در جامعه گسترده شود. وی در ادامه با تبیین نمونه موردی وضعیت تلاوت قرآن در جامعه مصر گفت: مصر در سال ۱۷۹۸ به تصرف ارتش فرانسه درآمد و اتفاقاً فرانسوی‌ها تغییر در جامعه مسلمان مصر را از زنان و خانواده آغاز کردند، اما با این وجود، رواج تلاوت قرآن در جامعه مصر موجب شد پس از ۲۰۰ سال، شاهد اسلام خواهی و تربیت برترین قاریان قرآن در این کشور باشیم.

وزیر فرهنگ به جایگاه تربیت قرآنی در پرورش انقلاب اسلامی پرداخت و گفت: انقلاب ما از کلاس‌های درس قرآن آیت‌الله طالقانی در مسجد هدایت تهران و جلسات تبیین قرآن رهبر معظم انقلاب در مسجدی کوچک در مشهد تغذیه شد. مساجد، منابر و حسینیه‌ها به عنوان مزیت مطلق انقلاب ما نیروهایی را تربیت کردند که با این تفکر پس از انقلاب نیز عهده‌دار مسئولیت‌های مهمی در کشور شدند. وی با بیان این که انقلاب اسلامی یک انقلاب فرهنگی است، تاکید کرد: رهبران انقلاب، ما همگی از اندیشه‌ورزان فرهنگی بودند و همین ذات فرهنگی، بستر گفت‌وگوی مؤثر چهره به چهره و روشنگری در سطح جامعه به ویژه دانشگاه‌ها را فراهم می‌کند.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی با اشاره به اهمیت شکل‌گیری بنیاد بین‌المللی فعالیت‌های قرآنی بانوان ادامه داد: پیروزی انقلاب اسلامی و شکل‌گیری نظام اسلامی با محوریت جریان نوانديش دینی فرصت حضور مؤثر اجتماعی و سیاسی را برای زنان ایرانی فراهم کرد که نمونه آن را می توان در حضور پرافتخار زنان، امدادگر در خط مقدم دفاع مقدس و پشتیبانی مادران و همسران از رزمندگان مشاهده کرد. اسماعیلی تصریح کرد: دولت از حضور زنان متدین جهادگر و آشنا به شرایط روز در سطوح مختلف فعالیت سیاسی اجتماعی استقبال می‌کند.

سرپرست اداره کل میراث فرهنگی البرز:

مرمت کاخ مروارید پیگیری می‌شود

سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی البرز گفت: پیگیر مرمت کاخ مروارید از طریق جذب اعتبارات استانی و ملی یا واگذاری به بخش خصوصی بر اساس قوانین مربوطه هستیم.

به گزارش پیام آشنا، یحیی دارایی در بازدید از کاخ مروارید از نزدیک به بررسی میدانی مشکلات این کاخ پرداخت و اظهار کرد: پیگیر مرمت کاخ مروارید از طریق جذب اعتبارات استانی و ملی یا واگذاری به بخش خصوصی بر اساس قوانین مربوطه هستیم.

سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی البرز رفع مشکلات این کاخ از جمله مرمت بنای کاخ را از جمله مهمترین اقدامات در مورد این کاخ برشمرد.

گردشگری البرز دارای بیشترین فرصت سرمایه گذاری است

سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی البرز همچنین با بیان این موضوع که گردشگری البرز دارای بیشترین فرصت سرمایه‌گذاری است، گفت: این اداره با معرفی ۲۸ فرصت سرمایه‌گذاری در زمینه گردشگری، بیشترین فرصت‌ها را برای جذب سرمایه‌گذار معرفی کرده است و از افراد واجد شرایط برای سرمایه‌گذاری در طرح‌های مختلف دعوت می‌کند.

