

رده سنی فیلم را جدی بگیرید

حسین دوماری، کارگردان فیلم سینمایی «بی‌دار»: فیلم سینمایی «بی‌دار» در حال حاضر با رده‌بندی سنی ۱۵+ روی پرده سینماهاست. این عدد نه تزئینی برای پوستر و تبلیغات، نه پیشنهادی سلیقه‌ای و نه عاملی دلخواه است که به میل خودمان نادیده‌اش بگیریم.



نویسنده‌ای که کلماتش از جنس زندگی بود

فرهاد قائمیان، بازیگر سینما، تلویزیون و تئاتر: رضا امیرخانی از آن دست نویسندگانی بود که فقط داستان نمی‌نوشت. او جهان‌بینی داشت و با کلماتش مخاطب را به تأمل درباره انسان، جامعه، هویت و معنای زندگی دعوت می‌کرد. رضا امیرخانی ازجمله نویسندگانی بود که کلماتش از جنس زندگی بود.

صفحه‌آرا: بهروز قلی‌پور

عکس‌نوشت

غلامرضا نیکخواه در همسایگی اکبر عبدی آرام گرفت

مراسم بدرقه و خاکسپاری پیکر غلامرضا نیکخواه، بازیگر پیشکسوت تئاتر، سینما و تلویزیون صبح چهارشنبه، چهارم آذر ۱۴۰۵ با حضور اعضای خانواده، جمعی از هنرمندان و همکاران و علاقه‌مندان به آثارش در قطعه هنرمندان بهشت‌زهرا(س) برگزار شد و پیکر او در کنار اکبر عبدی آرام گرفت. پژمان جمشیدی، حامد آهنگی، رایان سرلک، علی اوجی، وحید آقاپور، محسن کیایی، آرش ظلی‌پور و رویا میرعلمی ازجمله هنرمندان حاضر در این مراسم بودند. نیکخواه دوم آذرماه در ۷۸سالگی بر اثر ایست قلبی درگذشت.







جنگ در راه است

فجر ۴۵

۳ نسل از فیلمسازان ایرانی درباره جنگ ۴۰ روزه فیلم می‌سازند؛ فیلم‌هایی که قرار است به جشنواره چهل و پنجم فجر برسند



یکی از اتفاقات خاص جنگ ۴۰ روزه سقوط یک جنگنده آمریکایی در آسمان ایران بود که به‌دنبال آن عملیات گسترده‌ای برای یافتن و بازگرداندن خدمه جنگنده توسط آمریکا آغاز شد. این سقوط در دشت مهیار اصفهان رخ داد و تبدیل به یکی از پرچالش‌ترین عملیات نظامی برای آمریکا شد. جواد افشار در فیلم «باند سوخته» قصد دارد این ماجرا را تصویر کند. تهیه‌کننده این فیلم محسن علی‌اکبری است.

۳۱ اسفند سال گذشته و در جریان جنگ، ناوچه دنا در آب‌های بین‌المللی نزدیک سواحل سریلانکا هدف حمله نیروهای آمریکا قرار گرفت و غرق شد. محمدحسین لطیفی این اتفاق تراژیک را در فیلمی با نام «دنا؛ سرگرمی شیطان» تصویر خواهد کرد. هنوز جزئیاتی درباره بازیگران این فیلم منتشر نشده اما آنطور که گفته شده این فیلم برای حضور در جشنواره فجر آماده خواهد بود.

رسول صدرعاملی دیگر کارگردانی است که درباره جنگ فیلم خواهد ساخت. اینطور که صدرعاملی اعلام کرده فیلم جدیدش را که هنوز نامی ندارد، در مرحله پیش‌تولید دارد که با ۲ جنگ اخیر مرتبط است؛ هرچند گفته: «درباره جنگ به شکل مستقیم فیلم نمی‌سازم اما در فیلم آخرم به‌صورت غیرمستقیم به موضوعاتی مانند جنگ و تحریم پرداخته‌ام.»

علیرضا داوودنژاد پیش‌تر فیلمنامه «زوجه دیجیتال» را آماده داشت و برای آن پروانه ساخت دریافت کرده بود. این پروژه در حال حاضر متوقف شده و داوودنژاد از آبان‌ماه فیلمنامه جدیدی با موضوع جنگ ۴۰ روزه در دست دارد که به‌طور موقت عنوان «نصف جهان» برای آن انتخاب شده است. جزئیات بیشتری درباره داستان فیلم و اینکه چه زمان به مرحله تولید خواهید رسید، ارائه نشده است.

