■ سال بیست‌وششم ■ شماره ۷۴۸۹ ■ پنجشنبه ■ ۲۲ آبان ۱۳۹۹

ایران

صاحب امتیاز: خبرگزاری جمهوری اسلامی
مدیرمسئول: مهدی شفیعی
سردبیر: جواد دلیری

تلفن: ۸۸۷۶۱۷۲۰ نمابر: ۸۸۷۶۱۲۵۴ ارتباط مردمی: ۸۸۷۶۹۰۷۵
پیامک: ۳۰۰۰۴۵۱۲۱۳ روابط عمومی / نشانی: تهران خیابان خرمشهر،شماره ۲۰۸
صندوق پستی: ۵۳۸۸-۱۵۸۷۵ / امور مشترکین: ۸۸۷۴۸۸۰۰
چاپ: شرکت چاپ جام‌جم / سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی
چاپخانه جام‌جم برتر برنا
سازمان آگهی‌های روزنامه ایران: دارنده گواهینامه ایزو ۹۰۰۱ از شرکت NISCERT
تهران خیابان خرمشهر شماره ۱۶ / پذیرش سازمان آگهی‌ها: ۱۸۷۷ (۰۲۱)
انتشارات مؤسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران: ۵-۸۸۵۴۸۸۹۲
http://irannewspaper.ir

اذان ظهر ۱۱/۴۹ | اذان مغرب ۱۷/۱۸ | نیمه شب شرعی ۲۳/۰۶ | اذان صبح فردا ۵/۱۲ | طلوع آفتاب فردا ۶/۳۹

سخن روز

امام‌علی(ع):
نادانی، مایه مرگ زندگان و دوام بدبختی است.
تصنیف‌غررالحکم‌ودررالکلم ص ۷۵

ترامپ از تمام روش‌های بدترین دیکتاتورهای تاریخ استفاده کرد

رابرت دنیرو: در آینده افراد دیگری مانند ترامپ خواهند بود، شاید نه در طول عمر من. اما کسی از راه می‌رسد که بسیار باهوش‌تر، حساس‌تر و بدطینت‌تر است و می‌تواند عموم مردم را گول بزند. ترامپ هم از تمام روش‌های بدترین دیکتاتورهای تاریخ استفاده کرد. می‌گویند می‌خواهند برای مردم چه کار کنند. آلمان را دوباره بزرگ کنند، ایتالیا را دوباره بزرگ کنند، امریکا را دوباره بزرگ کنند. این کار استفاده از بدترین تبعیض‌های مردم و بدترین ضعف‌های عموم است، آن هم به جای اینکه آنها را رهبری کنند و به آنها الگویی مثبت برای پیروی بدهند.

هشدار این بازیگر برنده اسکار برای بازگشت ترامپ/مهر

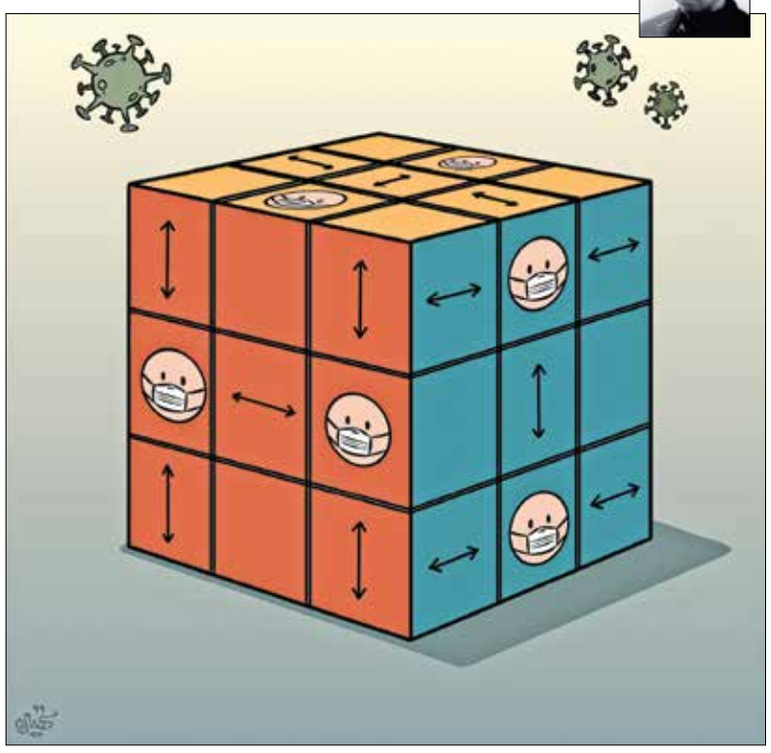
دو جور درد داریم؛ دردهایی که باعث قوی‌تر شدنت میشن و دردهای بی‌فایده. دردهایی که فقط بابتشون زجر می‌کشی. من طاقت چیزهای بی‌فایده رو ندارم.