دارایی با اشاره به اینکه استان البرز به عنوان استانی چهار فصل فرصت‌های سرمایه‌گذاری زیادی به خصوص در زمینه گردشگری دارد، اظهار کرد: با توجه انجام طرح مطالعاتی موسوم به طرح جامع گردشگری، ۵۰ فرصت سرمایه‌گذاری در زمینه گردشگری احصا شد تا در اطلس سرمایه‌گذاری وزارتخانه و استان بارگذاری شوند. به گفته سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی البرز این فرصت‌ها به اداره کل سرمایه‌گذاری وزارتخانه و اداره امور اقتصادی و دارایی به عنوان دبیر فرصت‌ها و بسته‌های سرمایه‌گذاری استان فرستاده‌ایم. دارایی با بیان اینکه در جلسات کارشناسی انجام شده، از بین ۵۰ فرصت، ۲۸ فرصت برای دریافت مجوزهای بینام انتخاب شدند، اظهار کرد: این ۲۸ فرصت توسط اداره اقتصاد و دارایی به ما اعلام و برای استعلامات لازم از ادارات مرتبط مثل آب، برق، گاز، راه و شهرسازی، منابع طبیعی، محیط زیست و رامداری ارسال شد. وی افزود: این فرصت‌ها در نهایت پالایش می‌شود و تعداد باقی مانده به عنوان فرصت‌های سرمایه گذاری در فراخوانی برای جذب سرمایه‌گذار اعلام و به سرمایه گذارانی که شرایط لازم را احراز کنند واگذار می‌شود.

رویکرد جدی برای تشکیل هرچه سریعتر دبیرخانه ثبت جهانی تپه ازنیکی

وی در ادامه به موضوع ثبت جهانی محوطه ازنیکی هم اشاره کرد و گفت: چند ماه پیش جلسانی برای تشکیل این دبیرخانه برگزار شد اما با تأخیر مواجه شد و اکنون رویکرد بر تسریع در تشکیل این دبیرخانه و طی مراحل ثبت جهانی تپه ازنیکی است.

دارایی افزود: تپه ازنیکی یکی از آثار باستانی و تاریخی شاخص کل کشور است که اولین خشت دست سازبشری در این منطقه یافت شد و اکنون در سازمان ملل قرار دارد.

سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی البرز با بیان اینکه این تپه در سال ۱۳۵۲ به ثبت ملی رسیده، گفت: با توجه به اهمیت تاریخی این تپه، ظرفیت ثبت جهانی را دارد به همین خاطر به دنبال این هستیم که بتوانیم دبیرخانه ثبت جهانی این تپه را در شهرستان نظرآباد ایجاد کنیم.

دارایی ادامه داد: برای این منظور باید با دستگاه‌های مختلفی رایزنی و مشارکت داشته باشیم. برای تشکیل این دبیرخانه در نظرآباد به همکاری ارگان‌هایی چون شهرداری، فرمانداری، جهاد کشاورزی، منابع طبیعی و محیط زیست این شهرستان و همچنین نخبه‌ها و دوستداران میراث فرهنگی سراسر استان به خصوص شهرستان نظرآباد نیاز داریم.

او افزود: به زودی با هماهنگی این دستگاه‌ها دفتر دبیرخانه ثبت جهانی محوطه ازنیکی را در نظرآباد افتتاح خواهیم کرد. پس از تشکیل دبیرخانه در نظرآباد نسبت به تشکیل دبیرخانه استانی به ریاست استاندار برای همراه کردن ادارات کل استان اقدام می‌شود.

ضرورت توجه به برنامه‌های تربیتی در مدارس غیردولتی البرز

مدیرکل آموزش و پرورش البرز گفت: برنامه‌های تربیتی در مدارس غیردولتی استان مورد توجه قرار گیرد؛ چرا که از اهمیت بالایی برخوردار است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، علی حجرگشت ظهر دوشنبه در جلسه شورای هماهنگی موسسین مدارس غیردولتی استان البرز که در یک مرکز آموزشی و رفاهی در کرج برگزار شد، افزود: آموزش بسیار ارزشمند است اما مسائل تربیتی برای دانش آموزان از اهمیت بالاتری برخوردار است.

