



شعارزدگی آفت سینمای مقاومت است
علیرضا زرین دست، مدیر فیلمبرداری: برخی از فیلم‌های خوب سینمای ما در زمینه مقاومت و دفاع مقدس آثاری درخشان هستند؛ اما متأسفانه در برخی فیلم‌ها با پخش‌هایی بسیار شعارگونه و گل‌درشت مواجه می‌شویم. این اغراق و شعارزدگی آفت سینمای مقاومت است. / ایرنا

پلن



امیر آقایی و حسن پورشیرازی در «صدای صبح زمستان»

فیلم «صدای صبح زمستان» با بازی حسن پورشیرازی، امیر آقایی، امیر حسین آرمان و ماهر الوند در تدارک حضور در جشنواره فجر است. جواد نوروزبیگی که آخرین فیلمش در سینما «هادران لایلا» بود و پس از ه‌مسال تهیه‌کنندگی فیلم جدیدی را بر عهده دارد، در گفت‌وگویی با ایسنا توضیح داد: «صدای صبح زمستان» که فیلمبرداری آن به نیمه رسیده، به کارگردانی امیر شاملو ساخته می‌شود. این فیلمساز جوان پیش‌تر در حوزه سینمای کوتاه فعال بود و امسال نخستین فیلم بلندش را می‌سازد. او با اشاره به اینکه تلاش می‌شود این فیلم برای حضور در جشنواره فجر آماده شود، افزود: «صدای صبح زمستان» ماجرای رادرپاره جنگ اخیر (جنگ ۴۰روزه آمریکا و اسرائیل علیه ایران) روایت می‌کند که با حمایت سازمان جمعیت هلال احمر ایران تولید می‌شود. در «صدای صبح زمستان» حسن پورشیرازی، امیر آقایی، امیر حسین آرمان، ماهر الوند، علی اوسینود، اردشیر رستمی، مینا جعفرزاده، سعید داخ، سولماز غنی، النا حیدری، سما تشکری، بهار نوحیان، امیررضا رنجبران، نجوا زمانی و علی فراهانی بازی می‌کنند. مهرسانا فروتنی و نیلار زرمشی نیز آ‌بازیگر خردسال این فیلم هستند.

سریال

پخش فصل دوم «روشنایی شب»

پخش فصل دوم سریال «روشنایی شب» به کارگردانی محمود معظمی، تهیه‌کنندگی بهروز مفید و مصطفی رضوانی و نویسندگی عباس نعمتی آغاز شد. در این سریال بازیگرانی چون رویا نونهالی، پرویز فلاحی پور، خاطره اسدی، محسن غفاری، علیرام نورایی، ایرج نوذری و مجید مشیری حضور دارند.



نادر فلاح با «نیرنگ‌بازها» روی صحنه تئاتر می‌رود
نمایش «نیرنگ‌بازها» با بازی نادر فلاح در سالن استاد سمندریان روی صحنه می‌رود. این اجرا به نویسندگی ناصر حبیبیان و کارگردانی مشترک ناصر حبیبیان و احسان ملکی از ۱۳ آبان در سالن سمندریان تماشاخانه ایرانشهر به نمایش درمی‌آید. /صبا

