فیلمسازی از راه دور

علی نصیریان در توضیح حضورش در فیلم «آه، چه روزهای خوشی بود!»: فکر کنید با ۵نفر که با موبایل با هم حرف می‌زنند، یک فیلم سینمایی بسازید. من و نوید محمدزاده برای فیلمبرداری در تهران بودیم، اما پیمان معادی یا حتی خود کارگردان ایران نبود و از طریق ارتباط از راه دور من پیشنهادهایم را مطرح می‌کردم./مهر

بازگشت «مومیایی» بعد از ۲۰ سال انتظار

برندن فریزر، بازیگر: پس از ۲۰ سال انتظار، فیلم «مومیایی۴» ساخته خواهد شد. همیشه امیدوار بودم این فرنچایز ادامه پیدا کند و حالا شرایط برای بازگشت به نقش ریک اوکانل فراهم شده است. این پروژه چیزی است که طرفداران سال‌ها درخواست کرده‌اند. من همیشه آماده بودم؛ فقط زمان و شرایط باید درست می‌شد./ فیلمزی

سینماحقیقت

پردیس ملت خانه سینماحقیقت نوزدهم شد

پردیس ملت برای دومین بار به‌عنوان خانه جشنواره سینماحقیقت انتخاب شد.

در این دوره علاوه بر نمایش آثار بخش ملی و بین‌المللی، رونمایی از کتاب‌های جشنواره، کارگاه‌ها و آیین‌های بزرگداشت در خانه جشنواره انجام می‌شود. افزایش تعداد مستندها در بخش ملی و بین‌الملل نوزدهمین دوره سینماحقیقت نیاز به تعدد سالن‌ها برای نمایش آثار را بیشتر کرد و فضای پردیس ملت و امکانات نمایشی آن برای اجرای برنامه‌های این دوره مناسب‌تر بود.

تیم برگزاری نوزدهمین جشنواره سینماحقیقت امکان رفت‌وآمد آسان را برای صاحبان آثار و نمایندگان رسانه‌ها فراهم خواهد کرد.

۱۰مستند خارجی با موضوع غزه در «سینماحقیقت»

۱۰مستند خارجی در بخش مسابقه «غزه»، نوزدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینماحقیقت» نمایش داده می‌شود. این آثار عبارتند از: «غزه: کودکی به‌یغمارفته» ساخته مؤمن غنیم (فلسطین و قطر)، «تو را به خاطر خواهم آورد» ساخته محمدرضا کزنای (مراکش و قطر)، «وعده» ساخته حسین علی قانصو (لبنان)، «عدس» ساخته حمدی خلیل الحسینی و سمر طاهر لولو (فلسطین)، «هفده و هفتاد و چهار دلار» ساخته جاستین مشعوف (آمریکا)، «بازی ادامه دارد» ساخته محمد مصباح (فرانسه و فلسطین)، «سقوط یک مرد» ساخته جیوفانی سی لوروسو (ایتالیا و لبنان)، «هند رجب در محاصره» ساخته ناجی سلامه (اردن)، «یادداشت‌هایی بر تبعید» ساخته گوستاوو کاسترو (برزیل، فلسطین) و «واژه‌های آزاد: شاعری از غزه» ساخته عبدالله هارون ایلهان (مصر و ترکیه). امسال دومین دوره برگزاری بخش مسابقه «غزه» است. نوزدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران، سینماحقیقت از ۱۹ تا ۲۵آذرماه با دبیری محمد حمیدی‌مقدم برگزار می‌شود.

۱۳۲۳-۱۴۰۴

آخرین لبخند آقای مرزبان

هادی مرزبان، بازیگر و کارگردان برجسته تئاتر در ۸۱ سالگی درگذشت

پلکان، آهسته با گل سرخ، هاملت با سالاد فصل، آمیزقلمدون، شب روی سنگفرش خیس، باغ شب‌نمای ما، ملودی شهر بارانی، پایین گذر سقاخانه، لبخند باشکوه آقای گیل، خانمچه و مهتابی و تانگوی تخم‌مرغ داغ نمایشنامه‌هایی از رادی هستند که مرزبان در طول سال‌ها آنها را روی صحنه برد.

