



هالیوود

خالق «پیکی بلایندرز» نویسنده جیمز باند شد

استیون نایت، خالق سریال موفق «پیکی بلایندرز» به‌عنوان نویسنده فیلم جدید «جیمز باند» معرفی شد. انتخاب نایت برای این پروژه یک‌ماه پس از معرفی دنی ویلنوو به‌عنوان کارگردان این فیلم (که هنوز نام رسمی ندارد) و ۴ ماه پس از اعلام حضور ایمی پاسکال و دیوید هایمن به‌عنوان تهیه‌کنندگان پروژه جدید جیمز باند صورت گرفت. تانیا لاپوانت نیز به‌عنوان تهیه‌کننده اجرایی حضور خواهد داشت.

کمپانی آمازون ام‌جی‌ام در اوایل مارس با باربارا برو کلی و مایکل جی. ویلسون به توافق رسید تا کنترل خلاقانه مجموعه جیمز باند را در دست گیرند.

محسن بیگ‌آقا: حضور عطاران در ساعت خوش و لحظات طنزی که ایجاد می‌کرد، بسیار به‌یادماندنی است و بعد از گذشت سال‌ها الان نیز که در فضای مجازی دیده می‌شود، عالی است. او علاوه بر بازی‌های ماندگار، کمدین‌های بزرگی را در این سال‌ها معرفی کرد.



عکس همشهری / رضا عطاران

نخستین تصویر از عطاران

■ **پدرام پورامینی:** من ده ۷۰ به دنیا آمدم و تصویر خاصی از عطاران ندارم. سن من به اندازه کارنامه کاری عطاران است. برنام‌ها و سریال‌های خوبی در دهه ۷۰ تولید شد و ما سال‌ها بعد باز پخش آن را دیدیم. اما در همین دوران جنگ، فیلم «ورود آقایان ممنوع» را می‌دیدم؛ به‌نظرم یکی از کم‌دی‌های خیلی خوب چند سال اخیر است و رضا عطاران موقعیت و شخصیت پردازی‌هایی دارد که کمتر در فیلم‌ها و سریال‌های کم‌دی دیده می‌شود. در این فیلم یک جنس از آدم ساده‌ای را بسیار دلنشین بازی می‌کند و یکی از کم‌دی‌های خوب عطاران است.

تفاوت رضا عطاران با دیگر کم‌دین‌ها

■ **محسن بیگ‌آقا:** اگر سینمای کم‌دی قبل از انقلاب را در نظر بگیریم یک نسل قبل از عطاران را به‌عنوان بازیگر طنز و کم‌دی مانند حمید جلیلی، علیرضا خیمسه، ایرج طهماسب و اکبر عبدی داریم. باید ببینیم چه اتفاقی برای بازیگران آن دوران افتاد. بازیگری مانند اکبر عبدی که یک مدت نتوانست کار کند در دوره‌ای که ستاره‌گشی رواج داشت. بعدتر به نسل عطاران می‌رسیم و در مقایسه به‌نظرم مهم‌ترین تفاوت در تمرکز بازی است. عطاران علاوه بر کارگردانی، بیشترین تمرکز را روی بازیگری داشت و بسیار جدی بود. به‌نظرم رضا عطاران بازیگر مؤلف است؛ بازیگری که در هر همکاری با یک کارگردان نوع بازی را حفظ و نقش جدیدی ایفا می‌کند.

**پیشنهاد بازی در «پیرپسر» را رد کردم**  
داریوش ارجمند، بازیگر: با تمام کارگردانان بزرگ کشور جز علی حاتمی کار کرده‌ام؛ ولی امروز دیگر فیلمنامه وجود ندارد. برای بازی در فیلم «پیرپسر» به من پیشنهاد شد، اما در آن بازی نکردم زیرا معتقدم فیلم‌ها و سریال‌های ما هم کمی فیلم‌های خارجی شده است و ما دیگر حتی یک پلیس ایرانی نمی‌بینیم.



