



## رخداد

## انتشار فراخوان جشنواره جهانی فیلم فجر



چهل و سومین جشنواره جهانی فیلم فجر در ۴ بخش رقابتی مسابقه بین الملل، جلوه‌گاه شرق، چشم‌انداز (مسابقه فیلم اولی‌ها و فیلم دومی‌ها) و زیتون شکسته برگزار می‌شود. براساس فراخوان این جشنواره که نسخه انگلیسی آن از هشتم شهریور در سامانه جشنواره منتشر شده، مهلت ارسال آثار تا ۹ مهر ادامه خواهد داشت.

جشنواره امسال در پرتو شعار «ستایش زندگی» دربرگیرنده ۴بخش رقابتی، مروری بر آثار یک فیلمساز برجسته جهان، بازار فیلم و دارالفنون خواهد بود.

## جشنواره

## «دایره مستقیم»

## برگزیده‌منتقدان ونیز



فیلم «دایره مستقیم» نخستین ساخته بلند اسکار هادسون، کارگردان بریتانیایی-به‌عنوان برنده اصلی هفته منتقدان جشنواره ونیز معرفی شد و جایزه بزرگ و نوآورانه‌ترین فیلم‌ر از آن خود کرد.این

اثر سورئال ضدجنگ با بازی دوقلوها، البوت و لوک تیتنسر در نقش ۳سرباز هم‌رته از ارتش‌های متخاصم ساخته شده است. هیأت‌داوران پخش هفته منتقدان شامل والتینا و نیکول برتانی، ناتالی جونگ و بازیگر تاپوایی لی هونگ‌چی، در بیانیه‌ای فیلم «دایره مستقیم» را «کمدی سیاه رنگارنگ و پوچ» توصیف کردند که به‌تدریج به کابوسی در بیداری بدل می‌شود.

**کسانی که می‌گویند تلویزیون نمی‌بینند هم سریال خوب را تماشا می‌کنند** محمود پاک نیت، بازیگر، کسانی که ادعا می‌کنند تلویزیون تماشا نمی‌کنند، با شنیدن بازخورد دیگران، به سراغ آن اثر می‌روند و آن را تماشا می‌کنند. بسیاری از افرادی که گفته بودند تلویزیون نگاه نمی‌کنند، پس از دیدن یک اثر خوب، به من می‌گفتند: «این سریال واقعا خوب بود، داستان درد نکند.»/ سینماپرس



# مهر تأیید فراستی بر «سینما متروپل»

نقد و بررسی فیلم تازه محمدعلی باشه آهنگر در برنامه «کات» تلویزیون همشهری



عکس: همشهری الیزر رستنی

ارجاعاتش به سینما فیلم را دلیذر کرده؛ حتی شوخی‌هایی که با فیلم‌ها کرده و اینکه آب‌منگل‌ها را ساواکی می‌کند، بازه است. ■ **مسعود فراستی:** کیانیان هم خوب است. نقش سانسورچی را دارد که کاملاً خوب درآمده است.

■ **سعید مروتی:** بله. بعد از مدت‌ها یک کیانیان خوب می‌بینیم. این را هم بگویم که فیلم سال ۱۴۰۱ در جشنواره فجر برنده سیمرغ بهترین فیلم شده و از آن به بعد گرفتار بوده و نمی‌توانسته پروانه نمایش بگیرد؛ با اینکه محصول خودفارابی بوده است. چیزهایی در نسخه طولانی جشنواره وجود داشته که برای فیلم دردرس درست کرده است. خیلی تلاش شد و چیزهایی از فیلم حذف شد تا توانست اجازه نمایش داشته باشد؛ مثل پیوند سینما متروپل و ساختمان متروپل که فروریخت.

■ **مسعود فراستی:** فیلمی نیست که مخالف داشته باشد. درود بر باشه‌آهنگر. امیدوارم همین مسیر را ادامه دهد چون در مسیر خودش فیلمساز معتبری است.