گزارش

شقایق عرفی‌نژاد | روزنامه‌نگار | هادی مرزبان پس از یک دوره بیماری صبح روز یکشنبه از دنیا رفت. از مدتی پیش خبر بیماری و بستری شدن او در بیمارستان رسانه‌ای شده بود در نهایت شرایط جسمانی او اجازه عمل جراحی نداد و او صبح روز یکشنبه در حالی از دنیا رفت که مشغول تدارک اجرای تازه‌ترین اثرش با نام «پریزاد» بود که حالا برای همیشه ناتمام مانده است. هادی مرزبان از سال ۱۳۴۵فعالیت تئاتری‌اش را شروع کرد و در طول این سال‌ها ۲نکته در کار او شاخص بود. او از معدود اجراکنندگان آثار اکبر رادی و درواقع تقریبا تنها اجراکننده نمایشنامه‌های او به‌خصوص پس از انقلاب بود. ویژگی بعدی او آموزش تئاتر به نوجوانان بود که از دهه ۶۰شروع شد و برنامه تلویزیونی «ما می‌توانیم» حاصل این دست فعالیت مرزبان بود.

تعداد نمایش روی صحنه	آغاز فعالیت هنری	اوج دوران فعالیت تئاتری
۳۰ کارگردانی	دهه ۴۰	دهه ۸۰

کارگردانی وفادار به متن

هادی مرزبان در مقام کارگردان بیشتر از همه نمایشنامه‌های اکبر رادی را اجرا می‌کرد، نمایشنامه‌هایی ملی- ایرانی که معمولا در تالار وحدت، سالن اصلی تئاترشهر و تماشاخانه سنگلج روی صحنه می‌رفت. سبک کارگردانی هادی مرزبان عموما بر پایه وفاداری مطلق به متن نمایشی، دقت وسواسی در جزئیات صحنه و ترکیب کلاسیک خلاصه می‌شد. او اغلب آثار نویسندگان بزرگی مثل اکبر رادی را با حس عمیق اجتماعی و روان‌شناختی اجرا می‌کرد و می‌توان گفت تمرکز اصلی مرزبان بیشتر روی ریتم طبیعی دیالوگ‌ها بدون تحریف بود و سعی می‌کرد از عناصر صحنه از جمله نورپردازی به شکل دراماتیک استفاده کند. در آثاری که کارگردانی می‌کرد موضوع انسان، زندگی و جامعه زیاد دیده می‌شد. مرزبان از دهه ۱۳۴۰ کارش را روی صحنه شروع کرد، با اجراهایی مثل «هاملت با سالاد فصل» و «شب روی سنگفرش خیس». تله‌تئاترهایش هم زبانزد بود.

هادی مرزبان تقریبا جزو پرکارهای حوزه تئاتر به‌حساب می‌آمد و البته در اجراهایش نمی‌توانست همه منتقدان و تماشاگران را راضی نگه دارد. یکی از کارهایی که مرزبان خیلی دوست داشت آن را اجرا کند، نمایشنامه «دکتر نون زنش را بیشتر از مصدق دوست دارد» بود، نمایشی که در نهایت سال ۱۴۰۱روی صحنه رفت، نمایش پربازیگری که بهار روی صحنه رفت و مرزبان را به یکی از آرزوهایش رساند. مرزبان به «بنگاه تئاترال» علی نصیریان نیز علاقه داشت، نمایشی که در ۲نوبت در سنگلج و شهرزاد اجرا کرد.

در همان سنگلج متن دیگری از اکبر رادی با عنوان «آهسته با گل سرخ» را روی صحنه برد. مرزبان بیشترین تمرکزش اجراهای کارهای اکبر رادی بود و رادی از جمله نمایشنامه‌نویسانی بود که به او علاقه و ارادت فراوان داشت.