سریال خانه پوشالی (House of Cards)

نـــگاره

سهیل محمدی

لزوم استفاده از ماسک
و حفظ فاصله اجتماعی در شرایط کرونایی



#کرونا

هشتگ

کرونا دیروز با ۴۶۲ فوتی دوباره رکورد زد. با اجرای طرح تعطیلی مشاغل از ساعت ۱۸ بحث درباره کرونا و این قانون در شبکه‌های اجتماعی داغ شده بود و با این آمار بحث بیشتر هم شد. بخصوص اینکه داوود فیرحی از استادان علوم سیاسی دانشگاه تهران در میان درگذشتگان کرونا بود: «روزهای اول ۱۰ نفر میمردن، از ترس از خونه بیرون نمیومدیم، همه جا هم تعطیل بود. الان ته ری‌اکشن به ۴۶۲ فوتی کرونا شده: ای بابا، باز رفت بالاتر»، «درسته که کرونا داره هر روز رکوردهای جدید در مبتلا و فوتی میزنه ولی در نظر بگیرین که امروز تعداد تست‌ها به عدد ۴۲۶۲۱ رسید. چیزی که در اوایل اسفند زیر ۱۰۰۰ تست در روز بود. افزایش تعداد تست در کنار رعایت پروتکل‌ها میتونه راهکاری برای رسیدن به وضعیت بهتر تا رسیدن واکسن باشه.»، «قاصدک! هان چه خبر آوردی؟ از کجا وز که خبر آوردی؟- خبر؟ فاجعه ادامه داره، روزی چند صد نفر می‌میرند»، «کرونا اینجا داره نسل کشی می‌کنه»، «وضعیت از قرمز و بحرانی و... گذشته! وارد فاز فاجعه شدیم»، «با این تعداد مبتلای روزانه، متأسفانه تا دو سه هفته دیگه آمار رسمی فوتی‌ها به بالای ۶۰۰ نفر میرسه (غیر رسمیش حدود ۱۵۰۰ نفر) تا واکسن کرونا برسه به ایران، چند نفرمون زنده میمونه؟»، «چهارصد و شصت و دو جان. آن همه انسان عزیز که ستاره ایشان دانشمند دانشگاه تهران بود»، «با این قانون جدیدی که گذاشتن کسبه چطور کرایه مغازه هاشونو بدن؟ چطور زندگیشون بچرخه؟»، «جالبه با توجه به محدودیت ساعت کاری اصناف تا ساعت ۱۸ موجب ازدحام بیشتر مردم به‌دلیل کم شدن ساعت کاری شده»، «کرونا باید چند تا دیگه از بزرگان و دانشمندان و افراد مشهور و تأثیرگذار ما رو بگیره ازمون تا یه فکری به حالش کنیم؟»، «ساعت کاری رو کردن تا ساعت ۶، ساعت شش کل تهران تعطیل شده، همه هجوم بردن به مترو، جای سوزن انداختن نبود.»

