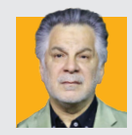
فیلمی که کمتر از ۱۳۰میلیارد بفروشد نمی‌تواند پول خودش را دربیاورد



حسین فرحبخش: اگر یک فیلم کمتر از ۱۳۰ یا ۱۴۰میلیارد تومان فروش داشته باشد، امکان ندارد بتواند پول خودش را دربیاورد. به همین دلیل، حتی اگر کف فروش را ۱۰۰میلیارد تومان در نظر بگیریم، باز هم فیلم نمی‌تواند هزینه‌های خود را جبران کند./ سینماپرس

جشنواره جهانی فیلم فجر بهار۱۴۰۶ برپا می‌شود

جشنواره جهانی فیلم فجر خردادماه سال آینده برگزار می‌شود. جشنواره جهانی فجر که از سال گذشته به‌جای اردیبهشت و خرداد به آذرماه موکول شده بود امسال با توجه به تأثیرات جنگ و شرایط خاص کشور برگزار نمی‌شود و قرار است نیمه اول خردادماه سال آینده در تهران و گویا با همان تاریخ اولیه(بعد از جشنواره فیلم کن) برگزار شود./ ایسنا

صفحه‌آرا: بهروز قلی‌پور

یاد

خداحافظی با بازیگر «یوسف پیامبر»

کورش زارعی درگذشت



کورش زارعی، بازیگر، کارگردان و پیشکسوت نام‌آشنای عرصه هنرهای نمایشی، سینما و تلویزیون یکشنبه ۱۷آبان ۱۴۰۵ به‌دلیل عوارض ناشی از یک دوره بیماری در منزل شخصی خود دار فانی را وداع گفت.

بازی در سریال «یوسف پیامبر»

کارنامه هنری زارعی از نوجوانی و در ۱۳ سالگی با حضور در نمایش‌های مدرسه‌ای آغاز شد. او در سال ۱۳۷۳ و در دوران دبیرستان، نمایش «گل و جهله» را کارگردانی کرد که موفق به کسب رتبه دوم جایزه کانون ملی منتقدان ایران شد. زارعی پس از حضور در تهران و اخذ مدرک کارشناسی در رشته هنرهای نمایشی، در سال ۱۳۸۱ با سریال «غروب بی‌پایان» وارد قاب تلویزیون شد. اما هنرنمایی به‌یادماندنی در سریال تلویزیونی «یوسف پیامبر» و ایفای نقش لاوی، برادر بزرگ حضرت یوسف تصویری ماندگار از زارعی در حافظه جمعی مخاطبان به یادگار گذاشت.

از «مختارنامه» تا «کیمیا»

حضور در سریال‌های «مختارنامه»، «کیمیا»، «آنام» و «جابر بن حیان» و فیلم‌های سینمایی «روز رستاخیز» و «امپراتور جهنم» بخش دیگری از کارنامه پربار تصویری او را شکل داد. علاوه بر بازیگری، زارعی سال‌ها سکان مدیریت مرکز هنرهای نمایشی حوزه هنری را در دست داشت.

نقش کلیدی در گسترش تئاتر دینی

او نقشی کلیدی در گسترش تئاتر دینی و مردمی ایفا کرد. توسعه و پایه‌گذاری جریان سراسری تئاتر بچه‌های مسجد، دبیری جشنواره بین‌المللی تئاتر فجر، هدایت رویدادهای نمایشی بزرگ و تولید آثار متعدد آیینی و مقاومت از دستاوردهای ماندگار دوران مدیریت او محسوب می‌شود. او در اواخر عمر نیز به‌عنوان مشاور رئیس حوزه هنری فعالیت داشت.مراسم بدرقه پیکر این هنرمند فقید، روز سه‌شنبه ۱۹آبان از ساعت ۹:۳۰ صبح با حضور هنرمندان، دوستان، همکاران و خانواده او در حوزه هنری انقلاب اسلامی برگزار می‌شود. مراسم تشییع و خاکسپاری پیکر زنده‌یاد زارعی هم روز چهارشنبه ۲۰آبان‌ماه در شهر قم برگزار خواهد شد.