مشت‌های راکی پیر نمی‌شوند

سیلوستر استالونه در ۸۰ سالگی فیلمنامه «راکی ۷» را نوشته است

گزارش

ناصر احدی | روزنامه‌نگار | چه دوستدار سیلوستر استالونه و فیلم‌هایش باشیم چه نباشیم، نمی‌شود منکر اهمیت «راکی» (۱۹۷۶) در تاریخ سینما شد. با «راکی» بود که استالونه به یکی از شمایل‌های ابدی مردان عضلانی تاریخ سینما بدل شد و آنقدر در نقش ابرمردان یکه‌بزن در فیلم‌هایی شبیه به هم بازی کرد که در مقاطعی از حرفه‌اش به‌عنوان بازیگر اکشن هم جدی گرفته نمی‌شد، خصوصاً وقتی چند فیلم پشت سر هم بد می‌آورد و در گیشه شکست می‌خورد. اصلاً «راکی» حاصل و درباره شکست خوردن است: استالونه آنقدر در شروع کارش در سینما به در بسته خورده بود که شخصاً دست به کار نوشتن فیلمنامه‌ای شد که تا حدودی حسب حالش بود؛ بوکسور جوانی که وقتی همه از او قطع امید کرده بودند، به جای اینکه منتظر بماند بخت و اقبال به سراغش بیاید، خودش بخت و اقبالش را رقم زد. امسال پنجاهمین سالگرداکران «راکی» است و استالونه هم‌زمان با ۸۰ سالگی خودش کتاب خاطراتش را هم منتشر کرد. حالا خبر رسیده که استالونه فیلمنامه قسمت هفتم «راکی» را نوشته و از احتمال ساخت قسمت جدید این فرنچایز گفته است.

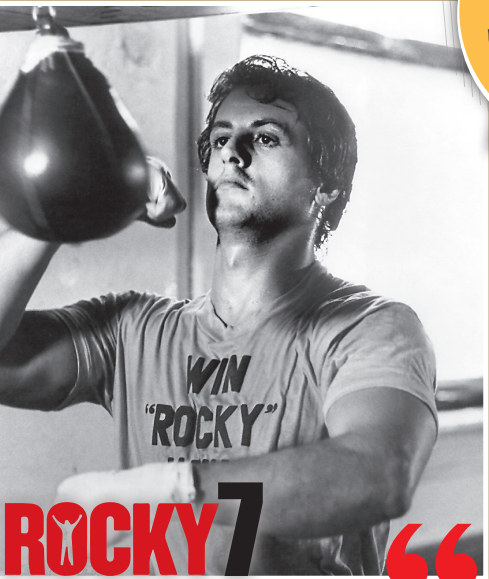
شکست نجات بخش

استالونه جوان بعد از ۷-۶ سال حضور در سینما به چیزی که می‌خواست نرسیده و تقریباً فقط یک‌بار در فیلمی نقش اصلی گرفته بود. جالب است که او در سال‌های اول کارش بیشتر در نقش‌های فرعی و گذری فیلم‌های کارگردانانی همچون رابرت آلتمن (مش)، وودی آلن (موزها)، آلن جی. پاکولا (کلوٲ) و پیتر باگدانوویچ (تازه چه خبر دکتر جون؟) ظاهر شده بود. سال ۱۹۷۵ او دوبار در فیلم‌هایی که راجر کورمن افسانه‌ای تهیه‌کننده‌شان بود فرصت بازی پیدا کرد. استالونه در کتاب خاطراتش نوشته سر فیلم اول دوست نداشته برهنه در صحنه‌ای بازی کند. کورمن که امتناع استالونه را می‌بیند، به کارگردان چیسری می‌گوید و می‌رود. با حوله به تن کردن استالونه فیلمبرداری ادامه پیدا می‌کند و خودش هم تعجب می‌کند که چرا اخراج نشده. اما این نقش‌ها نه کفاف جاه‌طلبی او را می‌داد و نه مخارج زندگی‌اش را. یک شب ساعت ۳در حالی که همسرش باردار بود و آه در بساط نداشت، از خانه بیرون زد و شروع کرد به قدم زدن در خیابان. از خودش پرسید فقط خودش در زندگی بد آورده یا آدم‌های دیگری هم هستند که همین حس را دارند؟ شکست خوردن احساس مشترک بسیاری از آدم‌ها به‌رغم تفاوت‌هایشان است. همین حس مشترک جرقه نوشتن فیلمنامه را در ذهنش زد.