شهروند مجازی

یگانه خدامی

خون اهدا کنیم

ماجرا

کمبود خون در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی کشور به‌مرحله بحرانی رسیده و هر روز خبرهایی می‌خوانیم و می‌شنویم که عمل‌های جراحی لغو می‌شوند و از مردم خواسته می‌شود خون اهدا کنند. در این شرایط کسانی از احتمال ابتلا به کرونا هنگام اهدای خون می‌ترسند اما کاربران زیادی در شبکه‌های اجتماعی سعی می‌کنند با توضیح دادن شرایط مراکز انتقال خون بقیه را به اهدای خون ترغیب کنند. البته خیلی‌ها هم از شرایط سختگیرانه اهدای خون گله می‌کنند: «خواهشاً مسأله اهدای خون رو جدی بگیرید. طی این مدت بعضی از عمل‌های جراحی به خاطر عدم موجودی فرآورده‌های خونی کنسل شدن»، «ذخایر خونی کشور نزدیک به صفره! بیاید فردا هرکدوم شرایطشو داریم بریم خون و پلاسما بدیم. هر واحد خون ما میتونه برای سه تا بیمار استفاده بشه. باهم این بحرانو حل کنیم»، «اونایی که شرایط اهدای خون یا پلاسما دارند دقیقاً به چه علت نمیرن اهدا کنند؟ دیگه به چه زبونی بگن نیاز مبرم هست؟ نه هزینه داره، نه ضرر، نه درد. اگر تو تهران کسی صرفاً تنبلی میکنه یا حوصله نداره تا مرکز اهدای خون بره، من حاضرم با ماشین برم دنبالش و تا بازگشت به خونه همراهیش کنم»، «ویروس کرونا از راه اهدا یا تزریق خون منتقل نمیشه. بیماران زیادی به خون‌های اهدایی من و شما احتیاج دارند و زندگی‌شون بهش وابسته است. لطفاً اگه شرایط اهدای خون رو دارید، دریغ نکنید.»، «اونقد شرایط اهدای خون پیچیده است که آدم عذاب وجدان می‌گیره یه بار نره خون بده بزنه یکی رو مریض کنه.»، «من رفتم مرکز وصال، خون اهدا کردم، تمیزتر از خونه‌مون بود از بابت ضدعفونی کردن سطوح. روکش تخت یکبار مصرفه برای هر اهدا کننده خون. اگر اهل اهدای خون هستید، تضمین میدم اونجا کرونا نمی‌گیرید.»، «چرا آنقدر سخت میگیرن برای اهدای خون؟! قبلاً آنقدر سن‌وجیم‌های غیرمنطقی نمی‌کردن. الان واقعاً مردم برای اهدا سست شدن. نتیجشم که داریم می‌بینیم. علت عدم پذیرش براحتی قبل به‌خاطر چیه؟»، «این شرط وزن بالای ۵۰ کیلو برای اهدای خون خانوما واقعاً مسخره‌س! من خودم با اینکه کمتر از ۵۰ کیلوام کم‌خونی ندارم ولی دوستایی دارم که بالای ۵۰ کیلوان و کم‌خونی شدید دارن، ربط وزن و اهدای خون رو جداً نمی‌فهمم.»، «از معدود کارهای مثبتی که این روزها میشه انجام داد، همین خون دادنه که با توجه به کاهش ذخایر خونی کشور خیلی ضروریه. فردا یا پس فردا حتماً یه وقتی میگذارم برای این کار. امیدوارم هر کسی که امکانش رو داره دریغ نکنه.»، «روایتهای نگران کننده‌ای از کمبود گروه‌های خونی منتشر میشه. سالن‌های اهدای خون هم خالی هستند در حالی که دلیلی برای نگرانی وجود ندارد. لطفاً اگر در یک ماه اخیر مشکوک به کرونا نبودید برای اهدای خون تعلل نکنید.»