وی با اشاره به اینکه بیشترین توجه مدارس غیر دولتی به امور آموزشی و علمی معطوف شده است، خاطرنشان کرد: دانش آموزان در فرآیند تعلیم و تربیت باید تمام ساحتی تحت پوشش قرار گیرند تا آسیب نبینند.

وی تصریح کرد: باید به آسیب‌های اجتماعی ندغدغه جدی داشته باشیم و با برنامه ریزی برای اجرای برنامه‌های تربیتی زمینه کاهش آسیب دیدگی دانش آموزان را در البرز به وجود آوریم.

حجرگشت یادآورشد: نگاه ما باید به ترمیم مسائل تربیتی در همه مدارس حاکم شود زیرا آسیب‌های اجتماعی عجیب و غریب شده است.

وی با بیان اینکه نباید قوانین و مقررات حاکم بر آموزش و پرورش را بشکنیم، یادآور شد: همه ما در مقابل طلبغه‌های که در عرصه تعلیم و تربیت داریم، مسؤول هستیم لذا باید از تمام ظرفیت‌ها به ویژه اولیا کمک بگیریم.

مدیرکل آموزش و پرورش استان البرز از موسسین مدارس غیردولتی به عنوان خبرین در عرصه تعلیم و تربیت یاد کرد و افزود: با همت این عزیزان ۸۵ هزار دانش آموز این استان در مدارس غیردولتی تحصیل می‌کند در حالی که اگر مدارس غیر دولتی نبود مشکلات کمبود فضای آموزشی و نیروی انسانی در آموزش و پرورش البرز با چالش بیشتری مواجه بود.

مدیرکل آموزش و پرورش استان البرز در ادامه به نقش مهم اربو در فرآیند مسائل تربیتی در مدارس پرداخت و عنوان کرد: باید به انجام اردوهای دانش آموزی یک روزه و حتی درون مدرسه با تدوین برنامه‌های متنوع برای تقویت روحیه نشاط و آموزش مهارت‌ها به دانش آموزان اقدام کرد.

حجرگشت برگزاری اردوهای پیشرفت را نیز برای دانش آموزان البرز ضروری دانست و تاکید کرد: استان دارای مراکز علمی، صنعتی، تولیدی و پژوهشی مهمی است که باید زمینه بازدید دانش آموزان از این مراکز مهم که از دستاوردهای انقلاب می‌باشد را به وجود آورد.

در این جلسه مشکلات مدارس غیر دولتی استان البرز در قالب کارگروه‌های مختلف مورد بررسی قرار گرفت.

