

شبیه‌سازی صدای هنرمندان با هوش مصنوعی غیراخلاقی است

حمیدرضا آشتیانی‌پور، عضو هیأت‌مدیره انجمن گویندگان و سرپرستان گفتار فیلم: هوش مصنوعی واقعیتی است که باید آن را پذیرفت اما اینکه برخی افراد از این فناوری برای بازسازی صدای هنرمندان استفاده کنند، موضوع دیگری است. این اقدام در بسیاری از موارد غیرفرهنگی، غیراخلاقی و غیرهنری است./ مهر



قدم‌های خسرو احمدی بر صحنه سنگینی می‌کرد

پرویز پرستویی در مراسم بزرگداشت خسرو احمدی، بازیگر پیشکسوت: خسرو احمدی وقتی روی سن می‌آمد، قدم‌هایش بر صحنه سنگینی می‌کرد. جمع اهالی تئاتر برای من قداست دارد و محترم است و با حضور در این جمع احساس سبکی می‌کنم. / ایسنا

سینمای جهان



پیشتازی «سرزمین پدری» با ۱۱نامزدی جوایز فیلم اروپا



آکادمی فیلم اروپا نامزدهای این دوره از جوایز را در جریان جشنواره بین‌المللی فیلم تسالونیکی یونان اعلام کرد. براساس فهرست منتشرشده، پس از «سرزمین پدری» و «توپ سیاه»، «فیورد» ساخته کریستیان مونجیو با ۵نامزدی قرار دارد. فیلم «رز» ساخته مارکوس شلاینزر نیز ۴نامزدی کسب کرده است. «سرزمین پدری» داستان رابطه «توماس مان»، نویسنده برنده جایزه نوبل ادبیات و دخترش «اریکا» را روایت می‌کند. ماجرای فیلم در تابستان ۱۹۴۹ و در اوج جنگ سرد می‌گذرد؛ زمانی که این پدر و دختر سفری جاده‌ای را با خودرویی در آلمان ویران‌شده پس از جنگ آغاز می‌کنند. سفر آنها از فرانکفورت تحت نفوذ آمریکا تا وایمار تحت کنترل شوروی ادامه می‌یابد و در جریان آن، توماس مان پس از ۱۶سال تبعید در آمریکا با سرزمینی دوپاره و شکاف‌های عمیق خانوادگی روبه‌رو می‌شود. این فیلم در بخش‌های بهترین فیلم اروپایی، کارگردانی، فیلمنامه و چندین رشته فنی نامزد شده است. پنه‌لوپه کروز و گلن کلوز از بازیگران این فیلم هستند. این اثر در بخش‌های بهترین فیلم، کارگردانی، فیلمنامه و چندین رشته دیگرهم نامزد شده است. در بخش بهترین کارگردانی، پاولیکوفسکی، کالوو و آمبروسی، مونجیو، ساندرا وولنر برای «هربار» و آندری زویاگینتسف برای «مینوتور» رقابت می‌کنند. در بخش بهترین بازیگر زن، ساندرا هولر برای بازی در ۲فیلم «سرزمین پدری» و «رز» نامزد شده است. کروز برای «پناهگاه»، لئا سیدو برای «هیولای مهربان»، رناته رینسوه برای «فیورد» و ماتیلد آرسل برای «زن ناشناس» دیگر نامزدهای این بخش هستند. در بخش بهترین بازیگر مرد نیز خاویر باردم برای «محبوب»، اندرو اسکات برای «الیسینور»، سباستین استن برای «فیورد»، سوان آرلو برای «مردی از زمانه خود» و هانس تسیشلر برای «سرزمین پدری» نامزد شده‌اند.