دلیران تنگستان به روایت میرکریمی

تصویربرداری فیلم - سریال تاریخی «رئیسعلی» آغاز شد

گزارش

شقایق عرفی نژاد | روزنامه‌نگار | تصویربرداری سریال تاریخی «رئیسعلی» آغاز شده و به این ترتیب رضا میرکریمی سومین سریالش را برای تلویزیون خواهد ساخت. میرکریمی نخستین بار فروردین‌ماه امسال و در برنامه «من ایرانم» از ساخت این سریال صحبت کرد. او توضیح داد: «مدتی است که روی پروژه‌ای به نام «رئیسعلی» کار می‌کنم؛ پروژه‌ای درباره قهرمان ملی‌مان، رئیسعلی دلواری که چند سالی است فیلمنامه آن را می‌نویسم.» او در همین برنامه اطلاع داد: «این اثر یک مینی‌سریال است که هدفی سینمایی را نیز دنبال می‌کند. پس از چند سال، خوشبختانه یک متولی پیدا شد و تلویزیون پای کار آمد. اکنون در تلاش هستیم که کار را جلو ببریم. پیش‌تولید آغاز شده است.لوکیشن‌ها را پیدا کرده‌ایم و طراحی‌ها را انجام داده‌ایم.» میرکریمی در آن زمان خبر داده بود که با پایان جنگ تصویربرداری سریال را شروع می‌کند و حالا ۶ماه بعد از گفت‌وگو و در مهرماه فیلمبرداری این پروژه در بندر امام حسن استان بوشهر کلید خورده است.

از تحقیق تا تصویر

آنطور که توضیح داده شده، تحقیق و نگارش این پروژه ۵سال پیش شروع شده و پس از آماده‌شدن فیلمنامه و جست‌وجو برای سرمایه‌گذار و تهیه‌کننده درنهایت سیمافیلم سال گذشته سرمایه‌گذاری این سریال را به‌عهده گرفته و با ورود سیمافیلم، پیش‌تولید «رئیسعلی» رسما آغاز شده و از یک‌ماه پیش هم به مرحله فیلمبرداری رسیده است. «رئیسعلی» به شکل سریال تولید و پخش می‌شود، اما نسخه سینمایی آن هم به‌گفته سازندگانش در کار خواهد بود.

بازیگران تئاتر در یک پروژه تلویزیونی

نکته‌ای که درباره این سریال جالب است، استفاده‌نکردن از بازیگران نام‌آشناست. خردادماه امسال برای انتخاب بازیگر نزدیک به صد نقش این پروژه، فراخوان بازیگری منتشر شد و طبق اعلام، اغلب بازیگران این نقش‌ها از میان همین متقاضیانی انتخاب شده‌اند که در فراخوان شرکت کرده بودند. حتی آنطور که پیداست نقش اصلی سریال یعنی رئیسعلی دلواری را هم یک بازیگر معروف برعهده ندارد.

میرکریمی و برای تلویزیون

رضا میرکریمی آخرین بار ۵سال پیش فیلم «نگهبان شب» را ساخت و اکران کرد و از آن پس نه در حوزه فیلم و نه سریال کاری نکرده است. او سازنده فیلم‌هایی از جمله «خیلی دور، خیلی نزدیک»، «یه حبه قند» و «قصر شیرین» است و در سال‌های اولیه کارش ۲سریال برای تلویزیون ساخته است: «آفتاب و عزیزخانم» و «بچه‌های مدرسه همت» که هردو در دهه ۷۰ پخش شدند و این دومی برای کودکان آن دهه بسیار دوست‌داشتنی بود.



دلیران تنگستان

این نخستین بار نیست که شخصیت رئیسعلی دلواری، مبارز مشروطه‌خواه بوشهری به یک‌سریال راه پیدا کرده است. مجموعه معروف «دلیران تنگستان» به کارگردانی همایون شهنواز که سال ۱۳۵۳ از تلویزیون پخش شد، نخستین سریالی بود که درباره این شخصیت مبارز که در برابر قوای انگلیس در جنوب ایستادگی کرد، ساخته شد. این سریال حتی پس از انقلاب هم بارها روی آنتن رفت.



سینماحقیقت

اکران مستندهای منتخب «سینماحقیقت ۲۰» در ۳۰استان

بخش استانی بیستمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران، «سینماحقیقت» از ۲۷ تا ۲۹آذرماه آثار منتخب این دوره را نمایش می‌دهد. پس از پایان جشنواره در تهران، مستندهای منتخب در ۳۰استان، ۲۸مرکز استان و ۷شهرستان، در مجموع ۳۸سینما و مجتمع فرهنگی روی پرده می‌روند. آثار منتخب اعلام و درباره سینماها و نحوه نمایش مستندها اطلاع‌رسانی خواهد شد. بیستمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینماحقیقت» به دبیری محمد حمیدی‌مقدم، آذرماه امسال در پردیس سینمایی ملت برگزار خواهد شد.

