

فصل بعدی «روشنایی شب» ساخته می شود
مصطفی رضوانی، تهیه کننده سریال «روشنایی شب»: به دلیل پخش همزمان با تولید، تقریباً تا اواسط نوروز مشغول ضبط بودیم. آنگاه که گفته شده، استقبال خوب بوده و در واقع به نوعی تقاضا داریم که بتوانیم تولید را ادامه دهیم. به همین دلیل ممکن است به فصل های جدید هم برسیم. / مهر



یاتوق هنرمندان در ایام جنگ تحمیلی سوم میزبان فرزندان حاج قاسم شد
حضور فرزندان شهید حاج قاسم سلیمانی در هشتمین شب اجتماع مردم و هنرمندان در باغ فردوس تهران، حال و هوای این گردهمایی فرهنگی را تحت تأثیر قرار داد. این گردهمایی که این روزها به محفل برای همدلی و همراهی تبدیل شده، هر شب با حضور هنرمندان و دوستان فرهنگ در فضای باغ فردوس برگزار می شود.



گیشه

«نیم شب»، پر فروش ترین فیلم روی پرده



فیلم «نیم شب» آخرین ساخته سینمایی محمدحسین مهدویان پر فروش ترین فیلم روی پرده سینماهای تهران و شهرستان هاست. ساعت ۷:۳۰ چهارشنبه ۲۴ فروردین در ۱۶۹۹ اسانس ۱۱ هزار و ۸۶۱ مخاطب داشتند و به فروش یک میلیارد و ۳۹۶ میلیون و ۴۹۶ هزار تومانی دست یافتند. در این شرایط فیلم «نیم شب» مهدویان پر فروش ترین فیلم هفته بود. از ۲۱ فروردین فیلم های کم دی و چند فیلم که سسال گذشته اکران شده بودند، به سینماها بازگشتند، اما با وجود بلیت فروشی این آثار، آمار فروش آنها در سامانه سفا اعلام نشده است. فیلم سینمایی «نیم شب» به کارگردانی محمدحسین مهدویان و تهیه کنندگی حبیب والی نژاد با فروش ۴۲۰ بلیت توانست به فروش ۷۲۲ میلیون و ۶۰۸ هزار تومانی دست یابد. «نیم شب» با محوریت جنگ ۱۲ روزه و تجاوز رژیم صهیونیستی در تابستان سال گذشته تولید شده است. فیلم سینمایی «قمار باز» ساخته محسن بهاری به تهیه کنندگی سجاد نصرایی نسب با فروش ۱۶۶۷ بلیت، ۱۴۴ میلیون و ۲۵۰ هزار تومان فروخت. فیلم سینمایی «قمار باز» در ژانر معمایی - جاسوسی داستانی درباره حمله سایبری به یکی از بانک های کشور را در روزهای جنگ ۱۲ روزه روایت می کند. کورش تهمی، آرمین رحیمیان و شبنم قربانی بازیگران اصلی این فیلم هستند و امیر نوروزی، روشن رستم پور و عماد امامی نیز در آن ایفای نقش کرده اند. فیلم سینمایی «بهشت تپه کاران»، ساخته مسعود جعفری جوزانی به تهیه کنندگی علی قائم مقامی با فروش ۱۱۰۴ بلیت، ۹۹ میلیون و ۶۴۰ هزار تومان فروش داشت. این فیلم سرگذشت حسن جعفری، کارمند شرکت نفت ایران و انگلیس است که اسیر توطئه های شوم می شود. بازیگران فیلم امیرحسین ارمان، لادن مستوفی، سحر جعفری جوزانی، رضا یزدانی، پژمان باغی، هومن برق نورد، بهنام تشکر، افسانه با یگان، حمید گودرزی، حسام منظور، فخرالدین صدیق شریف، رضا شفیعی جم، علیرضا جلالی تبار، اسماعیل خلیج، فریبا متخص، محمدرضا هاشمی، جواد طوسی، سهیل بر خور داری، حمید متقی و فتح الله جعفری جوزانی هستند. همچنین فیلم سینمایی «خط نجات» ساخته وحید موسائیان ۶۶۶ بلیت فروخت و به فروش ۳۱۳ میلیون تومانی دست یافت. داستان این فیلم در روزهای پرتلاطم دهه ۵۰ می گذرد. مصطفی زمانی، امیر آقایی، لادن مستوفی، آرمین رحیمیان و حسین سلیمانی بازیگران این فیلم هستند.