لیلی عاج در حال ساخت «تولد یک نجیب‌زاده» است که مثل کار محمدحسین لطیفی درباره حمله به ناو دناست. آنطور که خبررسانی شده امیرحسین آرمان از بازیگران این فیلم است و فیلمبرداری آن از منطقه کنارک آغاز خواهد شد. سعید سعدی، تهیه‌کننده فیلم تولد یک نجیب‌زاده است که در سیمافیلم و با حمایت ارتش ساخته می‌شود.

پلان



«غذای نیمروز» واجد شرایط گلدن گلوب

فیلم سینمایی «غذای نیمروز»، ساخته مجید مجیدی در فهرست آثار واجد شرایط رقابت در هشتاد و چهارمین دوره جوایز سینمایی و تلویزیونی گلدن گلوب قرار گرفت. نشریه ورایتی به‌صورت اختصاصی به این فهرست دست یافته است که نشان می‌دهد در شاخه بهترین فیلم غیرانگلیسی‌زبان در مجموع ۴۲ فیلم واجد شرایط رقابت شناخته شده‌اند. فیلم «غذای نیمروز» مجیدی که پیش از این موفق به کسب جایزه اصلی بهترین فیلم جشنواره بوسان شده نیز به نمایندگی از سینمای ایران در این شاخه از جوایز گلدن گلوب رقابت خواهد کرد.

هالیوود



اسپیلبرگ وسترن می‌سازد

استیون اسپیلبرگ پروژه بعدی خود را معرفی کرده است. این فیلم وسترن که فیلمنامه‌اش را پل توماس اندرسن می‌نویسد، براساس رمان «قلب در زمستان» کوین بری که سال ۲۰۲۴ منتشر شده، ساخته خواهد شد.

همکاری ۲ فیلمساز برنده اسکار گروهی از بازیگران مطرح ازجمله جسی باکلی، کیلین مورفی و مارک رایلنس را گرد هم می‌آورد. داستان فیلم درباره ۲ فراری است که در دهه ۱۸۹۰ تحت تعقیب قرار می‌گیرند. این نخستین بار است که اندرسن فیلمنامه‌ای کامل برای کارگردانی دیگر می‌نویسد.

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

برخی محموله‌های دارویی از ابتدای جنگ تحمیلی سوم هنوز به کشور نرسیده‌اند

مهدی پیرصالحی، رئیس سازمان غذا و دارو از نرسیدن برخی محموله‌های دارویی به کشور پس از گذشت چند ماه از آغاز جنگ تحمیلی سوم خبر داد و گفت: محدودیت‌های ارزی، مشکلات انتقال پول و موانع حمل‌ونقل باعث تأخیر در ورود بخشی از محموله‌های دارویی و تجهیزات پزشکی شده است.

خبرهایی که نمی‌بینید

دستورالعمل جدید توزیع شیرخشک

شهرام شعیبی، مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی، مکمل و شیرخشک سازمان غذا و دارو درباره ضوابط جدید توزیع شیرخشک گفته از این پس شرکت‌های پخش موظفند فرایند توزیع شیرخشک را حداکثر تا روز بیست‌وپنجم به پایان برسانند تا تأمین منظم داروخانه‌ها و استمرار دسترسی خانواده‌ها به این محصولات تضمین شود.

باکارشناس

هشدار درباره فیزیوتراپی‌های اینستاگرامی

رئیس انجمن علمی فیزیوتراپی ایران نسبت به مداخلات افراد فاقد صلاحیت در حوزه درمان و انتشار توصیه‌های غیرعلمی در شبکه‌های اجتماعی هشدار داد و گفت: برخی روش‌های تبلیغ‌شده در فضای مجازی می‌تواند به شکستگی استخوان و حتی آسیب نخاعی منجر شود.

به گفته ایرج عبداللهی به همشهری، رشته فیزیوتراپی طی سال‌های اخیر بالنده شده، اما در عین حال با چالش‌هایی مواجه است که یکی از این چالش‌ها، مداخلات در رشته فیزیوتراپی است و گسترش فعالیت‌های غیرتخصصی در فضای مجازی و ارائه توصیه‌های درمانی غیرعلمی، سلامت مردم را با خطر جدی مواجه کرده است.

او با بیان اینکه فیزیوتراپی یکی از رشته‌های جذاب و پرطرفدار علوم پزشکی است که در سال‌های اخیر توسعه قابل توجهی داشته است، عنوان کرد: همین موضوع موجب شده گروه‌های مختلفی به این حوزه ورود کنند و شاهد مداخلات غیرتخصصی در فعالیت‌های حرفه‌ای فیزیوتراپی هستیم. بخشی از این مداخلات از سوی افرادی در گروه‌های پزشکی صورت می‌گیرد که خارج از آموزش‌های بالینی و تخصصی خود وارد حوزه‌هایی مانند الکتروتراپی و سوزن خشک می‌شوند؛ درحالی که این موارد از مباحث تخصصی رشته فیزیوتراپی محسوب می‌شود.