■ **سعید مروتی:** فیلم تمعدا خط داستانی پررنگی را به مفهوم کلاسیک دنبال نمی‌کند. ما با یکسری خرده‌روایت طرف هستیم که کنار هم قرار می‌گیرند. حسن ماجرا این است که چون اغلب شخصیت‌ها ملموس و سمیاتی‌ک هستند قطعاتی که کنار هم قرار گرفته‌اند برای ما باورپذیر می‌شوند. اگر آنقدر دوست‌داشتنی از کار در نمی‌آمدند، ممکن بود فکر کنیم داستانی که فراز و فرود کلاسیک داشته باشد، نمی‌بینیم. اما شناختی که فیلمساز از شخصیت‌هایش داشته و معلوم است با آنها زندگی کرده و اصلاً شاید یکی از آنها خودش باشد، باعث شده فیلم خوبی از کار دربیاید.

■ **مسعود فراستی:** اما یکی دو نکته منفی هم بگویم. غیر از اینکه بسازی آن خانم خوب نیست، عشق هم در فیلم در نیامده است. ما تا آخر نمی‌فهمیم دختر عاشق آن یکی شخصیت است و عاشق رضا نیست. اما تیتراژ «قیصر» جقدر خوب است. به شکل باورنکردنی خوب است؛ بازی‌ای که با قیصر کرده عالی است.

■ **سعید مروتی:** اصلاً همین

«سینما متروپل» فیلمی نیست که مخالف داشته باشد؛ درود بر باشه‌آهنگر. امیدوارم همین مسیر را ادامه دهد چون در مسیر خودش فیلمساز معتبری است

«سینما متروپل» مهم‌ترین ویژگی «سینما متروپل» این است که مکان را برای ما درمی‌آورد؛ یعنی ما آبدان تحت محاصره و سینما در این شرایط را می‌بینیم. آدم‌های سمیاتی‌ک هستند که به سرعت با ما آشنا می‌شوند. ۲ جوان که با هم دوست هستند و با دوربینی که دارند فیلم می‌گیرند و بعد هم سینما راه می‌اندازد؛ چه سینمایی و چه کوششی! ای کاش فقط جای خامی که در فیلم هست بازیگر دیگری بود چون تنها جای ضعیف بازی‌ها بازی این خانم است.

■ **سعید مروتی:** باشه‌آهنگر بین سینما و جنگ پیوند برقرار می‌کند. می‌خواهد به یک مفهوم کلی برسد: سینما به مثابه پناهگاه. می‌بینیم در سینمایی که فیلم تماشا می‌کردند حالا مجروحان را مداوا می‌کنند. فکر می‌کنم زمانی که آبدان در حصر بودخود باشه‌آهنگر هم در آبدان حضور داشته و سینما و همه آن چیزی را که در فیلم می‌بینیم، جزو زندگی و جوانی خودش بوده است. شاید اگر یک فیلمساز جوان، سفارشی از فارابی می‌گرفت که با یک‌ماه پژوهش این فیلم را بسازد، نمی‌توانست این فضا را بازآفرینی کند.

■ **مسعود فراستی:** برای بازآفرینی یک محیط بومی، هرقد هم راجع به آن تحقیق کنی و کاربلد باشی، اگر آن را نشناسی فایده ندارد. از جنس آنجایودن به‌نظرم مهم‌ترین ویژگی این فیلم است. یک سینما پارادیزومی‌سازد که به‌نظر من خیلی بهتر از آن است.