مردم پای کار ایران هستند

کیانوش گرامی در گفت و گو با همشهری: مسئولان قدر این مردم را بدانند



عکس: همشهری / محمدعباس یازاد

گزارش
گروه ۲۴ | بازیگر قدیمی سینمای ایران که با ایفای نقش «کرم» در فیلم «سلطان» کیمیایی به شهرت رسید و در سال های بعد به یکی از بازیگران پرکار سینما و تلویزیون ایران تبدیل شد، چه در جنگ ۱۲ روزه و چه در جنگ تحمیلی سوم جزو هنرمندانی بوده که پای وطن ایستاد. تصاویر کیانوش گرامی با پرچم ایران نمونه هنرمندی مردمی است که همیشه کوشیده در سمت درست تاریخ بایستد. او معتقد است در کنار این حرکت مردم، مسئولان هم باید به فکر زندگی روزانه و معیشت مردم باشند. او در این گفت و گو از ایستادگی مردم خراب است. مردم در مضیقه مردم چه روزهای سختی را گذرانده اند.

مردم در خیابان حضور دارند
این روزها ۲ اتفاق رخ داده است. گروهی در خیابان ها میدان ها از نظام حمایت می کنند؛ کاری که بعید می دانم در کشور دیگری به این شکل و در این حد و اندازه صورت بگیرد. حداقل در تمام میدان های تهران به دلیل اینکه در تهران بوده ام و دیده ام، این حضور وجود دارد. جوان ها و مردان و زنان در میدان هستند و پای کارند. اما از طرف دیگر کاسی ها خراب است. مردم در مضیقه هستند و یک جور بالکنی وجود دارد.

هنرمندان وظیفه شان را انجام می دهند
امیدوارم اتفاقی که به نفع مردم است، رخ دهد. مردم همه کار می کنند. آنها که در خیابان هستند و هر شب در میدان ها تجمع می کنند، پای کارند. خود من در مراسمی که روز چهارم رهبر شهید برگزار شد در تالار وحدت بودم و تعداد بسیار زیادی از هنرمندان حضور داشتند. به نظرم مسئولان دارند وظیفه شان را انجام می دهند.

مسئولان به داد مردم برسند
هنرمندان یک دست نیستند. عده ای از دولت و نیروهای نظامی حمایت می کنند. عده ای اما در زندگی روزمره خودشان گرفتار هستند و همین که بتوانند زندگی روزمره شان را اداره کنند، کار مهمی کرده اند. کرایه خانه ها عقب افتاده و قیمت اجناس بالا رفته است. با وجود این مردم بسیار خوبی داریم که پای کار هستند. مسئولان هم البته باید به داد مردم برسند.

مردم کشورشان را دوست دارند
مردم کارشان را بلند و وظیفه شان را انجام می دهند. مسئولان هم باید وظیفه شان را در برابر مردم فراموش نکنند. در جنگ ۱۲ روزه همراه ۳۰ نفر از هنرمندان به ورودی جاده قم رفتیم و به کسانی که به تهران می رسیدند، گل و پرچم می دادیم. مردم کشورشان را دوست دارند. اما رسیدگی بیشتری لازم دارند. ای کاش مسئولان هم آنچه صلاح مردم است و به آن احتیاج دارند، انجام دهند. به عنوان مثال شرکت های مخابرات، برق و آب می توانند این ماه از مردم پول نگیرند. مردم مملکتشان را دوست دارند، رهبرشان را دوست داشتند و همه جوره به نظام پایبندند. مسئولان هم اگر جنگ فروکش کرد، یادشان نرود که مردم چه روزگار سختی را گذرانده اند.

در تمام مدت جنگ در تهران بودم
این جنگ با جنگی که ۸ سال با عراق داشتیم، بسیار متفاوت است. من در تمام ۴۰ روز جنگ در تهران بودم و از آنجا که مسئولیتی هم در انجمن بازیگران سینما و تلویزیون دارم، فقط ۲ روز ۱۹ اسفند و روز اول عید را سر کار نبودم. کارهای روزانه همکاران را انجام می دهم، مثل تمدید کارت ها و ارائه اوراق و بن که البته باز هم از سال قبل کمتر بود. هر چند موقعیت شهرداری و دولت را درک می کنیم اما بن هایی برای بچه های عضو صندوق می دادند که امسال فقط ۵۰ تا بود و آن را به کسانی که واقعا لازم داشتند دادیم. به هر حال مثل قبل به زندگی مان ادامه می دهیم.

تصاویر کیانوش گرامی با پرچم ایران نمونه هنرمندی مردمی است که همیشه کوشیده در سمت درست تاریخ بایستد

برش های کوتاه

مریلا زارعی بازیگر
تولد ۵۲ سالگی ام را کنار مردمی گذراندم که در دل هایشان عشق پاک ایران موج می زد. مردمی که در این دنیا شبیه شان کم پیدا می شود.