**در سریال «حکایت‌های کمال» مدام کتک خوردم**  
جعفر دهقان، بازیگر: من مدام در سریال «حکایت‌های کمال» کتک خوردم؛ به‌طوری‌که در هیچ کاری به این اندازه کتک نخورده بودم. در سینما صحنه‌های زدوخورد به‌لحاظ دکوپاژ تفاوت دارد؛ ولی در این سریال اینطور نبود. در یکی از سکانس‌ها با ۴ نفر درگیر شدم و آنجا حدود ۷ متر روی زمین کشیده شدم و تمام بدنم زخمی شد. / ایران‌پرس



عیار عطاران

گفت‌وگو با پدرام پورامیری و محسن بیگ‌آقا

درباره کارنامه بازیگری رضا عطاران

**گروه ۲۴/۳۰ سال است**  
**گزارش** که رضا عطاران را می‌شناسیم. او فیلم به فیلم و سریال به سریال به یکی از ما تبدیل شد. نزدیکی عطاران به مخاطبان، محصول مجموعه روایت‌های کمپایی است که او در پشت و مقابل دوربین، تجسم عقیده‌ها و عقده‌ها، کردارها و کینه‌ها و ریاضا و رویای‌ها می‌بود. این روزها برخی نگران

عطاران اصلا قبول نکرد نقش خود صدام را بازی کند

■ **پدرام پورامینی:** ابتدا با رضا عطاران دو سه جلسه گذاشتیم و او به شکل کلی نظرانی داد و بیشترین موضوع صحبت این بود که ایده باید با دقت کار شود تا به سمت و سوی دیگر نرود. سال ۱۴۰۱ سناریو را نوشتیم و خوانش‌هایی با عطاران داشتیم و در مرحله سیناپس هم چکش کاری شد. هر دو نیمه فیلم از ابتدا در طرح و فیلمنامه وجود داشت. مسیر فیلم بر اساس درام و ضرورت آن پیش رفت. رضا عطاران امضای خاص و مؤلفه‌هایی در بازیگری دارد. از سال ۹۹ طرح اولیه بدل صدام را نوشتیم، این نقش با هیچ‌کس مذاکره نشد و اگر عطاران نمی‌آمد فیلم ساخته نمی‌شد. تجربه همکاری با او بسیار دلنشین بود، عطاران مرد نازنینی است. او اصلا قبول نکرد نقش خود صدام را بازی کند و حتی به این نقش نزدیک شود. عطاران حافظه تاریخی سینمای این مملکت است و نمی‌توان این بازیگر را نادیده گرفت.

■ **محسن بیگ‌آقا:** هر بازیگری جلوی دوربین می‌رود، ابزار دست کارگردان می‌شود. عطاران هم در خدمت کارگردان است و این سؤال مطرح می‌شود که بازیگر کجا می‌تواند خود را نشان دهد؛ آنجا که کارگردان از او بازی می‌خواهد و بازیگر به بهترین شکل کار را در می‌آورد. عطاران اینطور است. به‌نظر من بازیگری در حد عطاران باید قدر خود را بداند و در نقش‌هایی ورود کند که لازم است. عطارانی که در «دفتر یادداشت» پیچیده‌ترین نقش را بازی کرده چرا باید در سریالی مثل «اجل معلق» بازی کند. این سریال ارتباطی با کاراکترش ندارد و عطاران باید بداند کسی است که مردم از او توقع دارند.

