

جشنواره فجر متعلق به اهالی سینماست
رستا آزادی‌ور، بازیگر و عضو هیات انتخاب سی‌وچهارمین جشنواره فیلم فجر؛ جشنواره فیلم فجر متعلق به سینماگران کشور بوده و قطعاً خواسته هنرمندان این عرصه، اداره آن توسط اهالی سینماست. حضور افراد متعلق به بدنه سینما باعث می‌شود اتفاقاتی بهتری رخ دهد. /ایستنا

یادداشت مهدی یزدانی خرم؛ نویسنده

«عزیز» صادقانه روایت می‌کند

عاشقانه‌ای که در سینمای امروز بی‌نهایت کم‌بها شده است



امیر نادری

«عزیز» را تماشا کردم و شگفت‌زده شدم؛ فیلمی خوش‌رتم با داستانی بی‌نهایت عجیب. این سینماست، «عزیز» است. چون حرف، ایده و روایت انسانی دارد. عزیز ساخته «مجید توکلی» یک گام بسیار بلند است برای او. فیلم، از پس داستانی که بیننده را با آن شوکه می‌کند بر می‌آید و دستاوردهای مهمی است. بازی بازیگران گیلانی، درخشان است و بازی روزبه حصار ی باورپذیر و جاندار. مسئله فراموشی در یک دهه گذشته در سینمای ایران بسیار مورد توجه بوده و در این فیلم نیز محور است. منتها در این قصه یک تردید بزرگ وجود دارد. آیا واقعا مادر سالخورده در گیر فراموشی است یا چنین می‌خواهد؟ این همان تردید عمیقی است که فیلم را برای من قابل توجهی و دیدنی می‌کند. واقعیت چیست؟ «عزیز» صادقانه روایت می‌کند و از بستر گیلان استفاده توریستی ندارد.

روایت آدم‌ها بر اساس قواعدی خاص تنظیم شده که محصول این بستر هستند و از آن مهم‌تر فیلم تلاش می‌کند «عاشقانه» باشد؛ عاشقانه‌ای که در سینمای امروز بی‌نهایت کم‌بها شده است. «عزیز» با لحظات دلنشین و رگه‌های کمدی، تلخی نیز در خود دارد که به مخاطب فضا می‌دهد. در این روزگار رقص نرهای متعدد و کمدی‌های مطلقاً بی‌ارزش، باید «عزیز» را تماشا کرد. فیلم سینمایی «عزیز» عاشقانه‌ای متفاوت از مجید توکلی به تهیه‌کنندگی سیدعلی احمدی با نقش‌آفرینی تحسین‌برانگیز آزاده صمدی، روزبه حصار، بهمن صادق حسینی، رضا عباسی، شیرین حسینی، عقیق بلوری و زنده‌یاد فاطمه محمدی این روزها در حال اکران در سینماهای سراسر کشور است.



کمدی نمی‌سازم
کامران قدکچیان، کارگردان: آنچه در حال حاضر روی پرده می‌بینیم، کمدی نیست و جای آن هم روی پرده سینما نیست. پرده سینما با این فیلم‌ها آلوده شده است. در حال نوشتن فیلمنامه هستیم. اگر این سینمای کنونی تغییر کرد، فیلم جدیدم را می‌سازم. فیلم‌ام کمدی نیست. / ایرنا



درام اجتماعی در محاصره کمدی‌ها

«علت مرگ: نامعلوم» فیلم مورد توجه این روزهای علاقه‌مندان به سینما هنوز سانس‌های مناسبی ندارد

گزارش

شقایق عرفی نژاد روزنامه‌نگار

مدت‌ها بود در سینمای ایران فیلم‌های جادوهای خوش‌ساخت به نمایش درنیامده بود؛ از آن فیلم‌های جادوهای به سبک فیلمسازان مستقل که پر از فراز و فرود است با کاراکترهایی که همراهت می‌کنند

فیلم جاده‌ای



«علت مرگ: نامعلوم» که به‌تازگی اکرانش را شروع کرده یک فیلم جاده‌ای است بسیار یگانه که کمتر از آنها دیده‌ایم و شنیده‌ایم؛ بانیهال شومون، علیرضا ثانی‌فر، ندا جبرئیلی، علی محمد رادمنش، زکریه بهبهانی، رضا عموزاد و سهیل باوی. این فیلم نخستین تجربه کارگردانی علی زرنگار است که پیش‌تر سابقه فیلمنامه‌نویسی داشت و داستانش را می‌توان اینطور خلاصه کرد: ۷ مسافر در جاده‌ای فرعی، پیش از طلوع خورشید، شاهد را به مقصد کرمان ترک می‌کنند. همان اوایل راه متوجه می‌شوند یکی از مسافران مرده است. اورژانس از فرستادن آمبولانس به‌خاطر نبود آمبولانس سر باز می‌زند. به پیشنهاد یکی از مسافران تصمیم می‌گیرند او را به پلیس راه برسانند و آنجا آنچه را اتفاق افتاده است، تعریف کنند. اما پیش از آنکه به آنجا برسند اتفاقات و تعارضاتی بین شخصیت‌های فیلم شکل می‌گیرد.