صحنه

تالار وحدت میزبان «امیرکبیر» شد



تئاتر موزیکال ایرانی «امیرکبیر» به نویسندگی و کارگردانی بهزاد عبدی و تهیه‌کنندگی داود نامور از ۲۹آبان‌ماه در تالار وحدت روی صحنه می‌رود. نسیم ادبی، مهران رنجبر، امیر کربلایی‌زاده(نیکان)، بهناز نادری، آرش دادگر، امیرکاوه آهنین‌جان، شهروز دل‌افکار، محسن زرآبادی‌پور و بهزاد داوری(به‌ترتیب ورود به صحنه) بازیگرانی هستند که در این اثر نقش‌آفرینی می‌کنند. تئاتر موزیکال «امیرکبیر» با متنی ایرانی و محوریت سرنوشت امیرکبیر شکل گرفته و در ساختار آن، داستان، موسیقی، آواز و حرکت در پیوند با یکدیگر قرار دارند.داستان نمایش از اتاق کار یک پژوهشگر تاریخ آغاز می‌شود که تحت فشار مصلحت‌اندیشی، فصل سوم رساله خود را کنار گذاشته است.

مصرف فرآورده‌های گیاهی نباید جایگزین درمان ضروری پزشکی شود

مهشید چایچی، معاون توسعه سلامت مرکز طب ایرانی و مکمل گفت: مصرف خودسرانه دمنوش‌های گیاهی و عرقیات رایج در برخی شرایط ضرر دارد. توصیه می‌شود بیماران، پیش از شروع مصرف آنها، پزشک خود را در جریان قرار دهند و بدون اجازه پزشک مربوطه داروهای تجویزشده را به‌صورت خودسرانه قطع یا جایگزین نکنند.

خبرهایی که نمی‌بینید

تهرانی‌ها خون اهدا کنند

مرتضی طباطبایی، سرپرست اداره‌کل انتقال خون استان تهران با اشاره به توزیع روزانه هزار تا ۱۴۰۰ واحد خون در مراکز درمانی، از شهروندان خواست در فصل سرد سال اهدای خون را فراموش نکنند. نیاز بیماران به خون همیشگی است و کاهش مراجعات در پاییز و زمستان می‌تواند تأمین خون را با مشکل مواجه کند.

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

با کارشناس

چای قلب را نجات می‌دهد؟

نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد افرادی که چای می‌نوشیدند، در مقایسه با کسانی که چای نمی‌نوشیدند، کمتر در معرض خطر ابتلا به بیماری‌های عروقی بودند. در این مطالعه نشان داده شد که مصرف منظم چای با ۱۱درصد کاهش خطر بروز بیماری عروقی مغز، بیماری قلبی ریوی و بیماری شریان‌های محیطی مرتبط بود و کمترین میزان خطر، در سطح نوشیدن حدود ۶تا۸فنجان چای در روز برآورد شد. از نظر غلظت هم چای با غلظت متوسط با کمترین میزان خطر همراه بود. کورش جعفریان، متخصص تغذیه در این‌باره به همشهری می‌گوید: این نتیجه یک مطالعه است که در یک جامعه و در یک شرایط خاص انجام شده و نمی‌توان آن را به تمام جوامع و شرایط تعمیم داد. به‌عنوان مثال اگر کسی ریفلاکس معده داشته باشد نمی‌تواند روزی ۷ یا ۸فنجان چای بخورد چراکه احتمال بروز مشکلات گوارشی وجود دارد.

اما به‌گفته جعفریان چای به‌خاطر ترکیبات پلی فنولی که داخل خود دارد و ضدالتهابی است، می‌تواند از بروز بیماری‌های قلبی پیشگیری کند؛ به این دلیل که داخل عروق پلاکت‌هایی تشکیل می‌شود که باعث تنگ و خشک شدن عروق و باعث از دست رفتن خاصیت کش‌سانی عروق می‌شود. ترکیبات متعدد ضدالتهابی در چای منجر به کاهش ایجاد پلاکت در عروق می‌شود و خطر تشکیل لخته وجود دارد؛ در نتیجه می‌تواند به سلامت قلب افراد کمک کند.