استالونه نسخه اولیه فیلمنامه را یک‌نفس ظرف ۳روز نوشت. آن زمان، همسرش ساشا سسزک بود و بعد از خواندن فیلمنامه به او گفت شخصیت راکی را دوست ندارد، چون شبیه خلافکارهاست. استالونه از این حرف تعجب کرد، اما وقتی خودش فیلمنامه را خواند، دید حق با ساشاست. پس فیلمنامه را تغییر داد و این بار وقتی ساشا فیلمنامه را خواند از آن خوشش آمد. استالونه فیلمنامه را به تهیه‌کنندگان استودیوی یونایتد آر تیستس ارائه کرد. اول به او حداقل دستمزد اتحادیه فیلمنامه‌نویسان را پیشنهاد دادند: ۲۰هزار دلار. اما استالونه شرط مهم‌تری از دستمزد داشت؛ خودش باید نقش راکی را بازی می‌کرد. استودیو سر سرخانه حاضر به قبول این شرط نبود و بازیگران چهاره‌ای مثل برت رینولدز، رابرت ردفورد، رابرت دنیرو یا جیمز کان را می‌خواست، نه استالونه ناشناس را. اما استالونه از آنها لجوج‌تر بود. می‌دانست فیلمنامه خوبی نوشته و حاضر نبود بلیت برنده‌اش را دودستی تقدیم کسی دیگری کند. حتی با پیشینه‌اش ۳۶۰هزار دلاری هم حاضر به فروش فیلمنامه نشد، آن‌هم درحالی‌که حتی برای تأمین نان شب خودش و همسر و فرزند در راهشان مشکل داشت. بالاخره اصرارش جواب داد و نقش را گرفت. جان جی. اولیفسن کارگردان فیلم شد و تالیا شایر هم نقش دختر محبوب راکی را گرفت.

درام زندگینامه‌ای «من نقش راکی را بازی می‌کنم» (۲۰۲۶) به ماجراهای ساخت «راکی» می‌پردازد و در آن آنتونی اپیولیتو نقش دلخوری گفته نقش در ساخت این فیلم نداشته است



فیلمنامه «راکی ۷ حاضر است

استالونه اخیراً در مصاحبه‌ای گفته: «فصل دیگری از حماسه «راکی» را نوشته‌ام، اما نمی‌دانم آیا واقعاً برای مردم جذاب خواهد بود یا نه. بنابراین، آن را فقط برای خودم نوشتم.» ضمناً، او از احتمال ساخت یک فیلم پیش‌درآمد خبر داد. استالونه در این باره گفت: «متقدم تماشای گذشته و خاستگاه شخصیت‌های مختلف جذاب است. ایده‌های زیادی درباره چگونگی تلاقی مسیر زندگی آنها با یکدیگر دارم.» او با اشاره به فضای اجتماعی آن دوران افزود: «در آن مقطع تاریخی، یعنی دهه ۱۹۶۰، تحولات بزرگی در کشور، موسیقی و بسیاری دیگر از جنبه‌های جامعه در جریان بود. به همین دلیل، بسیار دوست دارم این پروژه را بسازم.» همچنین استالونه ایده‌هایی برای قسمت بعدی این مجموعه دارد. به گفته او، فیلم بعدی می‌تواند فرصتی برای بررسی زندگی راکی فراتر از دنیای بوکس باشد، «فکر می‌کنم فرصت خوبی باشد تا زندگی خارج از رینگش را بررسی کنیم؛ اینکه جهان اطراف او چگونه تغییر می‌کند، محله‌اش دیگر شبیه گذشته نیست و او چگونه خود را وقف کمک به افراد محروم می‌کند.».

مدت فیلمبرداری	بودجه ساخت	میزان فروش	مجموع فروش ۶ «راکی»
۲۸ روز	یک میلیون دلار	۲۲۵ میلیون دلار	۱٫۲۷ میلیارد دلار