اکران بعد از ۳ سال



«علت مرگ: نامعلوم» برای نمایش در جشنواره فجر سال ۱۴۰۰ با رأی ۷ نفر از ۹ نفر هیأت انتخاب آثار انتخاب شد، اما به دلایلی که هیچ‌وقت توضیح داده نشده، از نمایش آن جلوگیری شد تا امسال که بالاخره توانست راهی اکران شود. در آن سال علی زرنگار با نامهای که لحن تندش از مصیبت‌ناشی می‌شد به این کار اعتراض کرد که البته نتیجه‌ای در پی نداشت. آن سال اعتراض‌های چندانی از اهالی سینما به این ماجرا دیده‌نشده، اما حالا که فیلم به نمایش درآمده بسیاری از منتقدان واکنش‌های بسیار مثبتی به فیلم نشان داده‌اند و از نمایش داده نشدن آن شکایت کرده‌اند. منتقدی نوشته است: «جازه می‌خواهم به احترام سینمای خلق، فکور، جسور و غرورآفرین مستقل ایران و فیلم «علت مرگ: نامعلوم» کلاه از سر بردارم و ۵ دقیقه بدون توقف دست بزنم.»

یکشنبه ۱۶ دی ۱۴۰۳ - شماره ۹۲۹۸



صفحه‌آرا: بهروز قلی‌پور

تئاتر

۳۴ میلیارد تومان؛ بر آورد بودجه چهل‌وسومین جشنواره تئاتر فجر

نشست رسانه‌ای چهل‌وسومین جشنواره بین‌المللی تئاتر فجر، شنبه ۱۵ دی‌ماه با حضور مدیر کل هنرهای نمایشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، دبیر جشنواره و اصحاب رسانه در تالار وحدت برگزار شد. در این نشست، اتابک نادری، سرپرست اداره کل هنرهای نمایشی از برآورد بودجه ۳۴ میلیارد تومانی برای چهل‌وسومین دوره این رویداد خبر داد و پر شفاف‌سازی، صرفه‌جویی و بهره‌گیری بهینه از منابع تأکید کرد. سعید نجفیان، دبیر اجرایی جشنواره نیز گفت: یک گزارش مختصر از دبیرخانه می‌دهم. اوایل تیر دعوت شدیم برای جشنواره. صحبت‌هایی شد برای فراخوان و یکم مرداد گشایش دبیرخانه را داشتیم و ۷ مرداد فراخوان را دادیم. ۹۸ اثر هم در بخش تئاتر ایران انتخاب شد.

شبکه

پایان «مهیبار عیار»



سریال «مهیبار عیار» به پایان راه رسید. این سریال در ۵ قسمت به تهیه‌کنندگی بهروز مفید و کارگردانی سیدجمال سیدحاتمی در گروه تولیدات تاریخی سیمافیلم تولید شد و روی آنتن شبکه ۳ اسما رفت. آخرین قسمت این سریال شب گذشته پخش شد. این سریال ماجرای راهزنی است که براساس یک اتفاق، مسیر زندگی‌اش تغییر می‌کند و بار هر در گیر داستانی جدید می‌شود. متین ستوده به‌عنوان بازیگر نقش خاتون، بهنام تشکر نقش کلانتر شهر افغان، سیامک صفری نقش داروغه و صفا آقاجانی، رامین ناصر نصیر، جواد انصافی، آتش تقی‌پور، مهدی حاجیان، بهروز بخت‌آور، جواد کشانی و سهیل نوشادیان دیگر بازیگران این سریال هستند. کامران تفتی هم نقش اصلی این مجموعه را بر عهده دارد.



افزایش سرطان گوارش در ایران
ایرج خسرونی، رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی؛ تعداد افرادی که به سرطان دستگاه گوارش مبتلا می‌شوند نسبت به سال‌های گذشته رو به افزایش است. به دلیل تغذیه نادرست، خوردن غذاهای ناسالم و مانده، کنسرو و فست‌فودها، آمار مبتلایان و موارد تشخیص بیماران بیشتر شده است.



ذره‌بین سازمان غذا و دارو روی تنو
مصمود آل‌بویه، مدیرکل فرآورده‌های بهداشتی و آزمایشی سازمان غذا و دارو؛ دستورالعمل نظارت بر فرآورده‌های تنو در مراحل نهایی قرار دارد و به‌زودی اجرایی می‌شود. نظارت بر این محصولات به‌ویژه در حوزه خالکوبی و میکروپیگمنتیشن، به‌منظور تضمین سلامت و جلوگیری از عوارض جانبی ضروری است.