آیین پایانی سومین جشنواره ملی امیر کبیر در بهمن برگزار خواهد شد

رئیس جهاددانشگاهی البرز گفت: در جشنواره امیرکبیر طرح‌هایی که توانسته باشند کارفرما جذب کنند و مورد حمایت قرار گرفته باشند بررسی می‌شود. اطلاع‌رسانی این موضوع در دانشگاه‌های سراسر کشور، پارک‌های علم و فناوری و مراکز علمی و تحقیقاتی انجام شده و اختتامیه جشنواره هم در بهمن ماه برگزار خواهد شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، احمدرضا فیروزی-رئیس جهاد دانشگاهی البرز در جلسه مشترک شورای سیاستگذاری و کمیته علمی سومین جشنواره ملی امیرکبیر به میزبانی بنیاد ملی نخبگان البرز ضمن قدردانی از بنیاد نخبگان جهت میزبانی این جلسه، با بیان اینکه تاکنون تجربه دو دوره برگزاری جشنواره امیرکبیر را داریم، گفت: در این دو دوره بیش از ۳۵۰ پایان نامه و رساله از سراسر کشور ارسال شد. فیروزی با تأکید بر تقویت ارتباط میان دانشگاه با صنعت و جامعه و اهمیت آن در جشنواره امیرکبیر، افزود: پس از برگزاری دو دوره جشنواره امیرکبیر تا حدود زیادی گفتمان تقاضامحوری پایان‌نامه‌های دانشجویی در ادبیات دانشگاهی وارد شده است؛ به گونه‌ای وزارت علوم هم مشخصاً به موضوع پایان نامه‌های تقاضامحور ورود کرده است و نشانگر آن است که موضوع در ساختار علمی کشور مورد توجه قرار گرفته است. ادبیات پژوهش کاربردی در وزارت عتف شکل گرفته است. محمد نیبوئی- رئیس بنیاد نخبگان استان البرز هم در این نشست با اشاره به اهمیت پژوهش‌های کاربردی و تقاضامحور، گفت: در هفته پژوهش چهارسال پیش البرز سالمه‌ای برای اتصال پژوهشگران به افرادی که نیازمند پژوهش هستند رونمایی شد که ایده خوبی بود. نیبوئی با اشاره به برگزاری دو دوره جشنواره امیرکبیر و فراهم سازی مقدمات برگزاری سومین دوره این جشنواره ملی در استان البرز، گفت: به نظر می‌رسد در وزارت عتف هم این ادبیات شکل گرفته و با دانشگاه‌ها مکاتبه‌ای برای اعلام آمار رساله‌ها و پایان‌نامه‌های تقاضامحور صورت گرفته است. رئیس بنیاد نخبگان استان البرز ادامه داد: اگرچه این جشنواره تبط استان البرز برگزار می‌شود ولی یک جشنواره ملی است باید اطلاع‌رسانی آن در سراسر کشور انجام شود در همین راستا می‌توان از ظرفیت انجمن‌های علمی، پارک‌های علم و فناوری، مراکز و کارخانه‌های نوآوری و ـ استفاده کرد. وی در پایان گفت: در این جشنواره یک رساله و یک پایان‌نامه از هفت گروه کشاورزی و محیط زیست، علوم پزشکی، انسانی، علوم پایه، هنر و معماری، فنی و مهندسی و علوم دامی و دامپزشکی به عنوان پژوهش‌های برتر قدردانی خواهند شد.

محمدرضا رحیمی وزیر مشاور علمی و فناوری استاندار البرز نیز در این جلسه با اشاره به اهمیت انجام پژوهش کاربردی گفت: سوی پژوهش باید به سمت حل مسائل کشور باشد. گفتنی است: متقاضیان برای شرکت در این جشنواره که با همکاری جهاد دانشگاهی برای شرکت در این نقش تاکنون جایزه نوروز جهاد دانشگاهی البرز، اتاق بازرگانی البرز، بنیاد نخبگان البرز، سازمان انتشارات و دانشگاهها مراکز علمی و تحقیقاتی و پژوهشی ده‌ها سال جای برگزار می‌شود، می‌توانند با مراجعه به پایگاه اینترنتی جشنواره به نشانی payanname.alborzjde.ir نسبت به بارگذاری مستندات مورد نیاز برای شرکت در جشنواره اقدام نمایند و برای آگاهی بیشتر با شماره‌های ۰۲۶۳۴۵۰۵۱۵۱ و ۰۲۶۳۲۵۲۱۱۲۴ داخلی ۱۱۴ تماس بگیرند.

انجمن قاصدک حامی کودکان کار
برگزاری مجمع عمومی عادی نوبت سوم

انجمن قاصدک حامی کودکان کار به شماره ثبت ۳۵۰۹، به شناسه ملی ۱۴۰۰۶۷۳۴۹۵۶ با مجوز شماره ۲۱/۲۲/۲۹۸۴ مورخ ۱۳۹۶/۱/۲۷ از استانداری البرز، از کلیه اعضای مجمع این انجمن دعوت میکند تا در تاریخ ۱۴۰۱/۱۰/۲۲ ساعت ۱۱ صبح در محل دفتر انجمن به آدرس البرز، شهر کرج، مهرشهر، بلوار ولیعصر، خیابان پنجم شرقی، پلاک ۷، کد پستی ۳۱۸۶۷۴۶۶۴۸ حضور به هم رسانید.