تلویزیون و کودکان در روزهای کرونایی

یادداشت

علی احمدی
عضو هیأت علمی
دانشگاه علامه طباطبایی

نقش تلویزیون در دنیا به‌دلیل آمدن شبکه‌های اجتماعی عوض شده و دیگر نقش قبلی نیست. هرچند که باز هم تلویزیون رسانه مرجع است و بیشترین مراجعه به آن می‌شود. بخصوص درباره کودکان. البته اکنون ما کودکانی داریم که با تبلت و گوشی تلفن همراه کار می‌کنند و شاید پای تلویزیون ننشینند چون سبک زندگی بچه‌ها بخصوص در کشور ما عوض شده است. اما اکنون که کودکان به مدرسه نمی‌روند و با همسالان‌شان کمترین ارتباط را دارند و بیرون از منزل بازی نمی‌کنند، تلویزیون و همه رسانه‌ها موظفند کارهایی انجام دهند. ابتدا باید توجه داشته باشیم و مواظب باشیم که خستگی و ناامیدی و نگرانی از کرونا از برنامه‌های تلویزیون به بچه‌ها منتقل نشود که حس کنند آینده‌ای وجود ندارد. متأسفانه اکنون این اتفاق می‌افتد و تمام رسانه‌ها در ساعات مختلف درباره تعداد مبتلایان و قربانی‌ها آمار می‌دهند اما باید مراقب باشیم این مسائل به برنامه‌های مخصوص کودکان راه پیدا نکند و آنها در معرض آن قرار نگیرند. از سوی دیگر برنامه‌هایی باید برای بچه‌ها تولید شود که آموزش دهنده و آگاهی بخش باشد. باید به زبان بچه‌ها به آنها یاد بدهیم چطور با کرونا مبارزه کنند چون آنها هم بخشی از جامعه هستند. یاد بدهیم که این ویروس چه چیزی است. شاید آنها آمار قربانیان را متوجه نشوند و با شنیدن عدد‌ها حساس نشوند اما وقتی بگوییم اگر پدر و مادر یا پدربزرگ و مادربزرگت کرونا بگیرند چه اتفاقی ممکن است بیفتد بچه‌ها حساس می‌شوند و نکات بهداشتی را رعایت می‌کنند.

البته برنامه‌های آموزشی تلویزیون نباید به این مسائل و درس‌های آموزشی مدرسه محدود شود و در این شرایط این رسانه باید جای هرنوع یادگیری را که قبلاً امکان داشت بچه‌ها بیرون از خانه داشته باشند پر کند. علاوه بر آموزش، تلویزیون باید کودکان را با برنامه‌های نشاط آور سرگرم کند چون اکنون و در این شرایط بچه‌ها بیشتر به برنامه های نشاط آور نیاز دارند. ضمن اینکه برنامه‌هایی باید تولید شود که بچه‌ها را وادار به فعالیت‌های فیزیکی در خانه کند. از طرف دیگر رسانه باید محیط آرام و اطمینان بخشی را برای کودک فراهم کند تا آنها از استرس و حالت انزوایی که به‌دلیل خانه‌نشینی ایجاد شده در امان باشند. باید مراقب باشیم که کرونا اثر منفی بر سلامت روان کودکان نگذارد و در این راه رسانه و بخصوص تلویزیون با برنامه‌های ویژه‌اش باید کمک کند. من معتقدم تلویزیون داخلی تنها رسانه‌ای است که می‌شود کودکان را مقابل آن و با آن تنها گذاشت چون سایر رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی ممکن است آسیب‌هایی برای بچه‌ها داشته باشند. به‌همین دلیل هم تلویزیون باید سواد رسانه‌ای بچه‌ها را بالا ببرد که بدانند چطور از شبکه‌های دیگر استفاده کنند.

کاهش اضطراب به همراه موسیقی

هنر و روان

شهرزاد عبدیه
روانشناس

در روزگاری که شنیدن و خواندن اخبار بد جزئی از زندگی بیشتر ما شده و کرونا هم به انزوا و استرس خیلی از ما دامن زده است؛ باید به دنبال راه‌هایی برای کاهش و مدیریت اضطراب و استرس خود باشیم. اما چگونه؟ مگر می‌شود، جلوی اخبار ناگواری را که گاه تأثیر مستقیمی با معیشت و زندگی ما دارند گرفت؟ مگر می‌شود نگران ابتلای عزیزانمان به کرونا نباشیم؟

واقعیت این است که گاهی ما کنترل زیادی روی شرایط نداریم به طور مثال ما نمی‌توانیم بیماری کرونا را ریشه‌کن کنیم و تنها با رعایت نکات بهداشتی قادریم احتمال ابتلا به این بیماری را کاهش دهیم. با این حال آیا مدام به کرونا فکر کردن و نگران بودن، می‌تواند از این بیماری پیشگیری کند؟! به طور حتم خیر. تنها دستاوردی که نگرانی و استرس بیش از حد برای ما دارد، به خطر انداختن سلامت روانمان است.