سبک زندگی آرش نهاوندی؛ روزنامه‌نگار

۵ عادت سالم صبحگاهی

عادات سالم صبحگاهی سلامت جسمانی شما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تداوم تمریناتی ساده مانند هیدراتاسیون، ورزش، صبحانه مناسب، مدیتیشن یا قرار گرفتن زیر نور خورشید می‌تواند جنبه‌های فیزیکی و روانی را بهبود ببخشد و بدن را در برابر احتمال ابتلا به بیماری‌های مزمن مقاوم کند. ۱. نوشیدن یک لیوان آب به شروع متابولیسم و دفع سموم کمک می‌کند. ۲. یوگا، پیاده‌روی یا مقداری ورزش کاردیو برای انرژی بخشیدن در صبح مؤثر است. ۳. برای صبحانه غلات کامل، پروتئین بدون چربی و میوه‌های تازه بخورید تا قند خون ثبات داشته باشد. ۴. برای حفظ آرامش و تمرکز، چند دقیقه از صبح‌تان را به مدیتیشن اختصاص دهید، چون استرس را کاهش می‌دهد. ۵. زیر نور طبیعی خورشید بمانید تا به‌طور طبیعی سطح ویتامین D افزایش پیدا کند.

تغذیه

دیابت از ساعت ۵ به بعد

مطالعات زیادی درباره مضرات دیر خوردن شام انجام شده، اما یک مطالعه جدید نشان داده که علاوه بر آن مضرات، افرادی که بیش از ۴۵ درصد از کالری دریافتی روزانه را بعد از ساعت ۵ بعدازظهر دریافت می‌کنند با افزایش سطوح گلوکز (قند) خون و تهدید دیابت مواجه می‌شوند. این مطالعه در گروه‌های ۵۰ تا ۷۵ ساله انجام شد که نخستین گروه «به‌موقع‌خوردگان» و دومین گروه «دیروقت‌خوردگان» بودند. در نهایت مشخص شد افرادی که دیر غذا خوردند به دریافت پروتئین و قند بیشتر گرایش داشتند. در آزمایش‌های تحمل گلوکز خوراکی هم افرادی که دیر غذا می‌خوردند پس از ساعت ۶:۳۰ به‌طور قابل توجهی سطوح گلوکز خون بالاتری داشتند که نشان‌دهنده تحمل کمتر گلوکز (قند) بود. پویا شفیق پور، پزشک خانواده و پزشک متخصص چاقی در کالیفرنیا در این باره گفته: به‌دلیل تفاوت ریتم شب و روز، بدن به انسولین در شب بسیار مقاوم‌تر است.

دروغی به نام سیگار بی‌ضرر

سیگارهای الکترونیکی و محصولات دخانی جدید با بدن چه می‌کنند؟



ابزار جدید مصرف نیکوتین

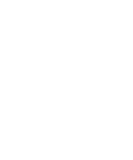
- سیگار الکترونیکی
- ویباد
- سیستم‌های گرم‌کننده آبکاد

علائم آسیب ریه

- تنگی نفس
- سرفه‌های مزمن
- درد قفسه سینه
- کاهش تحمل ورزش
- خستگی

گزارش مریم سرخوش روزنامه‌نگار

استفاده از سیگارهای الکترونیکی بین بسیاری از جوانان و بزرگسالان فراگیر شده و آنها هر جایی که دلشان بخواهد چنین ابزارهای مینیا‌نسوری را از جیب درمی‌آورند و شروع می‌کنند به دودکردن. لایه‌فکر می‌کنند زانی هم ندارند که البته باور چندان درستی نیست. حالا در کنار این سیگارهای الکترونیکی، یک سری محصولات دخانی نوپدید دیگر هم آمده‌اند که هدفشان، جذب مشتری بیشتر است و البته پیامدشان، آسیب‌به‌سلامت نوجوانان، جوانان و بزرگسالان، جالب اینک در نگاه اول، شاید این گروه‌ها تصورشان بر زبان کمتر این محصولات باشد؛ حربه‌ای که صرفاً جنبه تبلیغاتی دارد. در این باره، یاسر صحبت‌های بهزاد ولی‌زاده، رئیس دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات وزارت بهداشت ننشسته‌ایم و نکته‌های این مقام مسئول را مرور کرده‌ایم.



شواهد و مستندات جهانی نشان می‌دهد که سیگارهای الکترونیکی و ابزار انتقال نیکوتین نوپدید در حال افزایش است و یکی از آنها اسفنجی شدن ریه‌هاست یعنی نوجوانانی که دخانیات مصرف می‌کنند ریه آنها اسفنجی می‌شود و از بین می‌رود.