تئاتر به روایت مرزبان

■ تئاتر من باید بوی نجیب نم کاهگل بدهد. غیراز این هم کار نمی‌کنم. اعتقادم بر این است که ما ایرانی هستیم و باید تئاتر ایرانی کار کنیم. تئاتر غرب را به هیچ شکل رد نمی‌کنم، ولی می‌گویم باید خودمان را بسازیم بعد سراغ مرغ همسایه برویم. ما خیلی چیزها داریم. سعدی داریم، مولانا و فردوسی داریم. ۵۰سال است دارم کار می‌کنم، ۴۰سال است که از فرنگ برگشته‌ام، ولی نخستین کاری که بعد از رسیدن به ایران کردم یک نمایش محلی بود.

■ من خیلی از لحظه‌های خوبم را به تئاتر دادم و تئاتر در عوض به من نفس داده است. من اگر تئاتر نداشته باشم، نفسم قطع می‌شود. این را واقعا می‌گویم. حتی اگر از نظر مالی وضعیتم خوب باشد، ولی تئاتر نداشته باشم، زندگی ندارم.

■ در گذشته آدم‌های تئاتر تئاتری‌تر بودند. من مال نسلی هستم که بازیگر تئاتر اصلا شرم داشت درباره دستمزدش حرف بزند. در آخر دستمزدش را هم می‌گرفت، ولی هدف آن نبود؛ هدف چیز دیگری بود. به قول سعدی هدف از کاشتن برزگر گندم بود نه کاه. الان وقتی بازیگر جوانی را برای کار دعوت می‌کنی، قبل از هر چیز می‌پرسد چقدر دستمزد می‌دهی. ماجرا بازاری شده است؛ به همین دلیل بیشتر با یک‌سری آدم ثابت کار می‌کنم و حرمت همه آنها را هم دارم.

■ من دارم تئاتر کار می‌کنم. من اگر تئاتر کار نکنم می‌میرم. اگر طوری شود که نتوانم تئاتر کار کنم، مسلما روز مرگ من است.

■ بهترین راه برای تمرین جوان‌ها کار عملی روی صحنه است. نفس به نفس پیشکسوت‌ها بدهند و یاد بگیرند.

صفحه‌آرا: بهروز قلی‌پور

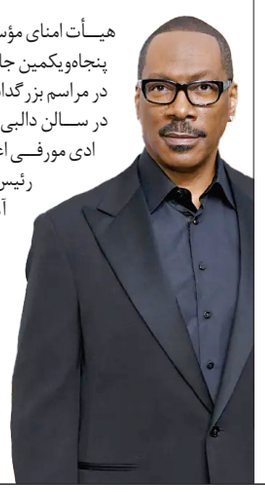
پلان

دورخیز سودربرگ برای فصل جوایز

استیون سودربرگ پروژه‌ای درباره جان لنون را برای فصل جوایز آماده می‌کند. به گزارش فیلمزی، این کارگردان برنده اسکار پروژه‌ای سینمایی با محوریت جان لنون، خواننده و ترانه‌سرای افسانه‌ای گروه بیتلز را برای فصل جوایز آماده می‌کند. این پروژه که هنوز جزئیات کامل آن فاش نشده، قرار است در سال ۲۰۲۶ به نمایش درآید و به‌طور ویژه در رقابت‌های اسکار و دیگر جوایز سینمایی حضور داشته باشد. منابع نزدیک به پروژه اعلام کرده‌اند که سودربرگ قصد دارد با رویکردی متفاوت به زندگی و میراث هنری لنون بپردازد.

رخداد

جایزه یک عمر دستاورد هنری برای ادی مورفی



هیأت امنای مؤسسه فیلم آمریکا اعلام کرد پنجاه‌ویکمین جایزه یک عمر دستاورد هنری را در مراسم بزرگداشت خود که قرار است ۱۸آوریل در سالن دالبی در لس‌آنجلس برگزار شود، به ادی مورفی اعطا خواهد کرد. کاتلین کندی، رئیس هیأت امنای مؤسسه فیلم آمریکا، گفت: «ادی مورفی یک نماد آمریکایی است. او نیرویی پیشرو در هنر سینما، تلویزیون و استندآپ کمدی بوده و خلاقیت او پایان‌ناپذیر است. طی ۵دهه، تأثیر ماندگارش بر فرهنگ عمومی الهام‌بخش هنرمندان و مخاطبان بوده است.»