هادی مقدم دوست کارگردان
به نظر من، لازم است که هنرمندان در صحنه قرار بگیرند و میدان و خیابان را از نزدیک ببینند و در جریان اتفاقات قرار بگیرند. ابتدا به سئالک لازم است که از همه چیز و همه جزئیات آگاه شوند و همه این صحنه های باشکوهی را که در سراسر ایران بر پا شده است ببینند. این خبردار بودن قلب و فریحه هنرمند و تمام انسان ها را تحت تأثیر قرار می دهد. بعد از مطلع شدن و در صحنه ها بودن قلب هنرمند برای خلق اثر هنری بی قرار می شود. هنرمندان را دعوت می کنم به خیابان بایستند و از نزدیک مردم و اتفاقات را ببینند تا مقدمات خلق اثر هنری برای آنها به بهترین وجه فراهم شود.

مهبران رجیبی بازیگر
وقتی موضوع به دفاع از جان و سرزمین می رسد، حفظ وطن یک ضرورت است و تغل در این مسیر جبران پذیر نیست. افرادی که منتظر می مانند تا شرایط را بسنجند یا منافع شخصی به دست آورند در واقع ارزش واقعی «وطن دوستی» را درک نکرده اند. زمانی که کشور نیاز دارد، باید ایستادگی کرد. در غیر این صورت، پاسخگویی به نسل های آینده دشوار خواهد بود و نمی توان توضیح داد که در زمان نیاز چه اقدامی انجام شده است.

وحید رونقی مجری
همه ما ایرانیان را در خطر دیدیم. برای ایرانیان ایستادیم. هستیم هنوز. مثلاً الان آتش بس است، ظاهرًا ولی هستیم، چون خیلی به این آتش بس هم ایمان و باور نداریم.

۵۰ خانه بهداشت در ایام جنگ آسیب دید
شاهین آخوندزاده، معاون تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت از آسیب به بیش از ۵۰ خانه بهداشت در مناطق روستایی در جنگ تحمیلی سوم خبر داده و گفته تاکنون بیش از ۲۱۰ مرکز بهداشتی و درمانی در نقاط مختلف کشور هدف حمله قرار گرفته که بخش قابل توجهی از آنها خانه های بهداشت در مناطق روستایی بوده است.



این داروی لاغری غیر مجاز است
دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده های سلامت سازمان غذا و دارو از جمع آوری محصول لاغری غیر مجاز به نام جی سی (GC) خبر داده و گفته این محصول حاوی ترکیبات متامفتامین و کافئین تقلبی است. بر این اساس کلیه معاونت های غذا و دارو و دانشگاه های علوم پزشکی موظف به جمع آوری این فرآورده از عرضه شده اند.

پارک وی

هزینه ویزیت پزشکان در سال ۱۴۰۵

مصوبه حق ویزیت و تعرفه خدمات پزشکان در سال جاری در آخرین روز اسفند ۱۴۰۴ ابلاغ شد و خبری هم از ویزیت یک میلیون تومانی نبود. به گفته بابک شکاری، معاون فنی و نظارت سازمان نظام پزشکی، تعیین این تعرفه ها با نگاه به کل جامعه بوده و اینکه مردم بتوانند از پس هزینه های خدمات پزشکی بر بیایند. شکاری در برنامه «پارک وی» تلویزیون همشهری در این باره به چند نکته اشاره کرده که بخشی از آن را در ادامه می خوانید.
به گفته این مسئول وزارت بهداشت، شورای عالی بیمه و سازمان نظام پزشکی با وجود شرایط جنگی کار خود را متوقف نکردند و روند کارشناسی و رسیدگی به بحث تعرفه ها انجام دادند و از اول فروردین امسال با ابلاغ به کلیه مراکز درمانی اجرایی شد. او درباره رضایت جامعه پزشکی از تعرفه های اعلام شده توضیح می دهد: «بر این باوریم که تعرفه ها باید مطابق با شرایط اقتصادی در نظر گرفته و از سوی سازمان های بیمه گر پوشش داده شود. اما در شرایط جنگی ای که این روزها داریم، کمترین چیزی که اکنون در ذهن جامعه پزشکی است، بحث تعرفه هاست و فقط به خدمت رسانی فکر می کنند. آنچه برای ما اولویت دارد، وطن است و سلامت رزمندگان و مردم. البته در همین مدت، جلساتی با برخی همکاران داشتیم، مشکلات را شنیدیم و آنها را به مراجع مربوطه در وزارت بهداشت، شورای عالی بیمه و سازمان برنامه و بودجه انتقال خواهیم داد تا خدمات رسانی به بهترین شکل ادامه داشته باشد.»



