



خبر

رئیس سابق اوج مشاور مدیرعامل فارابی



حامد جعفری، مدیرعامل بنیاد سینمایی فارابی در حکمی احسان محمدحسینی را به‌عنوان مشاور مدیرعامل این بنیاد منصوب کرد. تأسیس و مدیریت سازمان هنری رسانه‌ای اوج به‌مدت ۱۵ سال، مدیرعامل بنیاد روایت فتح، معاون اطلاع‌رسانی و تبلیغات بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس و معاون هنری این بنیاد، ریاست فرهنگسرای پایداری از جمله سوابق و مسئولیت‌های احسان محمد حسنی بوده است.

جشنواره

فیلم فلسطینی در مالزی بر گزیده شد



درام فلسطینی «همه آنچه از تو به جای مانده است» جایزه بهترین فیلم جشنواره بین‌المللی فیلم مالزی ۲۰۲۵ را دریافت کرد.

این فیلم با بازی دابیس و صالح بکری، یک خانواده فلسطینی را در طول ۳ نسل دنبال می‌کند که تاریخ آنها به روز نکبت ۱۹۴۸ و آوازی اجباری فلسطینی‌ها در زمان تشکیل دولت اسرائیل بازمی‌گردد. این فیلم امسال برای نخستین‌بار در جشنواره فیلم ساندنس به نمایش در آمد.

تندرستی

خبر روز

افزایش بیماری‌های گوش در ایران

دکتر سعید محمودیان، رئیس اداره گوش و سلامت شنوایی وزارت بهداشت و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران با بیان اینکه بیماری‌های گوش در حال افزایش است، عنوان کرد: در ایران آمار ابتلا معادل جهانی است و تقریباً ۵۵ میلیون نفر مبتلا به کم‌شنوایی در ایران داریم. این مسئول درباره آمارهای ابتلا در ایران گفت: در ۱۴۰۳ از هر هزار تولد ۹.۳ نفر کم‌شنوایی داشتند که این عدد در برخی استان‌ها به شدت بالاتر است. در دانش آموزان هم شیوع کم‌شنوایی ۵ تا ۵ درصد است. در سالمندان بالای ۶۵ سال هم حدود ۴۸ درصد از جمعیت کشور مبتلا هستند و این عدد در بالای ۸۰ سال تقریباً ۱۰۰ درصد می‌شود. به گفته محمودیان، درباره گروه‌های سنی نوجوانان و جوانان هم با افزایش موارد ابتلا مواجه هستیم. این مسئول تأکید کرد، توجه نکردن به کم‌شنوایی، در آینده ابتلا به دمانس و آلزایمر را افزایش می‌دهد.

تغذیه

روغن دانه‌ها برای سلامت ما مضر هستند؟

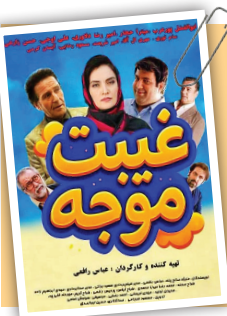
سال‌هاست استفاده از روغن دانه‌ها در کشورمان رواج یافته و جایگزین روغن جامد شده است، بااین حال بحث بر سر سالم بودن اینها بسیار بالاست. روغن دانه‌ها ذاتاً مضر نیستند و در صورت مصرف متعادل می‌توانند بخشی از یک رژیم غذایی سالم باشند. اگرچه برخی نگرانی‌ها در مورد محتوای بالای امگا ۶ و پتانسیل اکسیداسیون آنها وجود دارد، شواهد علمی به‌طور قاطع از این ایده که مصرف متعادل آنها منجر به بیماری‌های مزمن می‌شود، پشتیبانی نمی‌کند. بهتر است مصرف این روغن‌ها را با سایر چربی‌های سالم متعادل کنید و در صورت امکان، انواع کمتر فراوری شده را انتخاب کنید. روغن کانولا (معروف به روغن کلزا)، روغن ذرت، روغن دانه پنبه، روغن هسته انگور، روغن سویا، روغن آفتابگردان، روغن گلرنگ، روغن سیس‌نچ و روغن بادام زمینی معروف‌ترین روغن دانه‌ها هستند. برخی از روغن‌های دانه‌ای، اگر فرآیند تصفیه انجام نمی‌شد، سرشار از ویتامین E و فتول بودند، اما معمولاً برای بهبود طعم، رنگ و ماندگاری، بسیار فرآوری می‌شوند.