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

مراکز اهدای خون به‌خاطر آلودگی هوا تعطیل نمی‌شوند

مراکز اهدای خون در تمامی ایام ازجمله در تعطیلات رسمی و همچنین تعطیلی‌های ناخواسته ناشی از آلودگی هوا فعالند و ضمن ارائه خدمات، پذیرای اهداکنندگان هستند. آلودگی هوا ممنوعیتی برای اهدای خون ایجاد نمی‌کند و باید توجه کرد که اهدای خون نیازی همیشگی است.

خبرهایی که نمی‌بینید

نیمی از جامعه درگیر چاقی است

دکتر فاطمه عظیمیان، فوق‌تخصص غدد و متابولیسم گفت: بیش از ۵۰ درصد افراد جامعه به اضافه‌وزن یا چاقی دچار هستند و آمار چاقی به‌سرعت در اکثر جوامع صنعتی در حال افزایش است. چاقی یک بیماری مزمن همراه با اختلال عملکرد متابولیک است و یک فاکتور خطر برای دیابت و بیماری‌های قلبی‌عروقی محسوب می‌شود.

هشدار مسئول | **مریم سرخوش**؛ روزنامه‌نگار

آلودگی هوا و بیماری‌های فصلی؛ خطری که جدی‌تر می‌شود

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی تهران با اشاره به تغییرات اقلیمی و شرایط خاص نیمه دوم سال، نسبت به افزایش بروز بیماری‌های عفونی به‌ویژه بیماری‌های حاد دستگاه تنفسی، هشدار داد و گفت: همزمانی آلودگی هوا با موج بیماری‌های فصلی اهمیت مراقبت‌ها را چند برابر می‌کند.

رضا شروین بدو، با اشاره به روند افزایشی مراجعه بیماران به مراکز درمانی بیان کرد: در روزهای اخیر میزان مراجعه بیماران دچار عفونت‌های حاد دستگاه تنفسی، چه بزرگسال و چه کودک، افزایش قابل توجهی داشته است. تست‌های آنفلوآنزا هم نسبت به هفته‌های قبل بیشتر شده است. البته امسال با بحران شدید مواجه نیستیم اما هشدار جدی وجود دارد؛ به‌ویژه آنفلوآنزا که مهم‌ترین بیماری فصلی حال حاضر است. او آلودگی هوا را تشدیدکننده شرایط عنوان کرد و گفت: هرچه به روزهای سرد سال نزدیک‌تر می‌شویم، انتظار افزایش آلودگی هوا و ماندگاری آلاینده‌ها بیشتر است. امسال بارندگی و باد هم به‌اندازه کافی نداشتیم و این مسئله خطر درگیری افراد با بیماری‌های تنفسی را افزایش می‌دهد. معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی تهران با تأکید بر اینکه مراکز درمانی و بیمارستان‌های دانشگاه کاملا آماده‌اند تا هم در حوزه پیشگیری و هم درمان به‌صورت سرپایی و بستری خدمت‌رسانی کنند، عنوان کرد: در چنین شرایطی مؤثرترین راه پیشگیری است که نکات ساده‌ای هم دارد شامل شست‌وشوی مرتب دست‌ها، رعایت فاصله فردی و پرهیز از روبوسی. به گفته شروین بدو، آموزش کودکان هم بسیار مهم است چون بخشی از زنجیره انتقال در مدارس، مهدکودک‌ها و پیش‌دبستانی‌ها اتفاق می‌افتد. باید به بچه‌ها اصول بهداشتی را آموزش دهیم و خودمان هم در خانه این رفتارها را رعایت کنیم. او تأکید کرد: برای سلامت خودتان، سالمندان و فرزندان‌تان این شرایط را جدی بگیرید. با توجه به همزمانی آلودگی هوا و افزایش آنفلوآنزا، نیاز است میزان توجه و مراقبت‌مان چند برابر شود.

