



مستند

بهنوش بختیاری
مقابل دوربین بهاره رهنما رفت



فیلم سینمایی دوم بهاره رهنما که پیش تر «یازده یازده» نام داشت، به «یازده سال بعد» تغییر عنوان داد. همزمان با نزدیک شدن به مراحل پایانی تولید، بهنوش بختیاری به عنوان یکی از بازیگران اصلی به پروژه پیوست. این دومین تجربه کارگردانی رهنما در فیلم بلند محسوب می شود. «یازده سال بعد» قرار است به صورت سیاه و سفید اکران شود و بازیگرانی چون بهاره رهنما، اشکان دلاروی، ملیکا شریفی نیا، افسانه چهره آزاد، فقیهه سلطانی و بهنوش بختیاری در آن ایفای نقش می کنند. داستان فیلم با نگاهی به آینده، شخصیت هایی را روایت می کند که درگیر مسائل شخصی شان هستند و همزمان با دیده جنگ نیز مواجه می شوند؛ قصه ها از همین گروه های کوچک و بزرگ شکل گرفته اند.

سریال

مهرداد صدیقیان
و هادی حجازی فر در «جاده ۵۹»



آرمان خوانساریان پس از تجربه ساخت فیلم «جنگل پرتقال»، اکنون در تدارک تولید نخستین مجموعه خود با نام «جاده ۵۹» برای شبکه نمایش خانگی است. مهرداد صدیقیان و هادی حجازی فر نیز پس از همکاری موفق در سریال «پوست شیر»، بار دیگر در این پروژه در کنار یکدیگر قرار می گیرند. تهیه کنندگی این اثر بر عهده علی مرادنه است و تولید آن از اواخر مهرماه آغاز می شود. این سریال بلافاصله پس از پایان بازی هادی حجازی فر در سریال «پریخان خانم» کلید خواهد خورد.

یادبودی برای «ایرج»



مراسم ترحیم و یادبود مرحوم حسین خواجه امیری (ایرج) ساعت ۱۹ تا ۲۰:۳۰ روز سه شنبه بیست و هفتم مرداد در مسجد جامع شهرک غرب تهران برگزار خواهد شد. حسین خواجه امیری معروف به «ایرج» از خوانندگان شهیر موسیقی ایرانی که در ماه های گذشته در بستر بیماری بود، روز چهارشنبه ۲۱ مرداد در ۹۴ سالگی درگذشت.

«خط نجات» از ابتدای مرداد تا زمان نگارش این گزارش در عصر یکشنبه ۲۵ مرداد، مطابق آمار «سمفا»، فقط ۲۵ بلیت در ۷ سالن و ۱۱ سانس فروخته است



پز عالی، سالن خالی

فیلم «خط نجات» در مردادماه فقط روزی یک بلیت فروخته است

ناصر احدی | روزنامه نگار | وضع سینمای ایران امسال تحت تأثیر جنگ و مشکلات اقتصادی شبیه بعضی از بخش های تجاری و تولیدی کشور است؛ کمرورق و کمربازده. تازه باید این را هم در نظر گرفت که خرید و مصرف کالاهای اساسی رانمی شود حذف کرد، اما سینما رفتن را چرا. با این حال، فروش بعضی فیلم های امسال، خصوصاً فیلم هایی که با سرما به دولتی ساخته شده اند، چنان در گیشه پایین بوده که به طور طبیعی این پرسش را پیش روی مخاطب آگاه می گذارد که این فیلم ها را برای چه و برای که می سازند؟ یکی از فیلم های کم فروش امسال «خط نجات» ساخته وحید موسائیان است که ۲۵ اسفند سال پیش به روی پرده رفته و تا امروز تنها یک میلیارد و ۵۶۶ میلیون تومان فروخته و فقط ۱۱ هزار و ۴۵۲ نفر تماشاگر آن بوده اند. طبق آمار «سمفا» (سامانه مدیریت فروش و اکران سینما)، این فیلم از اول مرداد تا امروز تنها روزی یک بلیت فروخته است. ترکیب بازیگران اصلی «خط نجات» -مصطفی زمانی، امیر آقایی و لادن مستوفی- نشان می دهد که این فیلم به مثابه فیلمی تجاری به قصد فروش ساخته شده، اما مثل اغلب آثار دولتی سرنوشتی بهتر از شکست در گیشه پیدا نکرده است.