جاگذاشتن خدایان در پشت صحنه



ریچارد برودی | همیشه برایم سؤال بود که نولان با برخی جنبه‌های کهن داستان «ادیسه» چگونه برخورد خواهد کرد؛ برای مثال، خشونت و آیین‌های مذهبی آن: مراسم قربانی کردن حیوانات با خون‌هایی که فواره می‌زنند؛ خشم فراطبیعی هیولایی که انسان‌ها را می‌بلعد و فریادهای دردناک قربانیانش در هنگام خورده‌شدن به گوش می‌رسد؛ بریدن دست‌ها و اندام‌ها؛ توسل به شکنجه؛ و رضایت عمیقی که شخصیت‌ها از انتقام‌جویی بی‌رحمانه به‌دست می‌آورند. نولان به‌جای آنکه بکوشد مخاطب را وارد جهان ذهنی یونانیان باستان کند، رویکردی ساده‌شده و تقریبا واقع‌گرایانه را انتخاب کرده، رویکردی مهارشده و تعدیل‌شده. خشونت در فیلم عمدتا به تصاویری کلیشه‌ای و متعارف تقلیل یافته؛ صحنه‌های نبرد با تدوین سریع، صرفا به مرگ‌های هولناک اشاره می‌کنند، بی‌آنکه آنها را واقعا به تصویر بکشند. مراسم قربانی کردن حیوانات فقط برای لحظاتی کوتاه دیده می‌شود و همه‌چیز به شکلی کاملا تمیز و بی‌دردسر برگزار می‌شود. انتقام‌جویی عاری از خون و وحشت است و با نهایت خویشتن‌داری اجرا می‌شود. اشک‌ها با دقتی احساساتی از گوشه چشمی سرازیر می‌شوند و اندوه، به‌جای فوران و آشفتگی، در سکوتی خشک و نظامی‌وار، مطابق با الگوی قهرمانان جنگی مدرن، ابراز می‌شود. دیالوگ‌ها موجز و امروزی‌اند و بازیگران برجسته فیلم را در محدوده‌ای قرار می‌دهند که با آن احساس راحتی می‌کنند. در نتیجه، شخصیت‌هایی که در منظومه هومر پیچیدگی و چندلایگی خیره‌کننده‌ای دارند، به چهره‌هایی شفاف، ساده و صلب تبدیل می‌شوند.





ادیسه؛ افسانه‌ای که تمام نمی‌شود

بررسی فیلم جدید کریستوفر نولان و نظرات موافقان و مخالفان در تلویزیون همشهری

گزارش

ناصر احدی | روزنامه‌نگار | آخرین فیلم کریستوفر نولان، «ادیسه»، مدتی است که به لطف نسخه‌های غیرمجاز باکیفیت در بین سینمادوستان ایرانی دیده می‌شود و حتی در گوشه‌وکنار شهرهای بزرگ و کوچک جلسات نمایش و نقد و بررسی برای آن می‌گذارند. نولان فیلمساز محبوبی در بین نسل جوان ایرانی است و به‌خصوص ۲ فیلم «شوالیه تاریکی» و «میان‌ستاره‌ای» چنان طرفداران پروپاقرصی دارد که هر فیلم شاهکاری را در قیاس با آنها می‌سنجند و محک می‌زنند. عده‌ای هم هستند که فیلم‌های کوچک‌تر نولان مثل «تعقیب»، «یادگاری» و «بی‌خوابی» را ترجیح می‌دهند و باور دارند که کارگردان بااستعداد اواخر دهه ۱۹۹۰و اوایل دهه ۲۰۰۰، با ساخت سه‌گانه «بتمن»، به فیلمسازی استودیویی تبدیل شد که متخصص ساخت بلاک باسترهای گران‌قیمت با پیرنگ‌های پیچیده و محتوایی شبه‌علمی ـ فلسفی است.

«ادیسه» یک میلیارد و ۸۰۴میلیون دلار در گیشه فروخته و یازدهمین فیلم پرفروش تاریخ سینماست. همچنین، پرفروش‌ترین فیلم تاریخ آی‌مکس، پرفروش‌ترین فیلم تاریخ استودیوی یونیورسال و پرفروش‌ترین فیلم کارنامه نولان به شمار می‌رود.