یکی از راه‌هایی که به کاهش استرس و اضطراب کمک می‌کند تکنیک تن آرامی است. این تکنیک روش‌های مختلفی دارد که با یک جست‌وجوی ساده در اینترنت می‌توانید از این روش‌ها آگاه شوید. یکی از روش‌های تن آرامی، تمرکز روی قسمت‌های مختلف بدن و انقباض و سپس رها کردن عضلات به همراه تنفس عمیق است.

ابتدا فضای آرامی در منزل را انتخاب کنید سپس نوبت انتخاب یک موسیقی مناسب است. موسیقی منتخب شما باید آرامش بخش باشد؛ موسیقی‌های بدون کلام کلاسیک مانند آثار موتزارت گزینه‌های خوبی هستند. روی زمین یا تخت دراز بکشید یا روی یک صندلی راحت بنشینید. چشم‌هایتان را ببندید و در حالی که به موسیقی گوش می‌دهید چند نفس عمیق بکشید و روی دم و بازدم خودتان تمرکز کنید. با یک دم عمیق همه توجه خودتان را به انگشتان پاهایتان بدهید و سپس در حالی که آرام هوا را با دهان از ریه‌هایتان خارج می‌کنید، انگشتان پاها را شل و ریلکس کنید. سپس به ترتیب کف پاها، ساق‌ها، ران‌ها، عضلات باسن و شکم، سینه، دست‌ها، بازوها، گردن و عضلات صورت را به صورت آگاهانه و همراه با دم و بازدم منقبض کرده و رها کنید. در هربار رها کردن عضلات، تصور کنید که تنش‌ها را نیز را رها کرده و همراه بازدمتان به بیرون می‌دهید.

وقتی همه عضلاتتان را منقبض و رها کردید، همان‌طور که هنوز چشم‌هایتان بسته است، همه تمرکز خود را به نفس‌هایتان بدهید. به آرامی هوا را از بینی به ریه هایتان بدهید و چند ثانیه نگه دارید سپس آرام بازدم را از بینی خارج کنید. همزمان شروع به تصویرسازی ذهنی کنید و خودتان را جایی که دوست دارید مثلاً کنار دریا، زیر سایه درختان یا خوابیده روی شن‌های کویر تصور کنید. حتی می‌توانید به یک خاطره لذت بخش فکر کنید. شاید در ابتدا تمرکز کردن برایتان راحت نباشد و مدام فکرتان منحرف شود، ناامید نشوید چون تمرکز کردن هم مانند هر مهارت دیگری نیاز به تمرین دارد. هربار که ذهنتان منحرف شد، آگاهانه دوباره سعی کنید تمرکزتان را به دست بیاورید. در انتها مجدد چند دم و بازدم عمیق و آگاهانه داشته باشید و به آرامی چشم‌هایتان را باز کنید، شاید هم در انتها آنقدر جسم و روحتان آرام شده باشد که ترجیح بدهید، کمی بخوابید.

ارکسترها و ردیف بودجه مصوب

یادداشت

ندا انتظامی
دبیر گروه فرهنگی

ارکستر سمفونیک تهران شرایط پیچیده‌ای دارد. یک روز پول نیست، یک روز رهبر ارکستر نیست و روزی که او می‌آید نوازندگان به حق و حقوق خود معترض می‌شوند و اگر همه چیز در آرامش باشد، رهبر ارکستر استعفا می‌دهد. تا مسئولان بتوانند خودشان را پیدا کنند و برای ارکستر تصمیم بگیرند، ویروس کرونا می‌آید و همه برنامه‌ها را تعطیل می‌کند.

پس از گذشت چندین ماه خبر از تشکیل شورایی با هدف «هدایت فعالیت‌های ارکستر سمفونیک تهران و ارتقای سطح عملکرد» به گوش می‌رسد. اگر حدود یک دهه پیش را به خاطر بیاوریم به سال ۱۳۸۹می رسیم که شورایی برای ارکستر ملی تشکیل شد. حضور شورای فنی ارکستر متشکل از هوشنگ ظریف، حسین علیزاده، ارسلان کامکار، فردین خلعتبری و علی ترابی نتیجه خوبی برای تشکیل ارکستر داشت. حضور بزرگان موسیقی ایران باعث شد که بردیا کیارس جوان بتواند تجربه کند و امروز یکی از رهبران خوب ارکستر باشد. اما این شورا به هر دلیلی ادامه نیافت.