**ساختن فیلم شاد برای بچه‌ها بسیار دشوار است**

بهرام عظیمی، کارگردان انیمیشن‌ساز: خیلی وقت‌ها وقتی فیلمی ساخته می‌شود، فیلمساز به‌سراغ مضامین غمگین می‌رود چون فکر می‌کند اینگونه آثار تأثیرگذارترند. درحالی‌که اثری که بتواند بچه‌ها را شاد کند، بسیار ارزشمند و جذاب، اما ساخت آن بسیار سخت است، شاید دلیل اصلی همین موضوع باشد. / سینماپرس



## خفه‌سینما

## جشن خانه سینما امسال برگزار نمی‌شود

مدیرعامل جامعه اصناف سینمایی کشور: خانه سینما هیچ تقابلی با دولت ندارد



همایون اسعدیان که ۱۹ مرداد به مدیرعاملی خانه سینما منصوب شد، صبح دپروز در آستانه روز ملی سینما در نشست خبری حضور یافت. آنچه پیش رو دارید گزیده‌ای از صحبت‌های مدیرعامل خانه سینماست:

■ **سال قبل ۱۴ میلیارد بودجه به خانه سینما داده شد، درحالی‌که خرج بسیاری از هزینه‌های آن به بیش از ۱۰ میلیارد تومان می‌رسد.** نمی‌دانم این هزینه میلیاردی که گفته می‌شود چیست؟ البته باعث افتخار است که خانه سینما در بازرسی‌های مالی هیچ‌گاه دچار مشکل نشده است اما تأکید می‌کنم که خانه سینما بنگاه کارایی‌ب و بنگاه خیریه نیست. بیمه بیکاری هم آماده‌سازی‌هایی نیاز دارد که مثلاًاول باید صندوق بیمه بیکاری آن تشکیل شود.

■ **ما در زمانه‌ای زندگی می‌کنیم که در کنترل پلتفرم‌ها هم عقب می‌افتیم و به‌زودی شاهد سریال‌های اینستاگرامی خواهیم بود.** ما باید براساس قواعد جدید قانون بنویسیم و شرایط را تغییر دهیم. ■ **خانه سینما در تاریخ خود، به‌جز دوران آقای شمعدری که می‌خواستند خانه سینما را ببندند، هیچ‌گاه با سازمان سینمایی تقابلی نداشته و نسبت به اطلاعیه صادر شده برای کناره‌گیری از کمیته اسکار اصلاً شپیمان نیستیم.** در واقع این اطلاعیه به‌معنای تقابل نبود.

■ **قرار بود جشن خانه سینما برگزار شود و مصطفی کیایی، دبیر جشن انتخاب شده بود ولی جنگ ۱۲ روزه برنامه‌ها را به هم ریخت.** در شرایط فعلی هم واژه جشن به نوعی توهین وبی‌احترامی به مردم است ولی به هر حال روز سینما وجود دارد و آن را برای تقدیر از سینما گرامی می‌داریم. بنابراین روز ۲۱ شهریور مراسمی در موزه سینما خواهیم داشت بدون انتخاب برگزیده و اهدای جایزه و فقط برای احترام و گرامیداشت روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

روز سینماست.

دستمزد فوق تخصص ایرانی ۴دلار، افغانستانی ۵۰دلار

مسعود اسلامی، دبیر کنگره تازه‌های قلب و عروق هم دستمزد کم متخصصان ایرانی را یکی دیگر از چالش‌های این حوزه اعلام کرد و گفت: «یزیت فوق تخصص قلب در ایران ۳ تا ۴دلار، در ترکیه و افغانستان ۵۰دلار، در امارات ۵۰دلار، در آمریکا ۳۵۰دلار به بالا و در انگلستان ۳۵۰پوند است. اگر تعرفه‌ها درست نشود و بیمه‌ها پوشش کامل نداشته باشند، حتی اگر متخصصان سه‌برابر شوند هم مشکل حل نخواهد شد.»

فرین سلیمانی، متخصص بیماری‌های کودکان با اشاره به اهمیت زیاد ۳ سال اول زندگی در رشد مغزی و اجتماعی کودکان، گفت: قصه‌گویی، کتابخوانی و بازی‌های تعاملی توسط والدین به‌خصوص مادران، می‌تواند بیشترین تأثیر را در تکامل کودکان داشته باشد.