کوتاه‌تر از گزارش

ایستادگی فیلمسازان در برابر سرمایه‌گذاری رژیم صهیونیستی



پس از اعتراض چند جشنواره و سازمان سینمایی جهانی، اکنون فیلمسازان همکار «موبی» خواستار قطع رابطه با سرمایه‌گذارانی شده‌اند که با ارتش اسرائیل مرتبط و در کشتار مردم فلسطین سهیم هستند. به گزارش مهر به نقل از وراپتی، بیش از ۲۵ فیلمساز وابسته به کمپانی «موبی» که در میانشان نام آکی کوریسماسکی، فیلمساز سرشناس فنلاندی نیز به چشم می‌خورد، با امضای نامه‌ای تند و بی‌پرده از این توزیع‌کننده هنری و پلتفرم پخش آنلاین خواسته‌اند که نه تنها در رابطه خود با کمپانی سرمایه‌گذاری «سکوپا کپیتال» تجدیدنظر، بلکه با این شرکت را محکوم کند. سکوپا در پایان ماه می ۱۰۰ میلیون دلار در کمپانی «موبی» سرمایه‌گذاری کرد و از همان زمان انتقادهای شدیدی در فضای مجازی آغاز شد، زیرا روشن شد این کمپانی روابط نزدیکی با ارتش اسرائیل دارد. یکی از این روابط سرمایه‌گذاری سکوپا در اسارت‌آپ نظامی کلا (Kelab) بود که تابستان سال پیش ۴ عضو سابق واحدهای اطلاعاتی اسرائیل در پاسخ به حملات ۷ اکتبر تأسیس کردند. این اسارت‌آپ نظامی سازنده یک سیستم عامل جنگی است که به ارتش امکان می‌دهد هوش مصنوعی و فناوری تجاری را ادغام کند. شان مگوایر، یکی از شرکای سکوپا به دلیل پست‌های اسلام‌ستیزانه خود با انتقاد مواجه شد و بیش از هزار تن از کارکنان این کمپانی با نامه‌ای سرگشاده خواستار تنبیه او شدند. حالا در نامه فیلمسازان با اشاره به این موارد تأکید شده که رشد مالی «موبی» بر مبنای نسل‌کشی در غزه تأمین می‌شود و به این ترتیب همه فیلمسازانی که با این کمپانی کار می‌کنند، درگیر این موضوع هستند. امضاکندگاران این نامه فیلمسازانی هستند که فیلم‌هایی از آنها توسط «موبی» به‌اشتراک گذاشته شده و باور نداریم یک پلتفرم فیلم هنری بتواند به‌طور معناداری از جامعه جهانی سینمادوستان حمایت کند و در عین حال با شرکتی که برای کشتار هنرمندان و فیلمسازان فلسطینی سرمایه‌گذاری کرده، همکاری کند.

سبک زندگی

رفتارهای پرخطر در بارداری

مراقبت از سلامت در دوران بارداری اهمیت بسیار زیادی دارد. مادران باردار علاوه بر خودشان، مسئولیت سلامت جنین را هم بر عهده دارند تا فرزند سالمی به دنیا بیاورند. هر قدر مراقبت‌ها کمتر باشد، آسیب‌های متعددی متوجه جنین خواهد شد که گاه تا پایان عمر ادامه دارد. در این مطلب می‌توانید با چند رفتار پرخطر و اشتباه در دوره بارداری آشنا شوید.

- **خوددرمانی گیاهی:** برخی مادران تصور می‌کنند داروهای گیاهی بی‌خطرند، اما مصرف بی‌رویه آنها می‌تواند منجر به سقط یا آسیب به جنین شود.
- **رژیم‌های غیرعلمی:** این کار در دوران بارداری باعث سوءتغذیه مادر و کمبود مواد مغذی حیاتی برای رشد جنین می‌شود.
- **دخانیات:** مصرف مستقیم یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار می‌تواند منجر به کاهش اکسیژن‌رسانی و اختلال در رشد جنین شود.
- **بی‌توجهی به معاینات دوره‌ای و سونوگرافی‌های ضروری:** این معاینات برای شناسایی بموقع مشکلات جنین و حفظ سلامت مادر حیاتی هستند.
- **فعالیت‌های بدنی شدید یا ورزش‌های پرخطر:** ورزش‌های سنگین یا پرریسک می‌توانند منجر به آسیب‌دیدن رحم یا زایمان زودرس شوند.
- **مصرف بیش از حد کافئین:** دوز بالای کافئین با مصرف قهوه، چای، نوشابه‌های انرژی‌زا می‌تواند خطر سقط یا وزن کم هنگام تولد را افزایش دهد.
- **خوراکی‌های ناسالم:** فست‌فودهای پر نمک و چرب، احتمال مسمومیت غذایی و ابتلا به عفونت‌های مختلف را بالا می‌برد.
- **غذاهای خام و نیم‌پز:** مصرف گوشت‌های خام، نیم‌پز، تخم‌مرغ خام و شیر غیرپاستوریزه می‌تواند خطر ابتلا به عفونت‌های باکتریایی را افزایش دهد و عامل زایمان زودرس و حتی سقط جنین شود.
- **رنگ موهای شیمیایی یا مواد آرایشی غیرمجاز:** برخی ترکیبات شیمیایی از راه پوست جذب می‌شوند و برای جنین مضرند.
- **قرار گرفتن در محیط‌های پر استرس:** استرس شدید، می‌تواند با تأثیر بر سطح هورمون‌ها و سیستم ایمنی بدن، سلامت جنین را تحت تأثیر قرار دهد.
- **عدم استراحت کافی و بی‌خوابی مکرر:** خواب ناکافی باعث اختلال در ترمیم سلولی، افزایش فشارخون و زایمان زودرس می‌شود.