حالا دوباره قرار است شورایی با حضور محمدسعید شریفیان، هوشنگ کامکار، نادر مشایخی، کیاوش صاحب‌نسق و ابراهیم لطفی تشکیل شود تا این شورا به منظور نظام‌مند شدن مقررات و ضوابط حاکم بر ارکستر، آیین‌نامه ارکستر را بازنگری و تدوین کند. «از مهم‌ترین مصوبات شورا می‌توان به شیوه انتخاب رهبر ارکستر اشاره کرد که شورا با بررسی جوانب مختلف شرایط فعلی، به این نتیجه رسیده که برای هدایت ارکستر سمفونیک تهران از رهبران میهمان استفاده کند و بر این مبنا برنامه‌ریزی لازم در حال انجام است.»

باید گفت که پیش از این ارکستر سمفونیک تهران حضور رهبران مهمان را تجربه کرد. آن زمان کرونا نبود که محدودیت سفر را برای رهبران میهمان خارجی به دنبال داشته باشد. سال ۱۳۸۷ را که منوچهر صهبایی بعد از مشکلات بسیار ارکستر، رهبر ارکستر سمفونیک تهران شد. بعد از گذشت دو سال و به دلایل متعدد قراردادش تمدید نشد و هدایت ارکستر توسط رهبر مهمان صورت گرفت. شهرداد روحانی، نازنین آقاخانی، ماتیاس کروگرِ جوانِ آلمانی، درک گلیسونِ ایرلندی و نادر مرتضی‌پور که از نوازندگان ارکستر بود، بر سکوی رهبری ارکستر سمفونیک تهران رفتند اما سرانجام مسئولان موسیقی به این نتیجه رسیدند که ارکستر نیاز به رهبری دائم دارد. این بار نادر مرتضی‌پور را به عنوان رهبر دائم این ارکستر انتخاب کردند بلکه مشکلات ارکستر سمفونیک تمام شود. سال ۹۰ بود و امیدی اندک در دل‌ها شکل گرفت که این ارکستر سرانجامی بگیرد. اما این دل‌خوشی ادامه نداشت چون سال ۹۱ که زمزمه‌های تعطیلی ارکسترها به گوش رسید و مسئولان تکذیب کردند و خبر از فعالیت مؤسسه ارکستر ایران و بودجه ویژه ارکسترها داده شد. اما ارکستر احیا نشد تا اسفند ۱۳۹۳ که خبر احیای ارکستر سمفونیک تهران با رهبری علی رهبری به گوش رسید. اما این خوشی هم دوام نداشت و ارکستر باز هم رهبرهای متعددی از شهداد روحانی، منوچهر صهبایی و بردیا کیارس به خود دید. حاشیه‌ها دلایل ساده‌ای داشت؛ مسائل مالی و البته سوء مدیریت.

حالا دوباره از احیای قدیمی‌ترین ارکستر ایران خبر می‌رسد. اما این ارکستر بعد از گذشت آن سال‌ها پوست انداخته است، برخی بازنشسته شده‌اند، برخی از نوازندگان قدیمی و پیشکسوت دیگر در بین ما نیستند و از همه مهم‌تر شرایط دیگر شرایط آن روزها نیست که نوازندگان با دستمزد پایین ارکسترها بسازند. تجربه رهبر میهمان و حضور شورای ارکسترها که در آن سال‌ها جواب نداد بعید است که این دوره هم جواب بدهد.

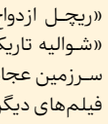
اما می‌توان به حضور حرفه‌ای شورای ارکسترها دلخوش داشت که تمرکز خود را این بار برای حل مشکل ردیف بودجه ارکسترها بگذارند. درمان اصلی ارکستر، داشتن ردیف بودجه مصوب است. بیمه نوازندگان و دستمزد مناسب هم به دنبال ردیف بودجه می‌آید و در این صورت است که می‌توان به ادامه حیات ارکسترها دل بست و از همه مهم‌تر می‌توان با برنامه‌ریزی، رهبر مهمان دعوت کرد، رهبر تربیت کرد و امید داشت که ارکسترها زنده خواهند ماند.