این محصولات به شکل غیرقانونی در ایران وجود دارند و وزارت بهداشت هیچ‌یک از این محصولات نوپدید انتقال نیکوتین را تأیید نکرده است. محصولاتی که می‌توانند بافت ریه را سفت کنند و باعث کاهش تبادل اکسیژن و گاز موثر شوند.

چنین محصولاتی به‌رغم شایعانی که رواج یافته، مقادیر قابل توجهی نیکوتین دارند. نیکوتین گیرنده‌های مغز را برای مصرف بیشتر ماده دخانی تحریک می‌کند. ثابت شده که نیکوتین عامل بسیار بازاریارنده در توسعه مغز در دوران جنینی است که تا جوانی عوارض آن ادامه پیدا می‌کند. افرادی هم که در معرض این دودها قرار دارند، از این عوارض درمان نیستند.

نیکوتین‌های جویدنی به‌دلیل بیماری‌های خطرناک از جمله سرطان حفره دهانی از سوی وزارت بهداشت ممنوع شده است. اخیراً نیکوتین‌های جویدنی به اشکال مختلف و در قطعه و اندازه یک آدامس به بازار عرضه شده‌اند که مواد نیکوتینی و دخانی دارند. این محصولات در مناطق حاشیه شرقی کشور به دلیل نزدیکی با افغانستان و پاکستان بیشتر مصرف می‌شود.

تندرستی

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

طب ایرانی پروانه بندپی؛ روزنامه‌نگار

۲ نکته متفاوت درباره بخوردادن

بخوردادن با آب داغ و ترکیبات گیاهی یکی از کارهای محبوب خیلی از ایرانی‌هاست. آنها معتقدند این اقدام علاوه بر پاک‌سازی، طراوت دادن به پوست، آرامش‌بخشی و اکسیژن‌رسانی به لایه‌های زیرین پوست، می‌تواند برای کاهش اثرات آلودگی هوا هم مؤثر باشد. حتی برخی متخصصان طب سنتی می‌گویند آلودگی هوا حاوی ذرات ریز و آلایندگی‌هایی است که تنفس را دشوار می‌کند و به ریه‌ها آسیب می‌رساند و بخور با ایجاد یک لایه رطوبتی در اطراف ذرات آلاینده، از ورود آنها به ریه‌ها جلوگیری می‌کند؛ ادعایی که البته مورد تأیید برخی پزشکان نیست و تأکید می‌کنند که بخوردادن اثرات و مضرات آلودگی هوا را کم نخواهد کرد.

مؤثر است

روشنگ مکبری‌نژاد، پزشک عمومی و متخصص طب سنتی درباره بخوردادن می‌گوید: «برای کاهش اثرات آلودگی هوا، بخوردادن را حتی بیشتر از مصرف دمنوش توصیه می‌کنیم، چون رطوبت موبرگ‌های تنفسی را تأمین می‌کند و نمی‌گذارد که ترشحات این موبرگ‌ها خشک و غلیظ شود و حرکت موبرگ‌ها را حفظ می‌کند. در واقع باعث می‌شود که موبرگ‌ها در کل مسیر تنفسی، جلوی آلاینده‌ها را بگیرند تا آلاینده‌های کمتری پایین برود و به سطح ریه‌ها برسد. لازم نیست حتماً دستگاه بخور بخرید، برای این کار یک قابلمه آب هم کافی است.»

کارایی ندارد!

مصطفی قانع، فوق تخصص بیماری‌های ریه اما نظر دیگری دارد و به همشهری می‌گوید: «خلقت بینی و مجرای بینی به‌گونه‌ای است که اگر شما هر هوایی را استنشاق کنید، خود بینی، رطوبت و دمای هوا را تنظیم می‌کند و بعد آن را به ریه‌ها می‌فرستد. یعنی شما اگر در قطب باشید، بینی، دمای هوایی را که در قطب تنفس می‌کنید برایتان تنظیم می‌کند. در کویر هم که نفس بکشید، خود مجرای بینی، دما را برایتان مربوط می‌کند.» او تأکید می‌کند: «بخوردادن در هوای آلوده هیچ سند علمی‌ای ندارد و در کاهش عوارض آلودگی هوا هم مؤثر نیست، مگر اینکه هوا دارای ذرات بزرگ باشد، مثل گرد و خاک. در این حالت، بخوردادن باعث می‌شود که آب، ذرات خاک را در خودش حل کند و بیرون بفرستد و نگذارد به ریه برسد. ما به‌هیچ‌وجه توصیه نمی‌کنیم که کسی از دستگاه بخور برای رفع مضرات آلودگی هوا استفاده کند.»