رژیم غذایی برای سلامت قلب

جعفریان درباره اینکه چه رژیم غذایی برای کاهش خطر بیماری‌های قلبی می‌تواند مؤثرتر باشد، توضیح می‌دهد: الگوی رژیم مدیترانه بهترین الگو برای پیشگیری از بیماری قلب و عروق است، چرا که در این الگو سبزیجات، میوه‌جات و روغن زیتون و غذای دریایی وجود دارد.

او تأکید می‌کند: پرهیز از مصرف الکل، محدود شدن مصرف نمک، گوشت‌های قرمز، دل، جگر و قلوه نیز از دیگر مزایای این رژیم غذایی است. اما به‌طور کلی رژیمی که در آن سبزیجات در اولویت باشد از همه رژیم‌های غذایی بهتر است چرا که پتاسیم موجود در سبزیجات یکی از مهم‌ترین فاکتورها برای سلامت قلب است.



وقتی لقمه‌ها فراموش می‌شوند

توصیه‌های متخصص تغذیه به خانواده‌های بیماران آلزایمری؛ از آب و غذای کافی تا ورزش منظم

گزارش

پروانه بندپی | روزنامه‌نگار | وقتی آلزایمر پیشرفت می‌کند، فرد بیمار حتی غذاخوردن را فراموش می‌کند؛ نه گرسنگی را درست تشخیص می‌دهد و نه به یاد می‌آورد که غذایش را خورده است. گاهی یک وعده غذا را چندبار می‌خورد و گاهی ساعت‌ها چیزی نمی‌خورد. حتی نوشیدن آب را هم از یاد می‌برد. تشخیص آلزایمر اما فقط برای خود بیمار اتفاقی تکان‌دهنده نیست؛ خانواده هم ناگهان درگیر می‌شود. وقتی آلزایمر وارد زندگی یک خانواده می‌شود، آن خانواده باید یاد بگیرد با تغییرات بیمار همراه شود و گاهی برای دادن یک لقمه غذا به بیمار، راه تازه‌ای پیدا کند.

اولویت تغذیه‌ای در مراحل اولیه بیماری

ریحانه ملاحسینی، متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی به همشهری می‌گوید: «در مراحل اولیه آلزایمر، اولویت ما این است که فرد عملکرد و استقلال خودش را تا حد امکان مثل قبل حفظ کند. بعد از آن، باید ارزیابی کنیم و ببینیم آیا چالش‌های تغذیه‌ای مرتبط با غذاخوردن به‌وجود آمده است یا نه و درصورت وجود، آنها را شناسایی و اصلاح کنیم.» این متخصص تغذیه می‌گوید: «یکی از مشکلاتی که ممکن است در مراحل اولیه آلزایمر ایجاد شود، فراموش کردن غذاخوردن است. بیمار ممکن است وعده غذایی خود را نخورد و این اتفاق اگر تکرار شود، به مرور کاهش وزن و عوارض ناشی از آن را به‌دنبال دارد. از سوی دیگر، گاهی بیمار فراموش می‌کند که غذا خورده و دوباره غذا می‌خورد که می‌تواند باعث افزایش وزن شود.» او می‌گوید: «مشکل فقط غذا نیست. بیمار ممکن است نوشیدن آب را هم فراموش کند یا حتی متوجه تشنگی خود نشود و درنتیجه در معرض کم‌آبی بدن قرار گیرد. مشکلات بلع و همچنین مشکلات گوارشی مثل یبوست هم ممکن است در این بیماران دیده شود.» ملاحسینی می‌گوید: «اگر این مشکلات به‌موقع شناسایی و مدیریت شوند، معمولا می‌توان از عوارض جدی‌تر جلوگیری کرد اما جمع‌شدن آنها بدون مداخله می‌تواند به سوءتغذیه، کاهش توده عضلانی، افت عملکرد و درنهایت کاهش کیفیت زندگی بیمار منجر شود.»

برای آب و غذای بیمار، روتین بسازید

ملاحسینی می‌گوید: «اگر بیمار اشتهایش کم شده و مثلا غذایی را که قبلا کامل می‌خورده، دیگر کامل نمی‌خورد، می‌توانیم تعداد وعده‌های غذایی را افزایش دهیم یا میان‌وعده‌ها را مغذی‌تر کنیم.» او برای این کار یک راهکار ساده پیشنهاد می‌کند: «مثلا می‌توانیم وعده ناهار را در ۲نوبت بدهیم؛ یعنی غذا را نصف کند، یک قسمت را الان بخورد و قسمت دیگر را نیم ساعت تا یک ساعت بعد مصرف کند. برای مغذی‌تر کردن میان‌وعده‌ها هم به جای اینکه یک لیوان شیر خالی بدهیم که ممکن است رغبت نکند آن را بخورد، می‌توانیم ترکیبی از شیر، موز، خرما و گردو به شکل یک معجون مغذی و انرژی‌بخش آماده کنیم.» در دسترس بودن غذا هم اهمیت زیادی دارد؛ غذا باید جلوی چشم فرد باشد تا متوجه شود باید آن را مصرف کند.