دستور جلسه:
بررسی گزارشات و صورت حساب های مالی، استماع و رسیدگی به گزارش هیات مدیر و بازرس(ها)، بررسی و تصویب یا رد پیشنهادات هیات مدیره

حج چه خبر

دارندگان قبض حج اطلاعاتشان را به‌روز کنند

سازمان حج و زیارت در پیش اطلاعیه‌ای با مشخص کردن اولویت‌های تشرف به حج تمتع ۱۴۰۲ اعلام کرد: دارندگان قبوض ودیعه‌گذاری حج تمتع با مراجعه به سامانه این سازمان، اطلاعات خود را به‌روزرسانی و مدارک خود را هم تکمیل کنند.

به گزارش پیام آشنا، روابط عمومی سازمان حج و زیارت با صدور پیش اطلاعیه اعلام کرد: طی روزهای آینده و با حصول شرایط لازم، تبختار از افراد واجد شرایط تشرف به حج تمتع ۱۴۰۲ در کاروان‌ها را آغاز می‌شود.

لذا متقاضیان بر مبنای مذاکرات مقدماتی و پیش‌بینی صورت گرفته و به حسب ظرفیت تخصیصی به جمهوری اسلامی ایران، گروه‌های اشاره شده در جدول زیر در اولویت اعزام به حج تمتع سال آتی قرار دارند و لازم است افراد مشروحه در اولویت‌های دوم تا پنجم در صورت تمایل به تشرف از هم اکنون برنامه‌ریزی لازم را داشته و برای به روزرسانی اطلاعات خود در سامانه سازمان حج و زیارت نیز تکمیل مدارک به ویژه تهیه گذرنامه دارای اعتبار اقدام کنند.

اولویت اول، جامعه هدف (مشمولان تشرف) افرادی هستند که در کاروان‌های حج سال ۱۳۹۹ نامنویسی کرده و وجوه مربوط را واریز کرده‌اند، اما به دلیل لغو حج در آن سال موفق به تشرف نشدند و تاکنون نیز انصراف نداده‌اند. درصورت عدم مراجعه این افراد، برای تکمیل ظرفیت خالی کاروان‌ها، اولویت‌های بعدی فراخوان خواهند شد.

اولویت دوم، همه دارندگان قبوض ودیعه‌گذاری حج تمتع تا تاریخ ۲۹/۱۲/۱۳۸۵ هستند، که لازم است این افراد قبل از نامنویسی، با مراجعه به سامانه نسبت به تکمیل اطلاعات خود و اخذ کدرهگیری اقدام نمایند.

اولویت سوم، دارندگان قبوض ودیعه‌گذاری حج تمتع تا تاریخ ۳۱/۰۱/۱۳۸۶ هستند

نام‌نویسی از این اولویت‌ها صرفاً بمنظور تکمیل ظرفیت خالی در کاروان‌های اعلامی خواهد بود. لازم است این افراد نیز قبل از نامنویسی، با مراجعه به سامانه نسبت به تکمیل اطلاعات خویش و اخذ کدرهگیری اقدام نمایند.

اولویت چهارم، دارندگان قبوض ودیعه‌گذاری حج تمتع تا تاریخ ۳۱/۰۲/۱۳۸۶

اولویت پنجم، کلیه دارندگان قبوض ودیعه‌گذاری حج تمتع از تاریخ ۳۱/۱۲/۱۳۸۶ به بعد به صورت پرونده‌ساز و صرفاً تا تکمیل ظرفیت کاروان‌ها در سطح مرکز استان.

در این پیش اطلاعیه نکات مهمی تذکر داده شده است:

همه ودیعه‌گذاران باید قبل از نامنویسی در کاروان نسبت به مراجعه به سامانه و تکمیل اطلاعات خود و اخذ کد رهگیری اقدام کنند، در غیراین صورت امکان انتخاب کاروان و ثبت نام در آن را نخواهند داشت.

متقاضیان اعزام برای سفر حج تمتع سال ۱۴۰۲ باید دارای گذرنامه حداقل با تاریخ اعتبار ۲۰۱۴/۰۱/۰۱ باشند.

اطلاعیه تکمیلی شامل نام از واجدین شرایط در تاریخ ۲۶ دی ماه ۱۴۰۱ منتشر خواهد شد.