عکس نوشت

عزیز بساق، هنرمند پیشکسوت موسیقی نواحی لرستان و از نسل قدیم تُشمال‌های این منطقه در سن ۸۸ سالگی بر اثر بیماری قلبی درگذشت. این خبر تلخ را علی مغازه‌ای به ایسنا اعلام کرد. این پژوهشگر و دبیر هنری فستیوال موسیقی نواحی «آینه‌دار» همچنین گفت: شناسنامه این هنرمند به سال ۱۳۱۱ برمی‌گشت ولی خودش معتقد بود که ۱۰ سال بزرگ‌تر است. ایشان ساکن الیگودرز بود و در بیشتر عروسی‌ها و مراسم آن منطقه به همراه پسرش که دهل می‌نواخت، ساز می‌زدند. در دوره سوم جشنواره آینه‌دار از ایشان دعوت و تقدیر شد. این هنرمند که مدتی بیمار بود بعد از ظهر روز سه‌شنبه بیستم آبانماه در بیمارستان شهید ولیان الیگودرز بر اثر بیماری قلبی و بزرگ شدن قلب از دنیا رفت.

به نام تاریخ

■ ۲۲ آبان
■ **تولدها**



گلاب آدینه: بازیگر تئاتر و سینما و تلویزیون سال ۱۳۳۲ در چنین روزی به دنیا آمد. گلاب آدینه بازیگری را با گروه تئاتر دانشجویی «پیاده» در سال ۱۳۵۴ آغاز کرد و پس از آن در نمایش‌هایی مانند «داستانی نه تازه»، «همشهری»، «دیوار چین»، «دایره گچی قفقازی»، «پوف» و «در مصر برف نمی بارد» حضور داشت. آدینه با فیلم «چوپانان کویر» در سال ۱۳۵۹ وارد سینما شد و پس از آن در فیلم‌هایی مانند «زرد قناری»، «روسری آبی»، «معجزه خنده»، «فصل پنجم»، «بانوی اردیبهشت»، «زیر پوست شهر»، «زندان زنان»، «مهمان مامان»، «وقتی همه خواب بودند»، «قصه‌ها» و «دوباره زندگی» بازی کرد که برای فیلم «روسری آبی» سیمرغ بلورین بهترین بازیگر نقش مکمل زن را گرفت. مخاطبان تلویزیون اما او را با سریال «سلطان و شبان» می‌شناسند که سال ۱۳۶۳ پخش شد و بسیار مورد توجه قرار گرفت. آدینه در این سال‌ها نمایش‌هایی مانند «سلطان مار» و «مرگ یزدگرد» را هم کارگردانی کرده و روی صحنه برده است.

آن هاتاوی: بازیگر امریکایی سال ۱۹۸۲ متولد شد. آن هاتاوی در دوران مدرسه تئاتر بازی می‌کرد و در نوجوانی در سریال «واقعی باش» حضور داشت اما سال ۲۰۰۱ و بازی در فیلم «دفتر خاطرات شاهدخت» او را مطرح کرد. پس از آن‌هاتاوی در فیلم‌های بزرگسالان بازی کرد. فیلم‌هایی مانند «خرابی» و «کوهستان بروکبک» و با «شیطان پرادا می‌پوشد» به شهرت رسید. «جین شدن»، «ریچل ازدواج می‌کند»، «مسافران»، «روز ولنتاین»، «شوالیه تاریکی برمی‌خیزد»، «بینوایان»، «آلیس در سرزمین عجایب»، «میان ستاره‌ای» و «آب‌های تیره» فیلم‌های دیگری است که او در آنها بازی کرده و برای بازی در «بینوایان» برنده جوایز اسکار و گلدن گلوب شده است. او یکی از بزرگترین و پردرآمدترین بازیگران زن هالیوود در چند سال اخیر است.

● **عبدالله کوثری** شاعر، **گریس کلی** بازیگر امریکایی، **مازیار پرتو** مدیر فیلمبرداری، **هانری لانگوآ** بنیانگذار سینما تک فرانسه، **ارسلان باقری** شاعر، **جیمی کیمل** مجری و بازیگر امریکایی، **کریستینا پری روسی** نویسنده و شاعر اروگوئه، **رایان گاسلینگ** بازیگر کانادایی و **اشلی ویلیامز** بازیگر امریکایی هم متولد امروز هستند.