حتی اگر «ادیسه» فیلم محبوبتان از نولان نیست، اگر به اساطیر یونان علاقه ندارید، اگر توش‌وتوان تماشای فیلم تقریبا ۳ساعته را در خود نمی‌بینید، با این حال آنقدر دلیل خوب آوردیم که دو نقد خلاصه‌شده مثبت و منفی نیویورکر را در ادامه بخوانید.

پلی میان جهان باستان و دنیای مدرن



جاستین چانگ | اینجا بار دیگر با غریزه وسواس گونه نولان در فیلم‌سازی روبه‌رو می‌شویم: او بارها و بارها سازوکار امور ناممکن را به ما نشان می‌دهد؛ نه‌فقط اینکه چه اتفاقی می‌افتد، بلکه اینکه دقیقا چگونه رخ می‌دهد. این یکی از پاسخ‌ها به پرسشی است که برخی از ما به‌محض اعلام این پروژه عجیب مطرح کرده بودیم: سرسخت‌ترین منطق‌گرای هالیوود چگونه با جهان خدایان و هیولاهای هومر کنار خواهد آمد؟ تا پیش از این، تقریبا تمام اسطوره‌شناسی برای نولان حکم سرزمینی ناشناخته را داشته. از نظر منتقدان نولان، غریزه واقع‌گرایانه او نشانه ناتوانی‌اش در تسلیم کامل‌شدن به شگفتی و افسونگری داستان خواهد بود؛ چیزی که از ناسازگاری بنیادی میان فیلمساز و ماده خام اثر حکایت دارد. اما بخش بزرگی از لذت تماشای «ادیسه» از مشاهده تلاش ذهنی نولان برای حل‌وفصل همین تنش سرچشمه می‌گیرد؛ اینکه ببینیم او چگونه می‌کوشد میزان تسلط هنرمندانه خود را بر شاهکاری موجود تعیین کند و به کار بگیرد. عقل‌گرایی او همچون زرهی در برابر ابتذال، بداهت، آشنایی بیش‌ازحد و تورم جلوه‌های بصری عمل می‌کند؛ همان عنصر واقع‌گرایانه‌ای که یک اثر فانتزی بزرگ برای اوج‌گرفتن به آن نیاز دارد. این عقل‌گرایی همچنین پلی میان جهان باستان و دنیای مدرن می‌سازد و ما را به ذهن شخصیت‌هایی راه می‌دهد که در نوعی برزخ میان چندخدایی و سکولاریسم زندگی می‌کنند و با وجود تمام دعاها و نذرهایشان گمان می‌برند خدایان مدت‌هاست آنها را به حال خود رها کرده‌اند.



خبر



«یل» توقیف شد

دادسرای فرهنگ و رسانه تهران دستور توقف انتشار سریال «یل» را تا اطلاع ثانوی صادر کرد. دلیل این تصمیم، انتشار محتوایی عنوان شده که «مجرمانه و مغایر با عفت و اخلاق عمومی» توصیف شده است. انتشار سریال «یل» با دستور قضایی دادسرای ناحیه ۳۵ تهران، موسوم به دادسرای فرهنگ و رسانه، متوقف شده است. براساس اخبار منتشرشده، این تصمیم به محتوای قسمت ششم سریال مربوط است.

اکران

کمدی پشت کمدی





۲فیلم کمدی «همسفر» و «ذوق مرگ» روی پرده می‌آیند. «همسفر» از چهارشنبه ۲۷آذر و «ذوق مرگ» از چهارشنبه هفته آینده روی پرده سینماها خواهند رفت. «همسفر» به کارگردانی حسین فرح‌بخش و تهیه‌کنندگی عبدالله علیخانی و حسین پورکریمی و حمید ابراهیمی ساخته شده است. در جلسه دیروز شورای صنفی نمایش، قرارداد نمایش فیلم «ذوق مرگ» هم برای اکران از اوایل آذر ثبت شده است. این فیلم کمدی به کارگردانی مسعود اطیابی از چهارشنبه، چهارم آذرماه روی پرده خواهد رفت.