فرین سلیمانی، متخصص بیماری‌های کودکان با اشاره به اهمیت زیاد ۳ سال اول زندگی در رشد مغزی و اجتماعی کودکان، گفت: قصه‌گویی، کتابخوانی و بازی‌های تعاملی توسط والدین به‌خصوص مادران، می‌تواند بیشترین تأثیر را در تکامل کودکان داشته باشد.

فرین سلیمانی، متخصص بیماری‌های کودکان با اشاره به اهمیت زیاد ۳ سال اول زندگی در رشد مغزی و اجتماعی کودکان، گفت: قصه‌گویی، کتابخوانی و بازی‌های تعاملی توسط والدین به‌خصوص مادران، می‌تواند بیشترین تأثیر را در تکامل کودکان داشته باشد.

# هوش مصنوعی متخصص تغذیه نیست

چرا نباید برای کاهش وزن از رژیم‌های غذایی توصیه شده هوش مصنوعی استفاده کرد؟

### چرا هوش مصنوعی خطرناک است؟

رژیم غذایی فقط محاسبه کالری مواد مغذی نیست و باید بیماری‌های روزها خیلی‌ها برای رژیم غذایی و زمینهای (دیابت، فشار خون، مشکلات کلیوی)، وضعیت روانی، سطح فعالیت بدنی، داروهایی که فرد مصرف می‌کند، شرایط اجتماعی و اقتصادی و حتی عادت‌های فرهنگی غذایی فرد هم مورد بررسی قرار بگیرد. هوش مصنوعی هنوز فاقد این شعور و ممکن است در تنظیم برنامه اشتباه فاحشی کند که به ضرر سلامت فرد تمام شود.

### چه باید کرد؟

اگرچه دسترسی آسان و رایگان بودن این ابزارها وسوسه‌کننده است، اما سلامت موضوعی نیست که بتوان آن را به تصمیم‌های ماشینی سپرد. بهترین راه همان‌جا مرجع به متخصص و دریافت برنامه‌ای شخصی‌سازی‌شده و علمی است؛ برنامه‌ای که نه تنها به کاهش وزن، بلکه به حفظ سلامت و ارتقای کیفیت زندگی فرد کمک کند.

### آسیب‌های احتمالی چیست؟

امکان دارد رژیم ارائه شده از سوی هوش مصنوعی، حاوی مقدار ناکافی پروتئین، ویتامین‌ها یا مواد معدنی ضروری باشد که منجر به عوارضی از جمله ریزش مو، ضعف جسمی، خستگی مفرط یا یوکی استخوان شود؛ مشکل دیگر هم اختلال در مدیریت کالری در یافتنی است. اگر کالری بسیار کمی تجویز شود، بدن وارد حالت ذخیره انرژی می‌شود و بعد از قطع رژیم، بازگشت وزن حتی به میزان بیشتر از گذشته وجود دارد. اگر پرکاری یا نامتناسب باشد هم کاهش وزن رخ نمی‌دهد. اگر فرد مبتلا به دیابت، فشارخون یا بیماری‌های کلیوی باشد، دریافت و اجرای رژیم نامناسب می‌تواند منجر به تشدید بیماری و بروز عوارض جدی شود. نکته مهم اینکه پیروی از رژیم‌های غیر علمی می‌تواند باعث ایجاد رفتارهای ناسالم غذایی از جمله وسواس در انتخاب خوراکی‌ها یا پر خوری عصبی شود.

### برنامه بندی | روزنامه نگار | تب استفاده از هوش مصنوعی

مصرف روزها خیلی‌ها برای رژیم غذایی و زمینهای (دیابت، فشار خون، مشکلات کلیوی)، وضعیت روانی، سطح فعالیت بدنی، داروهایی که فرد مصرف می‌کند، شرایط اجتماعی و اقتصادی و حتی عادت‌های فرهنگی غذایی فرد هم مورد بررسی قرار بگیرد. هوش مصنوعی هنوز فاقد این شعور و ممکن است در تنظیم برنامه اشتباه فاحشی کند که به ضرر سلامت فرد تمام شود.