فعالیت بدنی را فراموش نکنید

ملاحسینی فعالیت بدنی را هم بخشی از مراقبت از بیمار می‌داند و می‌گوید: «فرد مبتلا حتما باید در حد توانش فعالیت بدنی داشته باشد. مثلا فردی که قبلا ورزشکار بوده و آلزایمرش تازه تشخیص داده شده، اگر هنوز توانایی لازم را داشته باشد، می‌تواند به باشگاه برود و تمرین کند. فرد دیگری ممکن است سالمند باشد و توان فعالیت زیادی نداشته باشد، اما همین که با مراقبت اطرافیان بیرون برود و کمی قدم بزند، مفید است.» او می‌گوید: «فعالیت بدنی هم باعث می‌شود عضلات تقویت شوند و عملکرد عضلات مختل نشود، هم می‌تواند به بهبود اشتها کمک کند و علاوه بر این، در بهبود خلق‌وخو و روحیه فرد هم مؤثر باشد، چون خیلی از افراد مبتلا به آلزایمر دچار افسردگی هم می‌شوند و فعالیت بدنی علاوه بر تغذیه می‌تواند کمک‌کننده باشد.»

سبک زندگی

این مکمل می‌تواند به معده آسیب بزند

مکمل آهن به‌عنوان یکی از پرمصرف‌ترین مکمل‌های غذایی، ممکن است در برخی افراد باعث ناراحتی‌های گوارشی شود. کارشناسان می‌گویند: آهن جذب‌نشده در دستگاه گوارش باقی می‌ماند و می‌تواند موجب تهوع، درد شکم، سوءهاضمه و گرفتگی عضلات شود؛ همچنین تجمع آهن اضافه ممکن است با تولید رادیکال‌های آزاد به سلول‌های پوشاننده روده آسیب بزند، التهاب ایجاد کند و تعادل باکتری‌های مفید روده را برهم بزند. در میان مکمل‌های آهن، فروس سولفات و فروس فومارات بیشتر با عوارض گوارشی همراه هستند؛ درحالی که فروس بیس گلیسینات ممکن است تحمل‌پذیری بهتری داشته باشد. متخصصان توصیه می‌کنند برای کاهش ناراحتی معده، درباره دوز و زمان مصرف با پزشک مشورت شود. مصرف مکمل همراه مقدار کمی غذا نیز می‌تواند به تحمل بهتر آن کمک کند. از مصرف همزمان آن با غذاهای سرشار از فیبر یا کلسیم، داروهای ضداسید معده و کافئین هم خودداری کنید.

خبر روز

سرم تزریقی، داروی شفابخش نیست

کارشناس سازمان غذا و دارو با هشدار نسبت به مصرف بی‌رویه سرم نمکی اعلام کرد، این فرآورده از داروهای پرهزینه کشور است و تزریق آن در بسیاری از موارد ضرورتی ندارد. یسنا بهمنش با تأکید بر اینکه سرم، داروی تقویتی یا شفابخش نیست، بیان کرد: تزریق سرم تنها در شرایط مشخص پزشکی، ازجمله ناتوانی بیمار در دریافت مایعات و دارو از راه خوراکی یا برخی وضعیت‌های اورژانسی، ضرورت پیدا می‌کند اما در بیماری‌هایی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزای خفیف، تب ملایم، ضعف و بی‌حالی، بدن‌درد و اسهال و استفراغ خفیف، معمولاً استراحت و مصرف مایعات کافی است. به‌گفته بهمنش، تزریق غیرضروری سرم نیز می‌تواند عوارضی مانند عفونت و آبسه محل تزریق، ورم ناشی از تجمع مایعات، تشدید نارسایی قلبی و کلیوی و اختلال در تعادل الکترولیت‌های بدن ایجاد کند. این در حالی است که مصرف منطقی سرم علاوه بر حفظ سلامت بیماران و جلوگیری از مداخلات درمانی غیرضروری، به مدیریت منابع درمانی کشور کمک می‌کند.