کوتاه از فرهنگ

کارگروه ملی نوجوانان تشکیل شود

دبیر شورای فرهنگ عمومی کشور با تاکید بر لزوم همگرایی، هم افزایی و هماهنگی نهادهای مرتبط با نوجوانان گفت: ضرورت دارد کارگروه ملی نوجوانان را تشکیل دهیم که در رأس آن موضوعات هویت و نشاط آفرینی باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی شورای فرهنگ عمومی کشور، سیدحمید امامی در جلسه تمهیدی تشکیل کارگروه ملی با موضوع نوجوان ایرانی اظهار کرد، در معاونت پرورشی و فرهنگی ظرفیت بسیار خوبی احیا شده است زیرا مسأله‌ملی ما نوجوانان هستند.

دبیر شورای فرهنگ عمومی کشور با تاکید بر لزوم همگرایی، هم‌افزایی و هماهنگی نهادهای مرتبط با نوجوانان گفت: ضرورت دارد کارگروه ملی نوجوانان را تشکیل دهیم که در رأس آن موضوعات هویت و نشاط آفرینی باشد.

امامی گفت: می‌توانیم برای نشاط نوجوانان ظرفیت ایجاد کنیم. امکان‌سنجی تشکیل این کارگروه مهم است تا ماموریت های نظام تعلیم و تربیت محقق شود.

وی ادامه داد: فرصت دیگر ارتباط با نوجوان ایرانی، خانه و خانواده است. فرصت بعدی نیز مساجد هستند زیرا نوجوانی یک وضعیت است نه یک دوره کلاسیک. مسائل نوجوانی باید رصد، مواجهه و در صورت لزوم مداخله شود.

اعضای حاضر در این جلسه به بیان توضیحاتی پیرامون ظرفیت‌های خود در حوزه فرهنگی نسل نوجوان پرداختند.

سینمای جهان

بازیگر «نهنگ» از «پالم اسپرینگز ۲۰۲۳» جایزه می‌گیرد

جشنواره پالم اسپرینگز برای نقش آفرینی در فیلم سینمایی «نهنگ» به برندن فریزر جایزه می‌دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ورایتی، برندن فریزر برای بازی در فیلم «نهنگ» ساخته دارن آرونوفسکی با دریافت جایزه اپالتلات جشنواره فیلم پالم اسپرینگز ۲۰۲۳ تجلیل می‌شود.

«نهنگ» رومانی نمایشنامه ساموئل دی هاتر ساخته شده و داستان چارلی با بازی فریزر را تصویر می‌کند که یک معلم ادبیات انگلیسی چاق و منزوی است وسعی دارد روابطش با دخترش را بهبود ببخشد. فریزر برای بازی در این نقش تاکنون جایزه تورنتو را دریافت کرده و نامزدی گلدن گلوب، گاتهام و جولیز منتخب منتقدان را کسب کرده است. این بازیگر برای نقش آفرینی در فیلم‌هایی چون «سفر به مرکز زمین»، «صادقه»، «سحور»، «جورج جنگل»، «حال و آینده»، «افتخار»، «فجایزی از گذشته»، «کلمه‌وکما»، «روابط مدرسه»، «سینومن» و «گفته» «موبایلی» شناخته می‌شود. در تلوزیون هم او بازیگر سریال‌هایی چون «چوب بازیول»، «حرفه‌ای‌ها»، «کاندور» «اعتماد»، «رابطه»، «خیزش تگزاس» و «فکراب» بوده است.

پیشتر اعلام شده بود امسال با اهدای جایزه نخل صحرایی جشنواره پالم اسپرینگز از کیت بلانشت برای ایفای نقش در فیلم «هل» تجلیل می‌شود. جوایز بین‌المللی فیلم پالم اسپرینگز ۵ ژانویه ۲۰۲۳ در مرکز همایش پالم اسپرینگز برگزار می‌شود و جشنواره تا ۱۶ ژانویه ۲۰۲۳ ادامه خواهد داشت.