تئاتر نیازمند نظم و احترام متقابل است
محمدرضا خاکی، مدرس، مترجم و کارگردان تئاتر، تئاتر احتیاج به نظم، فکر، همکاری جمعی و احترام متقابل دارد که متأسفانه در تئاتر ایران خبری از اینها نیست. مدیران فعلی چنین چیزهایی را نمی‌دانند و حداقل نمی‌روند در این باره مطالعه کنند و یاد بگیرند. /مهر

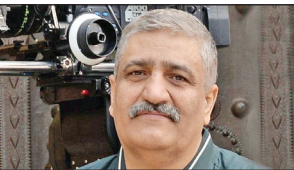


امیدوارم زیر دست‌وپای کمدی‌ها له نشویم

عباس رافعی در گفت‌وگو با همشهری از اکران «غیبت موجه» بعد از ۵ سال گفت



فهیمة پناه آذرا عباس رافعی، کارگردان و تهیه‌کننده فیلم سینمایی «غیبت موجه» که بعد از ۵ سال فیلمش اکران شد، به همشهری می‌گوید: شرایط اکران فیلم‌ها سخت شده و امیدوارم این فیلم بتواند مخاطب را به سالن سینما بکشداند و فروش قابل قبولی داشته باشد. به هر حال از تولید این فیلم ۵ سالی است که می‌گذرد. این کارگردان که «غیبت موجه» را در دوران کرونا ساخته، توضیح می‌دهد: وقتی فیلمی ساخته می‌شود، به هر حال موضوع روز جامعه مدنظر سازندگان فیلم است. تلاشمان این است که فیلمی بسازیم که مردم خودشان را در آن ببینند، موقعیت را حس کنند و فیلم مابه‌ازای خود را در جامعه داشته باشد.



تجربه «غیبت موجه» در ۴ شورای پروانه نمایش

کارگردان فیلم «بهت» در ادامه از تغییر ۴ شورای پروانه در پروسه اکران فیلمش از سال ۹۹ توضیح می‌دهد: این فیلم بعد از ساخت به‌خاطر سوءتعبیرها نتوانست اکران شود، در این مدت ۴ شورای پروانه نمایش تغییر کرد. شورای اول معتقد بود که این فیلم باید پایش تغییر کند، شورای دوم معتقد بود که باید ۲ شخصیت فیلم تغییر کنند. شورای سوم هم کلاً عنوان کرد فیلم نباید نمایش داده شود. خوشبختانه در این دوره شورا با کمترین ممیزی به «غیبت موجه» پروانه نمایش داد. این فیلم با کمترین تغییر اکرانش شروع شد.

همکاری با پورعرب و میترا حجار

داستان «غیبت موجه» درباره زنی است که رابطه‌ای غیرمتعارف او را به مدرسه‌ای پسرانه می‌کشاند غافل از اینکه این رابطه غیرمتعارف، مدیر، ناظم و معلم مدرسه را نیز درگیر و رازهای پنهان هر یک را برملا می‌کند.

ابوالفضل پورعرب بعد از «غیبت موجه» در فیلم «چند می‌گیری گریه کنی» به کارگردانی علی توکل نیا حضور داشت و قبل از همکاری با رافعی نیز در فیلم‌هایی چون «کانا به» و «به وقت خماری» بازی کرد.

میترا حجار هم بعد از حضور در «غیبت موجه» در ۲ فیلم «بی‌مادر» و «ستون ۱۴» بازی کرده است.



تکذیب مفقود شدن جنین‌ها در بیمارستان آبان

در پی مطرح شدن اخباری مبنی بر تحطیلی بخش IVF بیمارستان آبان و گم شدن جنین‌های موجود در این بیمارستان، مدیر روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی ایران اعلام کرد که مخازن نگهداری جنین در بخش IVF بیمارستان آبان فعال و شرایط نگهداری مناسب است.