خواب نامنظم خطر افسردگی و اضطراب را افزایش می‌دهد

پژوهشگران دانشگاه کالیفرنیا گزارش دادند افرادی که هر روز در ساعت ثابتی نمی‌خوابند و بیدار نمی‌شوند، بیشتر در معرض علائم شدید اضطراب، افسردگی و احساس تنهایی قرار دارند. به‌گفته آنها، حتی نیم‌ساعت تغییر در زمانبندی خواب نیز می‌تواند بر خلق و خوی فرد تأثیر بگذارد.

افزایش مصرف شیرخشک به بیش از ۹۲ میلیون قوطی

شهرام شعیبی، مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی، مکمل و شیرخشک سازمان غذاودارو از افزایش مصرف سالانه شیرخشک به بیش از ۹۲ میلیون قوطی خبر داد و گفت: این در حالی است که شمار تولدها نسبت به سال‌های گذشته تقریبا به نصف کاهش یافته است.

با کارشناس **پروانه بندپی**؛ روزنامه‌نگار

محصولات پروبیوتیک گوارش را تقویت می‌کنند؟

چند سالی است که محصولات غذایی پروبیوتیک با وعده‌هایی مانند تقویت دستگاه گوارش و افزایش باکتری‌های مفید روده به بازار عرضه می‌شوند؛ محصولاتی مثل ماست پروبیوتیک، کفیر و دیگر مواد غذایی. اما آیا مصرف این خوراکی‌ها واقعا می‌تواند سلامت روده را بهبود بخشد یا این ادعاها بیشتر جنبه تبلیغاتی دارند؟

دکتر ایرج خسرونیا، فوق‌تخصص بیماری‌های گوارش در این‌باره به همشهری می‌گوید: «بخش عمده این ادعاها واقعیت دارند؛ چون در روده ما میلیاردها میکروب طبیعی و مفید وجود دارند که در هضم و جذب غذا نقش دارند. از طرف دیگر، مصرف برخی مواد از جمله آنتی‌بیوتیک‌ها می‌تواند تعداد این میکروب‌ها را کاهش دهد؛ همچنین در بعضی بیماران، از جمله مبتلایان به بیماری‌های خودایمنی ممکن است به این میکروب‌های مفید آسیب وارد شود. در چنین شرایطی مصرف پروبیوتیک‌ها می‌تواند به تقویت میکروب‌های مفید روده کمک کند.»

دکتر خسرونیا درباره تأثیر مصرف پروبیوتیک‌ها بر دستگاه گوارش می‌گوید: «وقتی پروبیوتیک مصرف می‌کنیم، مقداری از میکروب‌های مفید به روده اضافه می‌شوند و می‌توانند به جذب بهتر غذا و هضم آن کمک کنند. پروبیوتیک‌ها در برخی بیماری‌های التهابی روده بزرگ هم می‌توانند نقش کمک‌کننده داشته باشند.» با این حال، یکی از نکات مهم درباره پروبیوتیک‌ها این است که با مصرف یک ماست یا نوشیدنی پروبیوتیک، قرار نیست باکتری‌های مفید برای همیشه در روده مستقر شوند. بسیاری از این میکروارگانیسم‌های موقتی از دستگاه گوارش عبور می‌کنند و اثر آنها به نوع سویه، مقدار مصرف و شرایط بدن فرد بستگی دارد.