سم‌شنبه ۵ آبان ۱۴۰۵ | شماره ۹۷۹۸



صفحه‌آرا: بهروز قلی‌پور

پروانه ساخت

امین زندگانی فیلم می‌سازد

فیلمنامه‌های «تولد یک نجیب‌زاده» به تهیه‌کنندگی سعید سعدی و کارگردانی و نویسندگی لیلا عاج، «از آرش» به تهیه‌کنندگی، کارگردانی و نویسندگی حمید زرگزاد، «بازگشت» به تهیه‌کنندگی کاظم دانشی، کارگردانی میکائیل دبانی و نویسندگی حامد غنصنفری، «کپسولی» به تهیه‌کنندگی مهدی ودادی، کارگردانی کاوه دهقان پور و نویسندگی سیدعلی حسینی و کاوه دهقان پور و زندگانی و نویسندگی سیدمحمد حسینی موافقت شورای پروانه فیلمسازی سینمایی را اخذ کردند. امین زندگانی که پیش از این در عرصه بازیگری سینما، تلویزیون و تئاتر فعالیت داشته است، این بار با فیلم سینمایی «لندی» نخستین تجربه خود را در مقام کارگردان سینما رقم خواهد زد.

اکران آینده

«حاشیه» از ۱۳ آبان

روی پرده سینما می‌رود



فیلم سینمایی «حاشیه» به تهیه‌کنندگی یوسف منصوری و کارگردانی محمد علیراهم‌فرد از چهارشنبه ۱۳ آبان‌ماه اکران خود را در سینماهای سراسر کشور آغاز می‌کند. «حاشیه» در زائر ممعبای پلیسی ساخته‌شده و زندگی خانواده‌ای را روایت می‌کند که با تغییر ناگهانی طبقه اجتماعی ناچار به ترک موقعیت پیشین خود و سکونت در حاشیه شهر می‌شوند؛ تغییری که زمینه‌ساز روایت داستانی اجتماعی در بستری ممعبای و پلیسی است. هادی کاظمی، مه‌ران احمدی، سجاد بابایی، ونوس کانلی، میترا رفیع، جواد قاضی، محمود نظرعلیان، محمد موحدنیا، حسین شهبازی و آندیا عبدالرضایی بازیگران این فیلم سینمایی هستند.

تندرستی

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

سبک زندگی

معجزه ورزشی برای افزایش طول عمر

یک مطالعه جدید در مجله پزشکی ورزشی بریتانیا نشان داده که ترکیبی از فعالیت‌های بالا و تمرینات قدرتی ممکن است برای کاهش خطر مرگ‌میر فرد به‌دلیل ابتلا به هر بیماری، بهترین گزینه باشد. برای مرگ‌میر ناشی از بیماری‌های قلبی-عروقی، این یافته به‌طور کلی با مطالعات قبلی سازگار است که نشان می‌دهد تمرینات قدرتی با کاهش خطر بیماری‌های قلبی - عروقی، به‌ویژه سکتة قلبی مرتبط است. برای مرگ‌میر ناشی از بیماری‌های عصبی، شواهد فزاینده‌ای وجود دارد که نشان می‌دهد تمرینات قدرتی ممکن است به حفظ عملکرد شناختی کمک کند. دکتر پی‌وی ژانگ، نویسنده‌اول این مطالعه می‌گوید: ورزش‌های عموماً با بهبود هودینامیک، پروفایل لیپیدی و تناسب اندام قلبی- تنفسی مرتبط است، درحالی‌که تمرینات قدرتی ممکن است متابولیسم گلوکز، ترکیب بدن و قدرت عضلانی را بهبود بخشد. برخی از کارآزمایی‌های تصادفی در بیماران مبتلا به بیماری عروق کرونر قلب نیز نشان داده‌اند که ترکیب تمرینات‌های هوازی و قدرتی بهبود بیشتری در تناسب اندام قلبی- تنفسی و ترکیب بدن پیدا می‌کند.