■ **درگذشت‌ها**

محمدابراهیم شریف‌زاده: دوتار نواز خراسانی سال ۱۳۹۵ در چنین روزی درگذشت. محمدابراهیم شریف زاده موسیقی مقامی را از نوجوانی آغاز کرد و با غلامحسین سمندری از دوتارنوازان مطرح ایران همکاری می‌کرد که این همکاری ۶۰ سال ادامه داشت. او یکی از سه خنیاگر باقیمانده از نسل درپور و پورعطایی بود و «یار وفادار»، «یا غیاث المستغیثین»، «سرو خرامان» و «مناجات‌خوانی» از آثار مطرحش بودند.

● **لوئیس گارسیا برلانگا** کارگردان اسپانیایی، **رابرت وان** بازیگر امریکایی و **استن لی** نویسنده و منتشرکننده کتاب‌های کمیک مرد عنکبوتی و هالک هم در چنین روزی درگذشتند.

■ ۲۳ آبان
■ **تولدها**

وویی گلدبرگ: بازیگری که با فیلم «روح» او را می‌شناسید سال ۱۹۵۵ در چنین روزی به دنیا آمد. وویی گلدبرگ از دهه ۸۰ میلادی کارش را به عنوان بازیگر در سینما آغاز کرد و در فیلم‌هایی مانند «رنگ ارغوانی»، «زیبایی مرگبار» بازی کرد و سال ۱۹۹۰ در فیلم «روح» درخشید. برای بازی در این فیلم برنده جایزه اسکار و و بفتا شد و پس از آن هم در فیلم‌های «راهبه بدلی»، «پیشگامان فضا»، «مهتاب و والنتینو»، «سگ دو» و «پنج‌تای برتر» بازی کرد.

● سالروز تولد **آتنه فقیه نصیری** بازیگر، **مهدی یراحی** خواننده، **رابرت لویی استیونسن** نویسنده کتاب «جزیره گنج»، **جرالد باتلر** بازیگر اسکاتلندی، **حسین مهری** بازیگر، **مهدی فروغ** مترجم و کارگردان، **حسین فدایی حسین** نمایشنامه‌نویس، **سپیده نظری‌پور** کارگردان و بازیگر، **مه‌کامه رحیم‌زاده** داستان‌نویس، **کیومرث مسعودی** داستان‌نویس و **نعیمه نظام‌دوست** بازیگر هم امروز است.

■ **درگذشت‌ها**

سعید نفیسی: نویسنده و مترجم مطرح ایرانی سال ۱۳۴۵ در چنین روزی درگذشت. سعید نفیسی متولد سال ۱۲۷۴ بود و پس از تحصیل در فرانسه به ایران بازگشت و ابتدا زبان فرانسه تدریس کرد اما پس از آن به کار در مجله‌هایی مانند «دانشکده» مشغول شد و با ملک‌الشعرای بهار همکاری کرد. او از نخستین سال‌های تأسیس دانشگاه تهران از استادان دانشکده ادبیات این دانشگاه بود و تسلطش بر تاریخ و ادبیات ایران باعث شد بسیاری از متن‌های نظم و نثر فارسی توسط او منتشر شوند. به همین دلیل نفیسی را معمار نثر جدید معاصر ایران می‌دانند که توانست شیوه داستان‌نویسی تاریخ را احیا کند. تصحیح متون قدیمی ادبیات فارسی یکی از کارهای ماندگار اوست و کتاب‌هایی مانند «رباعیات خیام»، «دو تقریر از خواجه عمر خیام»، «شاهنامه»، «نصیحت‌نامه» و «تاریخ مسعودی» توسط او تصحیح و منتشر شدند. «آخرین یادگار نادر شاه»، «ستارگان سیاه»، «ماه نخشب» و «نیمه راه بهشت» هم از آثار و داستان‌های اوست.

● **محمد ایرانی مجرد** مدرس موسیقی، **مرتضی پاشایی** خواننده و **مهدی کاشانیان هنر** بازیگر رادیو هم در چنین روزی درگذشتند.