به گفته این متخصص، نگرانی جدی‌تر اما ورود افرادی است که اساسا در گروه‌های پزشکی قرار ندارند و بدون برخورداری از آموزش و صلاحیت لازم، در حوزه‌هایی مانند ماساژ، تربیت بدنی و درمان‌های مرتبط با فیزیوتراپی فعالیت می‌کنند. بر این اساس شاهدیم برخی افراد فاقد صلاحیت با استفاده از شبکه‌های اجتماعی، به‌ویژه اینستاگرام، اقدام به جذب دنبال کننده و ارائه توصیه‌های درمانی می‌کنند. این افراد بدون داشتن دانش و تخصص کافی، اطلاعات نادرست و غیرعلمی در اختیار مردم قرار می‌دهند و گاهی با هدف تبلیغات و جذب مخاطب، روش‌هایی را معرفی می‌کنند که می‌تواند آسیب‌های جدی به سلامت افراد وارد کند.

رئیس انجمن علمی فیزیوتراپی ایران به مواردی از آسیب‌های این مداخلات هم اشاره کرد: در مواردی شاهد بروز آسیب‌های استخوانی، شکستگی و حتی صدمات نخاعی در نتیجه انجام مداخلات غیراصولی بوده‌ایم. زمان آن رسیده که برخورد جدی و مناسبی با این فعالیت‌ها صورت بگیرد. نهادهای قانونی و دستگاه‌های نظارتی باید با افرادی که بدون صلاحیت تخصصی وارد حوزه درمان می‌شوند، برخورد کنند.

هجوم دیابت به دنیای کودکان

زنگ خطر چاقی در کشور مدت‌هاست به صدا درآمده و چاقی کودکان، زمینه ابتلای آنها به دیابت نوع ۲ را فراهم کرده است



سبک زندگی

چاقی، فراموشی را زیاد می‌کند

یک پژوهش جدید در دانشگاه جورجیا نشان می‌دهد اضافه‌وزن در میانسالی می‌تواند روند پیری مغز و کاهش توانایی‌های شناختی را تسریع کند.

به گزارش همشهری، محققان در مطالعه‌ای ۲۴ ساله با بررسی بیش از ۸۲۰۰ نفر دریافتند افزایش شاخص توده بدنی با افت سریع‌تر حافظه، تمرکز و قدرت تصمیم‌گیری ارتباط دارد. این ارتباط به‌ویژه در افراد ۶۵ سال به بالا پررنگ‌تر بوده است. به گفته پژوهشگران، چربی اضافی بدن احتمالا از طریق افزایش التهاب مزمن، مقاومت به انسولین و کاهش جریان خون مغز به سلامت شناختی آسیب می‌زند.

با این حال، یافته‌ها نشان می‌دهد مدیریت وزن می‌تواند حتی در یک دوره ۲ ساله سرعت افت شناختی را به میزان قابل توجهی کاهش دهد. محققان تأکید می‌کنند کنترل وزن یکی از راهکارهای قابل اصلاح برای حفظ سلامت مغز و کاهش خطر زوال شناختی در دوران سالمندی است.

سلامت

معجزه پیاده‌روی بعد از غذا

پیاده‌روی کوتاه پس از صرف غذا و تغییر ترتیب خوردن مواد غذایی می‌تواند به کنترل قند خون کمک کند.

به گزارش همشهری، متخصصان توصیه می‌کنند وعده غذایی را با سبزی‌ها و خوراکی‌های حاوی فیبر آغاز کنید، سپس سراغ منابع پروتئینی مانند ماهی، مرغ و تخم‌مرغ بروید و در نهایت مواد غذایی حاوی کربوهیدرات مانند برنج را مصرف کنید. همچنین ۱۰ تا ۱۵ دقیقه پیاده‌روی آرام پس از غذا می‌تواند با تحریک انقباض عضلات و افزایش جذب گلوکز به کاهش قند خون کمک کند. در کنار تغذیه و فعالیت بدنی، خواب کافی و مدیریت استرس نیز در تنظیم قند خون و بهبود حساسیت به انسولین نقش دارند.

این عادت‌ها به‌ویژه برای افراد مبتلا به دیابت و کسانی که در معرض خطر ابتلا به آن هستند اهمیت دارد. البته افراد مصرف‌کننده انسولین و داروهای کاهنده قند خون باید تغییرات ورزشی و غذایی را با نظر پزشک انجام دهند تا دچار افت قند خون نشوند.