سلامت روان

تغییر روش غذاخوردن برای مقابله با زوال شناختی

نتایج مطالعاتی جدید نشان داده که محدود کردن زمان صرف وعده‌های غذایی و میان‌وعده‌ها به یک بازه زمانی ۹ساعته، ممکن است به پیشگیری از زوال شناختی در سالمندان کمک کند. این یافته‌ها در «تغذیه ۲۰۲۶» که مهم‌ترین گردهمایی سالانه «انجمن تغذیه آمریکا» محسوب می‌شود، ارائه شد. کاهش وزن به تنهایی می‌تواند از بخشی از افت شناختی مرتبط با افزایش سن جلوگیری کند؛ اما این داده‌ها نشان می‌دهند که اگر فرد ۴ساعت پیش از خوابیدن دست از غذاخوردن بکشد و بازه زمانی مصرف غذا را در مقایسه با روال معمول ۱۲ساعت در روز به ۸ تا ۹ساعت کاهش دهد، ممکن است از مزایای بیشتری بهره‌مند شود. درصورت تأیید در مطالعات بزرگ‌تر، این نتیجه حاکی از آن است که افراد می‌توانند با مدیریت زمان غذا خوردن و برهیز از ریزه‌خواری در ساعات پایانی شب از سلامت شناختی خود محافظت کنند.

با کارشناسی

نسخه اورژانس برای روزهای پراضطراب

در روزهایی که حجم اخبار نگران‌کننده افزایش پیدا می‌کند احساس اضطراب، نگرانی و بی‌قراری واکنشی طبیعی است، اما تداوم این شرایط می‌تواند بر سلامت روان، کیفیت خواب و عملکرد روزمره افراد تأثیر بگذارد. در چنین موقعیت‌هایی، مدیریت اخبار، حفظ ارتباط با اطرافیان و توجه به نیازهای جسمی و روانی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. شروین تبریزی، سخنگوی اورژانس تهران در گفت‌وگو با همشهری با تأکید بر ضرورت مراقبت از سلامت جسم و روان در شرایط پر استرس تأکید می‌کند که حفظ آرامش در روزهای پر استرس تنها یک موضوع فردی نیست، بلکه بخشی از مسئولیت اجتماعی شهروندان است. برهیز از انتشار شایعات، حمایت از اطرافیان و توجه به سلامت روان خود و دیگران می‌تواند به کاهش نگرانی‌های عمومی و عبور بهتر از شرایط بحرانی کمک کند. او ۶ توصیه کاربردی برای کاهش اضطراب و حفظ آرامش شهروندان مطرح می‌کند.

- اخبار را مدیریت کنید:** پیگیری اخله‌به‌خله اخبار، به‌ویژه خبرهای نگران‌کننده می‌تواند سطح اضطراب را افزایش دهد. بهتر است زمان مشخصی را به‌دنبال کردن اخبار اختصاص دهید و اطلاعات مورد نیاز خود را فقط از منابع معتبر دریافت کنید.
- به شایعات دامن نزنید:** انتشار اخبار تأییدنشده، علاوه بر افزایش نگرانی‌های فردی، می‌تواند اضطراب عمومی را تشدید کند. پیش از باز نشر هر خبر از صحت آن مطمئن شوید.
- مراقب آرامش کودکان باشید:** کودکان ممکن است در مواجهه با اخبار و تصاویر نگران‌کننده اضطراب بیشتری داشته باشند. با آنها متناسب با سنشان و با لحنی آرام صحبت کنید، به پرسش‌هایشان پاسخ دهید و تا حد امکان مانع مواجهه مستقیم آنها با تصاویر و اخبار تنش‌زا شوید.
- ارتباط با عزیزانتان را حفظ کنید:** گفت‌وگو با اعضای خانواده، دوستان و افراد مورد اعتماد می‌تواند به کاهش فشار روانی کمک کند.
- مراقبت از جسم را فراموش نکنید:** سلامت جسم و روان ارتباط نزدیکی با یکدیگر دارند. خواب کافی، تغذیه مناسب، نوشیدن آب و اختصاص زمانی برای استراحت و فعالیت‌های آرام‌بخش می‌تواند به کنترل اضطراب و حفظ تعادل روانی کمک کند.
- اضطراب شدید را جدی بگیرید:** اگر نگرانی، ترس یا بی‌قراری برای مدت طولانی ادامه پیدا کرد و خواب، تمرکز یا فعالیت‌های روزمره را به‌طور جدی مختل کرد، لازم است از متخصصان سلامت روان کمک بگیرید.