### چرا هوش مصنوعی خطرناک است؟

رژیم غذایی فقط محاسبه کالری مواد مغذی نیست و باید بیماری‌های روزها خیلی‌ها برای رژیم غذایی و زمینهای (دیابت، فشار خون، مشکلات کلیوی)، وضعیت روانی، سطح فعالیت بدنی، داروهایی که فرد مصرف می‌کند، شرایط اجتماعی و اقتصادی و حتی عادت‌های فرهنگی غذایی فرد هم مورد بررسی قرار بگیرد. هوش مصنوعی هنوز فاقد این شعور و ممکن است در تنظیم برنامه اشتباه فاحشی کند که به ضرر سلامت فرد تمام شود.

### چه باید کرد؟

اگرچه دسترسی آسان و رایگان بودن این ابزارها وسوسه‌کننده است، اما سلامت موضوعی نیست که بتوان آن را به تصمیم‌های ماشینی سپرد. بهترین راه همان‌جا مرجع به متخصص و دریافت برنامه‌ای شخصی‌سازی‌شده و علمی است؛ برنامه‌ای که نه تنها به کاهش وزن، بلکه به حفظ سلامت و ارتقای کیفیت زندگی فرد کمک کند.

# تندرستی

## تغذیه

## غذاهای فوق فرآوری‌شده دشمن کاهش وزن

غذاهای فوق فرآوری‌شده به شدت با افزایش وزن و مشکلات مختلف سلامت،از جمله چاقی، دیابت نوع ۲ و افزایش خطر ابتلا به برخی سرطان‌ها مرتبط هستند. مطالعات نشان می‌دهد که مصرف غذاهای فوق فرآوری‌شده می‌تواند منجر به پر خوری و افزایش کالری دریافتی شود که با افزایش وزن کمک می‌کند. مطالعه جدید نشان می‌دهد حذف یک دسته از غذاها می‌تواند نتایج کاهش وزن افراد را تقریباً دوبرابر کند.

بر اساس این مطالعه، بزرگسالان دارای اضافه وزن که غذاهای فوق فرآوری‌شده را کنار گذاشتند در یک دوره ۲ ماهه تقریباً ۲ پرابر بیشتر از افرادی که این کار را نکردند وزن کم کردند. غذاهای فوق فرآوری‌شده شامل غذاهای آماده شده در مایکروویو، نوشابه‌ها، چیس سبب‌زمینی و کوکی‌های بسته‌بندی شده و موارد دیگر است. علاوه بر اضافه وزن، خوردن غذاهای فوق فرآوری‌شده می‌تواند عوارض جدی در بدن ایجاد کند و از این نظر می‌تواند برای سلامت بسیار خطرناک باشد.

## نکته

## بهداشت خواب دانش آموزان را جدی بگیرد

خواب کافی و باکیفیت برای دانش آموزان حیاتی است و اگر نادیده گرفته شود ممکن است روی رشد جسمی و یادگیری آنها اثر منفی بگذارد. دکتر حانیه راجی، فوق تخصص ریه، فلوشیپ خواب و استاد دانشگاه در آستانه سال جدید تحصیلی به برهم خوردن خواب کودکان و نوجوانان در تابستان اشاره کرده و گفته است که این مسئله باید در طول سال تحصیلی حل شود: «با توجه به اینکه دانش آموزان در سن رشد و یادگیری قرار دارند تأمین خواب کافی برای آنها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. خواب باکیفیت به‌طور مستقیم بر تمرکز، یادگیری، رفتار و حتی رشد جسمی آنها تأثیر می‌گذارد.» دکتر راجی اظهار کرده است: «یک دانش آموز دبستانی ممکن است به ۹ تا ۱۱ ساعت و یک نوجوان به حدود ۹ ساعت خواب شبانه نیاز داشته باشد و کمبود یا کیفیت پایین خواب می‌تواند منجر به بروز اختلالاتی مانند پر خاشگرایی، بی‌قراری، اختلال در تمرکز، افت تحصیلی و حتی مشکلات خلقی نظیر اضطراب و افسردگی شود.