این متخصص گوارش همچنین مصرف پروبیوتیک‌ها را در برخی شرایط، از جمله بعد از مصرف طولانی‌مدت آنتی‌بیوتیک‌ها، قابل توجه می‌داند و می‌گوید: «بیماری که به‌مدت ۱۰روز، ۲۰روز یا یک‌ماه آنتی‌بیوتیک مصرف می‌کند، علاوه بر میکروب‌های مضر، بخشی از میکروب‌های مفید روده را هم از دست می‌دهد. مصرف پروبیوتیک می‌تواند به تقویت و بازسازی میکروب‌های مفید روده کمک کند. این میکروب‌ها در بسیاری از فرایندهای داخل روده نقش دارند و از جمله به جذب برخی مواد معدنی مانند آهن، منیزیم، سدیم و پتاسیم کمک می‌کنند.» متخصصان می‌گویند شواهد علمی نشان می‌دهد که پروبیوتیک‌ها می‌توانند در برخی شرایط از جمله بعضی از انواع اسهال مرتبط با مصرف آنتی‌بیوتیک، مفید باشند اما اثر همه آنها یکسان نیست.

ایران اضافه‌وزن دارد

متخصصان نسبت به کاهش رتبه ایران در زمینه چاقی و اضافه وزن، از ۴۲جهان به ۹در سال ۱۴۱۴ هشدار می‌دهند

گزارش

مریم سرخوش | روزنامه‌نگار | چاقی در ایران دیگر فقط یک مسئله ظاهری یا دغدغه تناسب اندام نیست و به بحرانی جدی در حوزه سلامت تبدیل شده که می‌تواند بار بیماری‌های قلبی، دیابت و مشکلات کلیوی را در سال‌های آینده سنگین‌تر کند. مسئولان حوزه سلامت هشدار می‌دهند اکنون حدود نیمی از جمعیت کشور با اضافه‌وزن و چاقی مواجهند و با تداوم این روند تا سال ۱۴۱۴ بیش از ۷۰درصد جمعیت کشور درگیر این بیماری خواهند شد. افزایش چاقی در کودکان و نوجوانان هم نگران‌کننده است و روند افزایشی دارد؛ نسلی که ممکن است در سال‌های آینده با عوارض گسترده این بیماری وارد بزرگسالی شود.

چاقی؛ مسئله‌ای فراتر از وزارت بهداشت

نادر توکلی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی ایران با تأکید بر اینکه چاقی به یکی از عوامل مهم بروز بیماری‌ها در کشور تبدیل شده، گفت: افزایش وزن در کشور قابل توجه است و نزدیک به ۵۰ درصد جمعیت با اضافه‌وزن مواجه هستند. زمانی که چاقی با عوارض بالینی همراه شود یا به‌عنوان عامل زمینه‌ساز بیماری‌های قلبی، دیابت و کلیوی عمل کند، اهمیت درمان آن دوچندان می‌شود. کنترل این معضل هم به همکاری بین‌بخشی نیاز دارد و وزارت بهداشت به‌تنهایی نمی‌تواند از عهده آن برآید.

توکلی به برگزاری نخستین همایش چاقی بالینی اشاره و تأکید کرد: استفاده از روش‌های علمی برای کاهش وزن و مقابله با تبلیغات غیرعلمی فرآورده‌های لاغری ضرورت دارد. بخشی از مباحث همایش پیش‌رو هم به بررسی روش‌های علمی و غیرعلمی کاهش وزن اختصاص خواهد داشت.

چاقی کودکان؛ تهدیدی برای آینده سلامت

عبدالرضا نوروزی، دبیر علمی نخستین همایش چاقی بالینی با هشدار درباره سرعت افزایش اضافه‌وزن در کودکان گفت: روند فعلی نشان می‌دهد چاقی در سال‌های آینده به یکی از چالش‌های جدی نظام سلامت تبدیل خواهد شد. همه‌گیری کرونا هم بر این وضعیت اثر گذاشت و با تغییر سبک زندگی، کاهش تحرک و الگوهای غذایی نامناسب به افزایش چاقی کودکان دامن زد. پیش‌بینی ما این است که تا سال ۱۴۱۴شیوع چاقی و اضافه‌وزن در کشور از ۵۰به ۷۰درصد جمعیت برسد و دلیل آن هم ورود کودکان چاق امروز به دوره بزرگسالی است. شیوع چاقی کودکان تا سال ۹۹کمتر از ۱۴ درصد بود، در دوران کرونا به ۱۹ درصد رسید و در ۱۴۰۳ هم به ۲۱/۵ درصد افزایش یافت. پیش‌بینی می‌شود این روند همچنان افزایشی باشد.