نوشیدنی‌های شیرین، عامل پنهان اضافه وزن
دکتر آزاده امینیان‌فر، متخصص تغذیه و رژیم درمانی با هشدار درباره مصرف بالای نوشیدنی‌های شیرین در جامعه گفت: این نوشیدنی‌ها یکی از عوامل پنهان و کمترشناخته‌شده اضافه وزن هستند که با جایگزین کردن آب به جای آنها می‌توان گامی مؤثر در کنترل وزن برداشت.

جنگ حریف واکسن نشد

از تزریق ۱/۵ میلیون دوز واکسن در دوران جنگ تا تأمین ذخایر تا ۱۴۰۷

گزارش

مریم سرخوش | روزنامه‌نگار | جنگ و تحریم، محدودیت‌های حمل‌ونقل و دشواری تأمین ارز، مسیر پرآذات اقدام ضروری سلامت را با چالش‌های جدی مواجه کرده است؛ با این حال وزارت بهداشت اعلام می‌کند که واکسن‌های

مورد نیاز کودکان ایرانی تا ابتدای ۱۴۰۷ تأمین شده و نگرانی‌ای بابت کمبود واکسن، دارو و کیت‌های تشخیصی در حوزه بهداشت وجود ندارد. علیرضا رئیسی، معاون بهداشت وزارت بهداشت در گفت‌وگو با همشهری درباره اقدامات انجام شده برای

واکسن و دارو ذخیره داریم

به گفته معاون بهداشت وزارت بهداشت، محدودیت‌های حمل‌ونقل هوایی و دریایی ناشی از جنگ و تحریم، واردات برخی اقلام ضروری را دشوار تر کرده و شرایط واقعاً سخت شده، اما از قبل اقدامات و پیش‌بینی‌های لازم انجام شده و در حوزه بهداشت تا پایان سال ۲۰۲۷ در تأمین واکسن، کیت‌های تشخیصی و دارو هیچ مشکلی نداریم. رئیسی به همکاری‌های بین‌المللی در این حوزه اشاره می‌کند و می‌گوید: «علاوه بر این سازمان جهانی بهداشت هم برای تسهیل ورود تجهیزات مورد نیاز مقابله با بیماری‌های واگیر از جمله مالاریا و تب دنگی به ایران همکاری می‌کند.»

ورود ۱۰هزار کیت تشخیص و با

یکی از تازه‌ترین اقدامات حمایتی سازمان جهانی بهداشت، تحویل ۱۰هزار کیت تشخیص سریع و با به وزارت بهداشت ایران است. فراس‌است این کیت‌ها در ۴استان هرمزگان، کرمان، سیستان و بلوچستان و خوزستان توزیع شوند تا آمادگی نظام مراقبت بیماری‌ها در شرایط بحرانی افزایش پیدا کند. رئیسی در این باره توضیح می‌دهد: «در حال حاضر هیچ موردی از عفیان با همه‌گیری ویدار کشور گزارش نشده و وضعیت سلامت آب هم کاملاً تحت کنترل است و مشکلی از این نظر وجود ندارد. اما در شرایط بحرانی، به‌ویژه درصورت آسیب‌دیدن زیرساخت‌ها، احتمال آلودگی منابع آب و شیوع بیماری‌های منتقل شده از آب مانند اسهال و وبا افزایش پیدا می‌کند و تأمین کیت‌های تشخیصی، اقدامی پیشگیرانه برای شناسایی سریع موارد احتمالی بیماری است، نه نشانه وقوع همه‌گیری.»

واکسیناسیون بدون وقفه در جنگ

تداوم واکسیناسیون در شرایط جنگی هم یکی دیگر از دستاوردهای نظام سلامت است و رئیسی با تأکید بر اینکه حفظ سلامت مردم و نسل آینده از اولویت‌های اصلی وزارت بهداشت است، بیان می‌کند: «در جنگ ۱۲روزه و پس از آن جنگ تحمیلی سوم، هیچ‌یک از خدمات حوزه سلامت قطع نشده و واکسیناسیون، مراقبت از مادران باردار، نوزادان و سالمندان و خدمات مراکز بهداشت و درمان بدون وقفه ادامه داشته است.»