گزارش

خط شکست

«خط نجات» از ابتدای مرداد تا زمان نگارش این گزارش در عصر یکشنبه ۲۵ مرداد، مطابق آمار «سمفا»، فقط ۲۵ بلیت در ۷ سالن و ۱۱ سانس فروخته است. اینکه چه کسانی در این مدت به تماشای این فیلم رفته اند خود نکته جالبی است. فیلمی که با هدف تنظیم درک و دریافت تماشاگران از مقطعی تاریخی ساخته شده و به اصطلاح در میان آثار استراتژیک جای می گیرد، طبیعتاً باید بتواند با طیف وسیعی از تماشاگران ارتباط برقرار کند تا به هدف خود برسد. اما اگر چنین اثری مخاطب زیادی نداشته باشد، چطور می تواند به نیت خود برسد؟ از طرف دیگر، چرا وحید موسائیان برای ساخت چنین فیلمی انتخاب شده است؟ موسائیان اساساً به عنوان کارگردان فیلم های پر فروش جریان اصلی شناخته نمی شود و فیلم های قبلی اش نیز در گیشه موفقیتی نداشته، پس چرا فارابی باید چنین پروژه ای را به وی بسپارد؟ شکست های پیاپی پروژه های دولتی چه درسی دربردارد و چرا کسانی که مسئول سیاستگذاری سینمایی و تولید چنین پروژه هایی هستند، در سیاست های خود بازنگری نمی کنند؟ اصرار بر ادامه روالی که نتیجه آن مدت ها ست مشخص شده چه سودی دارد جز برای سازندگان فیلم هایی که پیش از شکست در گیشه دستمزد خود را گرفته و از قبل تولید دولتی منتفع شده اند؟ این را هم بگوییم این فیلم دستبخت مدیر کنونی فارابی نیست و شاید به دلیل همین روال نادرست است که این بنیاد در حال حاضر بر فرایند «پیچینگ» (ا رانه) و معرفی کوتاه و قانع کننده ایده یا فیلمنامه به سرمایه گذار برای تأمین سرمایه) اصرار دارد. البته مهم تر از این فرایند، خروجی های آن است که امسال در جشنواره فجر نمایش داده می شوند.



بر طبق گزارشی که در بخش شفاف سازی وبسایت بنیاد سینمایی فارابی در دسترس است، «خط نجات» در سه مقطع از این بنیاد بودجه گرفته است. بار نخست در سال ۱۴۰۰، در قالب قرارداد «متمم پیش خرید مالکیت و حقوق»، فارابی با میزان مشارکت ۵۵ درصد به طرف قرارداد که آن زمان موقوفی بوده ۴ میلیارد و ۳۰۰ میلیون تومان پرداخت کرده است. فارابی بار دیگر در سال ۱۴۰۱ در قراردادی با عنوان «متمم افزایش سهام پیش خرید مالکیت و حقوق» که در آن سه شمش به ۶۰ درصد افزایش پیدا کرده، یک میلیارد و ۳۱۰ میلیون تومان دیگر به این پروژه اختصاص داده است. فارابی در سال ۴۰۲ برای بازرسوم در قراردادی با عنوان «متمم خرید مالکیت و حقوق (حسابرسی)» به این پروژه ۵۴۰ میلیون تومان دیگر پرداخت کرده است. مجموع این پرداخت ها می شود ۶ میلیارد و ۱۵۰ میلیون تومان. حالا اگر به یاد بیاوریم که در سه سال ۱۴۰۰، ۱۴۰۱ و ۱۴۰۲ قیمت دلار به ترتیب ۲۸ هزار، ۳۴ هزار و ۵۹ هزار تومان بوده است، نتیجه می گیریم که در کل حدود ۲۰۱ هزار دلار به پروژه «خط نجات» اختصاص یافته است که به قیمت دلار امروز می شود چیزی در حدود ۳۷ میلیارد و اندی. با توجه به حضور چند بازیگر سرشناس در فیلم، می شود گفت که «خط نجات» نسبتاً پروژه گرانی نبوده، اما میزان بازدهی آنکه فقط یک میلیارد و ۵۶ میلیون تومان فروخته، سرمایه گذاری روی این فیلم را زیر سؤال می برد. درضمن سهم فارابی از این یک میلیارد، پس از کسر سود سینمادار و بخش کننده، چیزی در حدود ۲۵۰ میلیون تومان است.

خبرهایی که نمی بینید

کمک ۱۵۰۰ میلیاردی خیران سلامت به دانشگاه ایران در سال گذشته

سعید جعفری، سرپرست امور سازمان های مردم نهاد و خیرین سلامت دانشگاه علوم پزشکی ایران گفت: در سال گذشته دانشگاه ۱۵۰۰ میلیارد تومان به دانشگاه ایران کمک کرده اند. سمن های فعال در حوزه سلامت در ارتقای آگاهی مردم در موضوعات سلامت نقش پررنگی دارند.