سند ملی برای چاقی و بیماری‌های مزمن غیرواگیر

نوروزی با اشاره به ابلاغ سند پیشگیری از بیماری‌های مزمن غیرواگیر از سوی رئیس جمهور گفت: این سند با هدف کاهش شیوع بیماری‌های قلبی و عروقی، دیابت، کبد چرب و... تدوین شده که مهم‌ترین عوامل مرگ‌ومیر در کشور هستند و چاقی هم یکی از عوامل مؤثر در بروز این بیماری‌هاست. او تأکید کرد: چاقی یک بیماری مزمن و نیازمند درمان بلندمدت است و پایه اصلی درمانش هم اصلاح رژیم غذایی است. داروهای کاهش اشتها و داروهای تزریقی لاغری هم می‌توانند به این روند کمک کنند اما مصرف‌شان باید با تجویز و نظارت تیم پزشکی باشد.





تغذیه

در روزهای آلوده چه بخوریم؟

غزاله اسلامیان، متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی با تشریح بایدها و نبایدهای تغذیه‌ای در روزهای آلوده، بر مصرف کافی آب، میوه‌ها و سبزیجات تازه و منابع غذایی حاوی آنتی‌اکسیدان تأکید کرد و نسبت به مصرف غذاهای پرچرب و شیرینی‌های صنعتی هشدار داد. اسلامیان با اشاره به اینکه مایعات به میزان قابل توجهی اثرات مخرب آلودگی هوا بر سلامت را کاهش می‌دهد، گفت: دریافت مایعات را افزایش دهید، حداقل ۸لیوان آب در روز بنوشید و از آبمیوه‌های طبیعی به جای آبمیوه صنعتی استفاده کنید. استفاده از نوشیدنی‌ها و غذاهای حاوی کافئین را به حداقل برسانید و تاجایی که ممکن است از قهوه، نسکافه، چای پررنگ، نوشابه‌های گازدار و شکلات تلخ استفاده نکنید. این عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با اشاره به اینکه میوه‌ها و سبزیجات زرد و نارنجی سرشار از ویتامین A هستند، گفت: کدو حلوایی، هویج، فلفل دلمه‌های رنگی، خرمالو و نارنگی اثرات مخرب آلودگی هوا را به میزان قابل توجهی کاهش می‌دهند.

سبک زندگی

تحلیل عضله به جوان‌ها رسید

سارکوپنی یا بیماری مرتبط با کاهش حجم عضلات که زمانی یک بیماری مربوط به پیری تلقی می‌شد، امروزه دیگر مربوط به سنین بالا نیست و سبک زندگی، بی‌تحرکی و تغییر رژیم‌های غذایی به‌عنوان عوامل احتمالی کاهش سلامت عضلات در سنین پایین‌تر هستند. استفاده روزافزون از داروهای ضدچاقی، بعد دیگری به این بحث افزوده است. کاهش وزن همچنین می‌تواند شامل از دست دادن عضلات باشد. افزایش محبوبیت داروهای ضدچاقی، توجه‌ها را به سوی عارضه «سارکوپنی» (تحلیل عضلانی) نیز جلب کرده است. به‌گفته رئیس بخش غدد درون‌ریز کالج پزشکی کریستین، از دست دادن عضله، مختص این داروها نیست. او می‌گوید: هر میزان کاهش وزنی، صرف‌نظر از روش انجام آن، هرگز تنها به‌معنای کاهش چربی نخواهد بود. حدود ۷۰درصد از وزن کاهش‌یافته با مصرف این داروها ممکن است در اثر از بین‌رفتن چربی و ۳۰درصد آن ناشی از تحلیل عضله باشد. ممکن است افراد متوجه تحلیل تدریجی عضلات نشوند تا زمانی که این روند بر تحرک و استقلال آنها تأثیر بگذارد.