زندگی شیرینی می‌خواهد

چرا نباید به شیرین‌کننده‌های مصنوعی اعتماد کنیم و چه قندی برای ما ضروری است؟

گزارش

پروانه بندپی | روزنامه‌نگار | این روزها «چالش حذف قند» در شبکه‌های اجتماعی و خانواده‌ها و گروه دوستان طرفداران زیادی پیدا کرده؛ خیلی‌ها به امید لاغری یا حفظ سلامت، نه تنها شکر و شیرینی، بلکه میوه و خرما را هم کنار می‌گذارند و سراغ قندهای مصنوعی می‌روند. اما متخصصان می‌گویند حذف کامل قندها می‌تواند به اندازه زیاده‌روی در مصرف شیرینی‌ها خطرناک باشد. مسئله اصلی، شناخت تفاوت قندهای مضر و قندهای ضروری است؛ چیزی که اغلب شرکت‌کنندگان در چالش حذف قند از آن بی‌خبرند.

قندهای مصنوعی هم عوارض دارند

شیرین‌کننده‌های مصنوعی مثل آسپارتام، ساخارین، سوکرالوز، استویا و... بدون کالری یا کم‌کالری هستند و اغلب به‌عنوان جایگزینی سالم برای قند درنظر گرفته می‌شوند. بااین‌حال یافته‌های جدید نشان می‌دهد که برخی از شیرین‌کننده‌ها ممکن است به‌مرور اثرات منفی بر سلامت مغز داشته باشند. این اتفاق در افراد مبتلا به دیابت بیشتر رخ می‌دهد؛ چون این افراد بیشتر احتمال دارد از شیرین‌کننده‌های مصنوعی به‌عنوان جایگزین قند استفاده کنند. موضوع این است که این قندها با اینکه کالری پایینی دارند، اما شیرینی بعضی از آنها ۳۰۰برابر قندهای طبیعی است و همین منجر به افزایش اشتها و باعث می‌شود خیلی‌ها بیشتر بخورند؛ مسئله‌ای که می‌تواند چاقی و مشکلات ناشی از چاقی را در پی داشته باشد. علاوه بر کاهش سلامت مغز و چاقی، این قندها عوارض دیگری هم دارند. دکتر مریم مظاهریون، دکتری تخصصی تغذیه و رژیم‌درمانی و عضو انجمن علمی تغذیه ایران به همشهری می‌گوید: «شیرین‌کننده‌های مصنوعی به‌صورت مصنوعی تولید می‌شوند و برخلاف قندهای طبیعی، کالری بسیار کمی دارند؛ اما کم‌کالری‌بودن این قندها به معنی بی‌ضرربودن‌شان نیست.» مظاهریون در توضیح بیشتر می‌گوید: «مطالعات جدید نشان داده قندی مثل آسپارتام که تا سال‌های قبل به‌وفور در انواع نوشابه‌ها و شیرینی‌ها و محصولات رژیمی استفاده می‌شد، می‌تواند باعث بروز بعضی سرطان‌ها شود. همچنین نتایج بعضی از مطالعات نشان می‌دهد خطر ابتلا به سکته مغزی در افرادی که به مقدار زیاد از آسپارتام استفاده می‌کنند، بیشتر از سایر افراد است. علاوه بر اینها، با توجه به اینکه این قندها کالری ندارند، می‌توانند اشتها را تحریک کنند و باعث شوند غذای بیشتری مصرف کنیم و همین منجر به افزایش وزن و چاقی و... می‌شود.» تحقیقات نشان داده که حتی قند استویا که پایه گیاهی دارد و حاوی مزایای متعددی است و خیلی هم در جهان طرفدار دارد، ممکن است مضراتی داشته باشد که حالت تهوع، سردرد، نفخ، افت فشار خون و اختلال در ترشح هورمون‌ها بخشی از آن است.