خطوط تلفنی و سامانه های مشاوره رایگان برای کاهش اضطراب در روزهای جنگ

سازمان بهزیستی	۱۴۸۰
هلال احمر	۴۰۳۰
وزارت بهداشت	۱۹۰
اورژانس اجتماعی	۱۲۳

روانشناس ذیل سامانه جنگ تحمیلی خدمات رایگان روانشناختی به مردم ارائه کردند

۷۰۰

بازگشت به آرامش

۱۲ توصیه روانشناسانه برای آرامش در روزهایی که تنش های جنگ فروکش کرده است

- گزارش**
پروانه بندپی | روزنامه نگار | جنگ تحمیلی آمریکا و رژیم صهیونیستی علیه ایران اکنون در مرحله ای از آتش بس ۲ هفته ای قرار دارد؛ فرصتی کوتاه اما مغتنم برای کاهش استرس و اضطراب های ناشی از شرایط جنگی. در مواجهه با بحران ها، کارشناسان سلامت روان همواره بر اهمیت «تاب آوری» تأکید دارند؛ مجموعه ای از مهارت ها که به افراد کمک می کند در برابر رویدادهای ناگوار، انعطاف پذیر بمانند و سلامت روان خود را حفظ کنند. حالا با کاهش شدت تنش ها، زمانی برای بازسازی آرامش روانی فراهم شده است. طه پورا جریان، روانشناس و مشاور در گفت و گو با همشهری به راهکارهایی برای بازگشت به آرامش در روزهای پس از بحران اشاره کرده که می تواند در ادامه بخوانید.
- اگر شرایط روانی ویژه تری دارید، با سامانه های اعلام شده خدمات روانشناختی تماس یا از روانشناس و روانپزشک کمک بگیرید.
 - به روتین زندگی برگردید. خواب منظم، غذای سالم و تحرک روزانه حتی در حد پیاده روی ساده و یا مرتب کردن اتاق.
 - از استرس فرار نکنید؛ آن را بپذیرید اما اغراق نکنید. از سرزنش خودتان بابت ترسیدن هم بپرهیزید، چون این شرایط همگانی است.
 - چکاپ ساده کنید. جسم و روان به هم وابسته اند و علائم روانی به تدریج به جسم آسیب می زنند.
 - روی بدن تنان تمرکز کنید؛ تنفس عمیق، مدیتیشن یا یوگا باعث آرام شدن بدن می شود.
 - چکاپ ساده کنید. جسم و روان به هم وابسته اند و علائم روانی به تدریج به جسم آسیب می زنند.
 - ارتباط ها را دوباره برقرار کنید؛ از خانواده و دوستان گرفته تا جمع های اجتماعی.
 - با هنر خود را تخلیه کنید؛ نقاشی، نوشتن، گوش دادن به موسیقی یا حتی آواز خواندن.
 - سوگواری بد نیست؛ اجازه دهید احساساتتان طی شود. برای همه ما یک ترومای بزرگ رخ داده و حتی برخی عزیزان یاد آوری خود را از دست داده اند. اگر سوگواری نکنیم، مشکلات بیشتر می شود.
 - به طبیعت بروید؛ زمین، درخت و هوای آزاد شما را آرام می کند. گروه هایی در این زمینه وجود دارند که کاملاً تخصصی در این زمینه فعالیت می کنند. مراقب روانشناسی زرد هم باشید.
 - برای زندگی معنا بسازید؛ «بعد از این چه می خواهیم؟» خواندن کتاب «انسان در جستجوی معنا» نوشته ویکتور فرانکل می تواند در این باره به شما کمک کند، حتی برای نوجوانان.
 - ورودی های استرس را کم کنید؛ مواجهه با خبرهای استرس زا را مدیریت کنید. نرس و صداهای زیاد را هم کاهش دهید تا آرامشی نسبی در فضای خانه حاکم شود.

تعرفه های ویزیت پزشکان برای ۱۴۰۵ (ریال)

پزشک عمومی (آزاد)	۳,۵۷۷,۰۰۰
پزشک عمومی بیش از ۱۰ سال سابقه (آزاد)	۳,۹۹۳,۰۰۰
پزشک متخصص	۴,۹۸۷,۰۰۰
پزشک فوق تخصص	۵,۹۵۲,۰۰۰
مامایی (آزاد)	۲,۴۹۰,۳۵۰
سرم بزرگسال	۱,۴۸۰,۰۰۰
سرم کودک زیر ۱۲ سال	۱,۴۸۰,۰۰۰
تزریق سرم آهسته	۱,۴۸۰,۰۰۰
انواع تزریق عضلانی، وریدی و زیرجلدی	۳۷۰,۰۰۰
تست بینی-سینال	۳۷۰,۰۰۰