تندرستی

بازار

عوارض روغن زیتون تقلبی

روغن زیتون خالص یکی از سالم‌ترین روغن‌های گیاهی است و در حفظ سلامت قلب، تقویت سیستم ایمنی، بهبود گوارش و کاهش التهابات مزمن نقش مؤثری دارد. اما نمونه‌های تقلبی آن ممکن است به بدن آسیب بزنند. برخی از این روغن‌ها با حلال‌های شیمیایی مثل هگزان از تقاله زیتون استخراج می‌شوند و در صورت فراوری غیراستاندارد، باقیمانده این مواد برای کبد، کلیه و سیستم عصبی خطرناک است. گاهی نیز برای کاهش هزینه، روغن زیتون را با روغن‌های ارزان‌تری مثل افتابگردان، کلزا یا حتی روغن‌های صنعتی ترکیب می‌کنند که حاوی اسیدهای چرب ترانس هستند و احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی و سرطان را افزایش می‌دهند. تشخیص روغن زیتون خالص از ظاهر و طعم آن ممکن است؛ از جمله رنگ سبز مایل به طلایی و طعم تلخ و تند آن. همچنین با قیاس کردن با خنجرال، حالت نیمه‌جامد پیدا می‌کند که می‌تواند یکی از نشانه‌های خالص بودن روغن زیتون باشد.

سبک زندگی

۴۰ درصد سرطان‌ها قابل پیشگیری‌اند

آذین احمدی، متخصص رادیوتراپی و آنکولوژی، با اشاره به شیوع بالای سرطان معده و تیروئید در ایران، بر لزوم برنامه‌ریزی جدی برای کنترل آنها تأکید کرد و گفت: «حدود ۴۰ درصد سرطان‌ها با اصلاح سبک زندگی قابل پیشگیری هستند.» او در ادامه تأکید کرد: «پرهیز از سیگار، الکل، نمک و شکر زیاد، حذف فست‌فودها و غذاهای فرآوری‌شده، استفاده کمتر از سرخ‌کردنی‌ها و کبابی‌ها و گرایش به غذاهای آب‌پز، بخارپز و رژیم مدیترانه‌ای از راهکارهای مؤثر در این زمینه است.» مصرف میوه، سبزی، غلات کامل، ماهی و روغن‌های سالم مثل زیتون و آووکادو هم توصیه می‌شود. خواب کافی، کاهش استرس و فعالیت بدنی نیز نقش مهمی دارند. «احمری همچنین به خطر میکروپلاستیک‌ها در بطری‌ها، ظروف تغذیه و پلاستیکی اشاره کرد که می‌توانند از راه آب، غذا و هوا وارد بدن شوند و آسیب‌زا باشند. این متخصص، غربالگری منظم را راهی برای تشخیص زودهنگام «سرطان مهم» (پستان، دهانه رحم، روده بزرگ و پروستات) دانست.