حذف کامل قندها غلط است

این متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی درباره حذف کامل قند از رژیم غذایی هم می‌گوید: «حذف همه انواع قندها از برنامه غذایی روزانه کار غلطی است. مثلا میوه‌ها سرشار از قند فروکتوز هستند و باید روزانه مصرف شوند. ما نمی‌توانیم همه قندها را از رژیم خود حذف کنیم؛ اما می‌توانیم قندوشکر سفید یا همان گلوکز و محصولاتی را که در آنها از شکر استفاده شده مثل بیسکوییت‌ها، کیک‌ها، کلوچه‌ها و... به‌طور کامل از رژیم خود حذف کنیم؛ چون حذف آنها نه‌تنها ضرری برای سلامت ندارد، بلکه کلی هم فایده دارد. اما حذف کامل میوه‌ها، توت خشک، خرما و انجیر خشک توصیه نمی‌شود. البته در مورد میوه و توت خشک و خرما و سایر مواد غذایی حاوی قند طبیعی هم توصیه این است که در حد متعادل مصرف شوند، به‌خصوص به‌وسیله افراد دیابتی.»

پیگیری

پرتقال‌های رنگی خطرناکند؟

در پی انتشار ویدئویی در شبکه‌های اجتماعی مبنی بر رنگ‌دهی پرتقال‌ها، معصومه رشیدی، کارشناس بخش رنگ آزمایشگاه مرجع سازمان غذا و دارو اعلام کرد: بررسی‌های اولیه روی نمونه‌های دریافتی نشان می‌دهد تا این مرحله شواهدی مبنی بر ایجاد تغییر در بخش خوراکی میوه مشاهده نشده است. با این حال، برای اعلام نظر نهایی، دریافت نمونه محلول رنگ مورد استفاده برای بررسی آزمایشگاهی ضروری است.

رشیدی با بیان اینکه پیش از این نمونه‌ای از پرتقال‌های مورد گزارش برای بررسی تخصصی به آزمایشگاه مرجع ارسال شده بود، عنوان کرد: رنگ مشاهده شده روی پوست پرتقال واکنش غیرمعمولی داشته و هنگام تماس با نایلون منتقل شده، اما با وجود تلاش‌های متعدد، جداسازی آن با روش‌های رایج آزمایشگاهی امکان‌پذیر نشده است. این ویژگی نشان می‌دهد که ماده مورد استفاده در آب حل نمی‌شود و بر سطح پوست باقی می‌ماند. در مواردی که پرتقال همراه با پوست وارد دستگاه‌های آبگیری شود و در تماس با آب قرار گیرد، توجه به این موضوع اهمیت دارد، اما برای مصرف‌کنندگان عادی که میوه را پوست‌گیری می‌کنند، براساس شواهد موجود نگرانی قابل توجهی مطرح نیست.

به گفته رشیدی، خشکسالی موجب برخی مشکلات شده و تولیدکنندگان را ناچار به برداشت زودتر محصول کرده است که برای یکنواختی ظاهری میوه، از رنگ در دمای کنترل‌شده و در برخی موارد گاز اتیلن استفاده کنند؛ موضوعی که پیش‌تر درباره نارنگی نیز گزارش شده است. رشیدی همچنین بیان کرد: رنگ نمونه بررسی‌شده در آب حل نشده و لایه سفید زیر پوست میوه دچار تغییر رنگ نشده که این موضوع نشان‌دهنده عدم‌تأثیر بر بخش خوراکی میوه است. کارشناس بخش رنگ سازمان غذا و دارو تأکید کرد: در ابتدا احتمال استفاده از رنگ‌های مصنوعی مطرح بود، اما بررسی‌های انجام‌شده این فرضیه را رد کرده است. نبود نمونه محلول رنگ، مانع انجام آزمون‌های تکمیلی شده است و درصورت تأمین نمونه، بررسی دقیق‌تر انجام خواهد شد. در حال حاضر، براساس شواهد موجود، هیچ نشانه‌ای مبنی بر بروز خطر برای مصرف‌کنندگان گزارش‌نشده است.