رادیوگرافی مجدد دندان بدون ضرورت بالینی توجیه پذیر نیست

محمد مهدی ناصحی، مدیرعامل سازمان بیمه سلامت ایران درباره روند افزایشی آمار مراجعه برای انجام رادیوگرافی های مجدد دهان و دندان برای ارائه به بیمه های تکمیلی هشدار داد و گفت: این موضوع علاوه بر تحمیل هزینه های مضاعف، باعث تابش اشعه غیرضرور به بیماران و افزایش احتمال بروز سرطان می شود.

تهدید سلامت پوست با محصولات خارجی

چرا کارشناسان درباره محصولات مراقبت پوست هشدار می دهند و چطور باید از پیامدهای آنها در امان ماند؟

گزارش

بروانه بندی | روزنامه نگار | سازمان غذا و دارو در چند نوبت از جمع آوری چند محصول شست و شو و مراقبت از پوست

که بدون مجوز قانونی در بازار عرضه شده اند، خبر داده و از مردم خواسته که از خرید و مصرف آنها خودداری کنند. این سازمان دلیل این موضوع را نامشخص بودن

منشأ تولید، ترکیبات و شرایط ساخت این محصولات اعلام کرده است؛ موضوعی که یک سؤال مهم را به ذهن می آورد: محصولات که قرار است روی پوست

استفاده شوند، اگر از مسیر نظارت رسمی عبور نکرده باشند، چه خطرات و آسیب هایی می توانند برای پوست داشته باشند؟

مشکل مضاعف در ایران

متخصصان پوست و زیبایی می گویند استفاده از هر فرآورده ای که مستقیماً با پوست تماس دارد، در صورت نامشخص بودن ترکیبات می تواند با ریسک همراه باشد. برخی مواد موجود در محصولات مراقبت از پوست ممکن است در افراد حساس موجب تحریک یا واکنش آلرژیک شوند؛ از جمله قرمزی، خارش، سوزش، التهاب یا تورم. این واکنش ها حتی در محصولات استاندارد و مجاز هم ممکن است در بعضی افراد رخ دهد اما در محصولی که ترکیبات یا کیفیت مواد اولیه آن قابل اطمینان نیست، مصرف کننده امکان ارزیابی دقیق تری از این خطر ندارد. دکتر کیانا فرهی، متخصص پوست، مو و زیبایی در گفت و گو با همشهری در این زمینه به نکات بسیار مهمی اشاره می کند. او می گوید: یکی از دلایل ممنوعیت عرضه بعضی محصولات پوستی توسط سازمان غذا و دارو این است که هر محصولی در هر جای دنیا اگر از طریق قانونی و به اصطلاح از طریق نمایندگی وارد نشود، نظارتی بر چرخه ورودش وجود ندارد. در تمام کشورهای دنیا محصولاتی که از مبادی غیر قانونی بدون نظارت و در بعضی موارد بدون رعایت چرخه سرد یا شرایط درست نگهداری وارد کشور می شوند، اینها غیرمجاز شناخته می شوند. در کشور ما توجه به شرایط تحریمی و وجود کارگاه های تولید غیرمجاز و حتی لیبل زنی بعد از تولید، این مشکل مضاعف می شود.

این اتفاق در تمام دریاخ می دهد

یک دلیل دیگر هم برای ممنوعیت عرضه وجود دارد که به گفته دکتر فرهی، در تمام دنیا اتفاق می افتد و مختص ایران نیست. او توضیح می دهد: معمولاً وقتی دارو یا محصولی وارد بازار مصرف می شود، ممکن است بعد از مدتی عوارضی مشاهده شود یا مشخص شود که در فرمولاسیون آن مسئله ای وجود دارد که در وهله اول دیده نشده یا لحاظ نشده یا عوارض خود را نشان نداده است. گاهی هم تجربه مصرف در بازار نشان می دهد که محصول، آن کارکردی را که در تحقیقات اولیه برایش در نظر گرفته بودند، ندارد. پس در تمام دنیا محصولاتی هستند که بعد از ورود به بازار جمع آوری می شوند و این فقط مخصوص کشور ما نیست.

خارجی بودن به معنی ایمن بودن نیست

دکتر فرهی می گوید: اگر خوش بینانه ترین حالت را در نظر بگیریم فرض کنیم یک نفر محصولی را از یک کشور دیگر خریده و برای شما سوغات آورده، به خودی خود مشکلی ندارد. مشکل زمانی ایجاد می شود که محصول را از یک آنلاین شاپ یا فروشگاه محلی می خرید و نمی دانید در چه شرایطی نگهداری شده است.