تجربه ۳ سال محدودیت غربالگری جنین

گفت‌وگو درباره قانون جوانی جمعیت که منجر به محدودیت غربالگری جنین و چالش‌هایی بین مخالفان و موافقان شد

گزارش گروه تندرستی

۳سال از اجرای قانون جوانی جمعیت

گذشته: قانونی که محدودشدن غربالگری جنین از بندهای بحث‌برانگیز آن بود. موافقان آن را راهی برای مقابله با بحران جمعیتی و جلوگیری از سقط جنین‌های سالم می‌دانند، اما مخالفان هشدار می‌دهند که

تجربه شیرین و تلخ بارداری

بانکی‌پور، رئیس کمیسیون جوانی جمعیت و حمایت از خانواده ■ قانون جوانی جمعیت ۷۳ ماده‌دارد و در ابتدا غربالگری در آن گنجانده نشده بود. برخی پزشکان گزارش‌هایی را درباره غربالگری‌های غیراستاندارد به ما ارائه کردند و ماده غربالگری به این قانون اضافه شد. ■ تعداد سقط‌های قانونی که براساس غربالگری انجام می‌شود، قبل و بعد از اجرای قانون جوانی جمعیت هیچ تفاوتی نکرده و همان عدد ۹ تا ۹ هزار سقط است. ■ مادرانی که پیش از دهه ۹۰ و دهه ۹۰ تجربه باروری داشتند ۲ تجربه متفاوت داشتند. تجربه اولی‌ها شیرین و ذوق‌آمیز بود اما در ادامه اجرای غربالگری هم هزینه سنگینی روی دست مادران می‌گذاشت و هم استرس شدیدی برای آنها ایجاد می‌کرد. ■ قانون جوانی جمعیت به هیچ‌وجه جلوی غربالگری را نترفته است، بلکه براساس ماده ۵۳ باید طبق پروتکل‌های وزارت بهداشت و با نظارت‌های لازم انجام شود.

افزایش سقط‌های غیرقانونی

قویدل، مشاور و هیأت‌مدیره بانک‌پور، رئیس کمیسیون جوانی جمعیت و حمایت از خانواده و احمد قویدل، مشاور هیأت‌مدیره کانون بیماران هموفیلی که بخشی از آن را در ادامه می‌خوانید.

■ در سال ۱۴۰۰ تعداد بیماران هموفیلی ۱۲ هزار و ۸۰۰ نفر بودند، اکنون این تعداد نزدیک به ۱۵ هزار بیمار است. مشاهدات ما نشان می‌دهد که حداقل در یک استان بعد از اجرای این قانون هر خانواده به جای یک کودک هموفیلی، ۲ کودک هموفیلی دارد. ■ برای غربالگری جرم‌انگاری در نظر گرفته‌اند و به همین دلیل پزشکان در تشخیص اینکه غربالگری مورد نیاز است یاخیر دخال‌ت نمی‌کنند.



مادران پیش از اجرای قانون جوانی جمعیت غربالگری سندروم داون انجام می‌دادند، این عدد اکنون به ۷۰ درصد رسیده است.



۹۰۰ میلیون

تومان هزینه دارویی فرد مبتلا به هموفیلی در سال است و باید قانون اصلاح شود تا از تولید کودکان با این بیماری جلوگیری شود.

کوتاه‌تر از گزارش آرش نه‌اوندی؛ روزنامه‌نگار

چطور ویتامین حیاتی بدن را دریافت کنیم؟

اشعه خورشید به‌طور کامل برای پوست و سلامت مضر نیست و یکی از منابع تأمین ویتامین D محسوب می‌شود، اما برای دریافت میزان کافی ویتامین D چقدر باید در معرض نور خورشید قرار بگیریم؟ ویتامین D به جذب کلسیم و فسفر کمک می‌کند و برای استحکام استخوان‌ها و دندان‌ها ضروری است. همچنین در تقویت سیستم ایمنی، بهبود عملکرد عصبی-عضلانی و کاهش خطر ابتلا به برخی بیماری‌ها مانند بیماری‌های قلبی-عروقی، ام‌اس و برخی سرطان‌ها نقش دارد.

وقتی صحبت از قرار گرفتن در معرض آفتاب می‌شود، اکثر متخصصان توصیه می‌کنند که چندبار در هفته حدود ۵ تا ۳۰ دقیقه در معرض آفتاب باشید. دریافت نکردن کافی نور خورشید نیز می‌تواند خطرات قابل توجهی را ایجاد کند.