تاریخ مصرف محصولات خارجی

فرهی می گوید: بعضی اوقات در کشورهای مبدأ، وقتی یک یا ۲ ماه به تاریخ انقضای محصولات باقی مانده، این محصولات وارد حراج های عمده و خیلی ارزان مثلاً با تخفیف ۸۰-۷۰ درصد می شوند. ممکن است محصولی را بخرید و یک ماه بعد تاریخ مصرفش تمام شود و استفاده از آن برای شما مشکل ایجاد کند. این پزشک به نکته مهم دیگری هم اشاره می کند: مسئله دیگر این است که ما مطمئن نیستیم محصولی که به شما فروخته می شود، واقعاً از همان کشوری که ادعا می شود خریداری شده و بعد با طی کردن تمام این مسیرهای ترانزیتی - مثلاً هوایی - به دست شما رسیده باشد. از نظر اقتصادی هم خیلی وقت ها این موضوع با توجه به بسته بندی و پکیج محصول، چندان به صرفه نیست.

به فروشگاه های آنلاین اعتماد کنیم؟

فرهی به عنوان متخصص پوست پاسخ می دهد: توصیه من این است که فقط به فروشگاه های معتبر و مجاز اعتماد کنید. در کشور های مختلف دنیا هم برای فروش آنلاین دارو و محصولات دارویی و درمانی ضوابط مشخصی وجود دارد. شما نمی دانید محصولی که از آنلاین شاپ خریده اید، در چه شرایطی نگهداری شده و اصلاً سالم به دستتان رسیده یا نه.

تندرستی

تغذیه

آرش نهاوندی: روزنامه نگار

خوراکی های مغذی
برای سنین بزرگسالی

مهم ترین توصیه تغذیه ای برای سنین ۶۰-عسال به بالا، تهیه غذاهای ساده و کم حجم است، به شکلی که تمامی نیازهای فرد به مواد مغذی تأمین شود و در عین حال متناسب با فرهنگ مصرف فرد باشد. نکته اساسی در برنامه غذایی، استفاده از گروه های مختلف غذایی با تأکید بر کاهش مصرف چربی و نمک و افزایش مصرف غذاهای پرفیبر است. در این مطلب با تغییرات مورد نیاز در رژیم غذایی افراد بالای ۶۰عسال آشنا شوید.

■ **کلسیم:** با افزایش سن، ممکن است نیاز به مصرف کلسیم بیشتری داشته باشید، زیرا این ماده به استحکام استخوان ها کمک می کند و خطر ابتلا به پوکی استخوان را کاهش می دهد. بهترین منابع کلسیم عبارتند از: سبزیجات سبز، مانند کلم پیچ (کپل) و کلم بروکلی و محصولات لبنی و محصولات غنی شده با کلسیم مانند آب پر تقال و شیرهای گیاهی.

■ **ویتامین D:** ویتامین D با افزایش سن به حفظ استحکام استخوان ها کمک می کند. می توانید با کنجاندن ماهی های چرب، زرده تخم مرغ یا محصولات غنی شده با ویتامین D از جمله آب پر تقال و شیر در رژیم غذایی خود، این ویتامین را دریافت کنید. می توانید با انجام یک کار ساده مانند پیاده روی نیز میزان دریافت ویتامین D خود را افزایش دهید؛ چرا که قرار گرفتن به مدت ۲۰ دقیقه در معرض نور مستقیم خورشید می تواند در این زمینه مؤثر باشد.

■ **ویتامین B12:** با افزایش سن، به دلیل کاهش تولید اسید معده، جذب ویتامین B12 برای بدن دشوار تر می شود. در نتیجه، افزایش مصرف ویتامین B12 می تواند مفید باشد. این افزایش در مصرف ویتامین B12 را با مصرف بیشتر گوشت، تخم مرغ، لبنیات، ماهی و مواد غذایی غنی شده با ویتامین B12 از جمله برخی غلات و حبوبات می توانید انجام دهید.

■ **پروتئین:** از آنجا که با افزایش سن به پروتئین بیشتری نیاز دارید، بهتر است سعی کنید در هر وعده غذایی با میان وعده، مقداری پروتئین بگنجانید. البته افراد مبتلا به بیماری مزمن کلیوی از این قاعده مستثنی هستند، اما مصرف پروتئین در تمام وعده ها، توصیه ای بسیار مناسب برای عموم مردم است.

■ **فیبر:** مصرف بیشتر فیبر با افزایش سن برای حفظ سلامت دستگاه گوارش اهمیت دارد. منابع خوب فیبر شامل غذاهای گیاهی مانند حبوبات و سبزیجات غیر نشاسته ای و همچنین میوه ها، مغز ها و دانه ها هستند. سایر تغییرات در رژیم غذایی نیز می توانند پس از ۶۰عسالگی فواید سلامت را به همراه داشته باشند.