عوامل مؤثر در تعیین میزان ویتامین D

هنگام تعیین میزان نیاز به نور خورشید برای ویتامین D، عوامل مختلفی وجود دارد که باید در نظر بگیرید: ■ **رنگ پوست:** افرادی که رنگ پوست روشن‌تری دارند، بیشتر در معرض آفتاب سوختگی قرار می‌گیرند، بنابراین ممکن است لازم باشد زمان قرار گرفتن در معرض آفتاب را محدود کنند. افرادی که رنگ پوست تیره‌تری دارند، ممکن است نیاز داشته باشند زمان بیشتری را در آفتاب بگذرانند، زیرا بدن آنها به راحتی ویتامین D تولید نمی‌کند.

■ **زمان، روز و سال:** اگر قبل از ساعت ۱۰:۳۰ صبح یا بعد از ساعت ۴ بعد از ظهر در معرض آفتاب قرار می‌گیرید، ممکن است لازم باشد زمان بیشتری را در بیرون از منزل بگذرانید تا ویتامین D کافی از طریق نور خورشید دریافت کنید. در تابستان باید مراقب هشدارها درباره اشعه فرابنفش باشید.

■ **سن:** با افزایش سن، تولید ویتامین D برای بدن دشوارتر می‌شود. اگر بالای ۷۰ سال سن دارید، ممکن است نسبت به افراد جوان‌تر به این ماده مغذی نیاز بیشتری داشته باشید.



ساخت ۱۰ مستند در مجموعه «از قلب ایران»
وحید فرجی، مستندساز: من ۱۰ مستند را در قالب مجموعه «از قلب ایران» ساختم که از ۳ دقیقه تا ۲۴ دقیقه زمان داشته‌اند. عمده آنها زمان کمی دارند چرا که بستر انتشار مورد نظر ما فضای مجازی بود پس باید کوتاه تولید می‌شدند. تنها مستند طولانی ما همانی است که درمورد ساختمان شیشه‌ای با عنوان «صدا و سیما» ساختم. /ایلنا



پلان



سروش صحت «استخر» را می‌سازد

همکاری دوباره با پژمان جمشیدی

سروش صحت به‌زودی فیلمبرداری فیلم جدیدش را آغاز می‌کند و به این ترتیب سومین فیلمش را می‌سازد.

به گزارش همشهری، «استخر» نام فیلم جدید سروش صحت است که فیلمبرداری‌اش به‌زودی با تهیه‌کنندگی محمد شایسته شروع خواهد شد.

اسفندماه سال گذشته فیلمنامه این فیلم به همراه ۸ فیلمنامه دیگر از جمله «سهراب» به کارگردانی محمدحسین مهدویان در شورای پروانه فیلمسازی سازمان سینمایی مجوز ساخت گرفت و حالا بعد از گذراندن مراحل پیش تولید وارد روند تصویربرداری شده است. گفته شده در این فیلم پژمان جمشیدی، نگار جواهریان و بیژن بنفشه‌خواه حضور دارند.

جمشیدی که این روزها ۴ فیلم دایاناسور، کوکتل مولوتف، جزایر قنصاری و خانه ارواح را در سینما و همینطور اکران آنلاین، در حال پخش دارد و اصولاً ورودش به دنیای بازیگری با سکansı در سریال ساختمان پزشکان سروش صحت رقم خورد و بعد از آن هم با سریال پژمان به شهرت رسید، حالا برای چهارمین بار در کاری از سروش صحت حضور دارد.

بیژن بنفشه‌خواه هم پیش از این در ساختمان پزشکان، پژمان، لیسانسه‌ها و صبحانه با زرافه‌ها با صحت همکاری کرده است. اما نگار جواهریان نخستین بار است که مقابل دوربین سروش صحت رفته است.

فیلمنامه استخر نوشته امیرحسین صفایی قمی است که نویسنده تمام کارهای سروش صحت است. آخرین فیلم صحت، صبحانه با زرافه‌ها سال گذشته اکران شد و حدود ۱۲۰ میلیارد تومان فروش داشت.