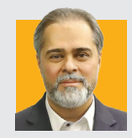
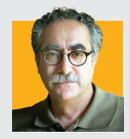


شکل‌گیری یک صندوق ارزی ۲۰ میلیون یورویی برای سینما

رائد فریدزاده، رئیس سازمان سینمایی: یکی از مصوباتی که در جلسه پیشین شورای عالی سینما داشتیم درخصوص شکل‌گیری یک صندوق ارزی یا در اختیار قرار دادن ۲۰ میلیون یورو است که ان‌شاءالله طی ۴ سال و هرسال ۵ میلیون یورو برای تولیدات مشترک اختصاص خواهد یافت./ ایسنا



امیدواری برای برگزاری جشن خانه سینما

فرهاد توحیدی، مشاور فرهنگی خانه سینما: متأسفانه جشن خانه سینما به دلایل مختلفی چند سالی برگزار نشده و امیدواریم سال آینده بعد از ۵ دوره وقفه (با داوری) برگزار شود. برگزاری انتخاب کتاب سال سینمایی هم که چند دوره توقف داشته، قرار است دوباره احیا شود./ مهر

صفحه‌آرا: بهروز قلی‌پور

رخداد

فقط ایران به ما امنیت می‌دهد

همایون شجریان هنگام دریافت لوح تقدیر جشنواره ۲۵

همایون شجریان در اختتامیه جشنواره ۲۵، همزمان با دریافت لوح تقدیر از محمدرضا شفیعی کدکنی بر تعلق خاطر خود به ایران تأکید کرد و گفت: «همه ما فرزندان ایران هستیم و برای ایران قلبمان می‌تپد.»

در این مراسم، لوح جشنواره توسط محمدرضا شفیعی کدکنی، شاعر و استاد برجسته ادبیات به شجریان اهدا شد. تقدیر از او یکی از بخش‌های رسمی اختتامیه بود که با حضور هنرمندان و عوامل آثار حاضر در جشنواره برگزار شد. همایون شجریان پس از دریافت این لوح، در سخنانی کوتاه به بیان نگاه خود درباره ایران و هویت ملی پرداخت.

او گفت: «همه ما فرزندان ایران هستیم و برای ایران قلبمان می‌تپد. آغوشش نخستین و آخرین جایی است که به ما امنیت می‌دهد و من بشخصه دلم می‌خواهد در آغوش ایران جان بسپارم.» سخنان شجریان با استقبال حاضران در سالن همراه شد و بخش قابل توجهی از واکنش‌ها در فضای اختتامیه را به خود اختصاص داد.

حضور شفیعی کدکنی در مراسم و اهدای لوح به شجریان نیز از نکات قابل توجه این رویداد بود. پیش از این هم همایون شجریان در پاسخ به این پرسش که اگر دوباره جنگ شود، چه خواهید کرد گفته بود: «اگر دوباره جنگ شود، باز هم در ایران خواهم ماند.»

روایت «کایه‌دو سینما» از غزه

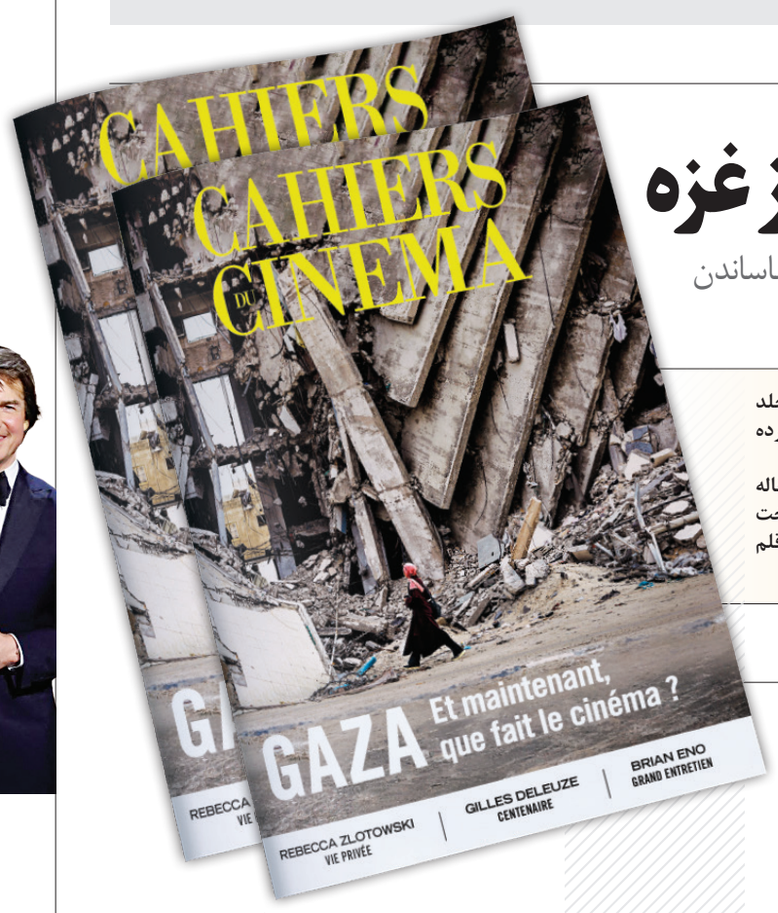
سرمقاله معتبرترین نشریه سینمایی جهان به نقش تصویر در شناساندن فاجعه‌ای که در غزه رخ داده می‌پردازد

گزارش

گروه ۲۴ | مجله معتبر «کایه‌دو سینما» در شماره نوامبر ۲۰۲۵ خود روی جلد عکسی از ساختمانی ویرانه در غزه و زنی در حال گذر از جلوی آن را منتشر کرده و پرونده‌ای ویژه سینما و غزه در آورده است.

در پرونده کایه دو سینما، از منظری متفاوت به غزه پرداخته شده است. این پرونده چند مقاله مبسوط درباره تصاویری که از غزه به جهان مخابره شده دارد و نقش تصویر را در شناخت فاجعه‌ای که در غزه رخ داده برجسته می‌کند. در زیر، ترجمه سرمقاله این مجله به قلم مارکوس اوزل را که تماما به موضوع غزه و سینما اختصاص دارد می‌خوانیم.

Cahiers du cinéma



■ در شماره ژانویه ۲۰۲۴ مجله (شماره ۸۰۵) چندماه بعد از حملات ۷ اکتبر و وقتی که کشتار گسترده ارتش اسرائیل در غزه داشت هر روز وسیع‌تر می‌شد، پرونده‌ای منتشر کردیم درباره اینکه سینما در برابر چنین فاجعه‌ای اصلا چه می‌تواند بکند. آن موقع داشتیم در فیلم‌های قدیمی دنبال «قدرت/نیرو» می‌گشتیم، اما آوای موگرابی (کارگردان اسرائیلی) که همان وقت داشت اسرائیل را ترک می‌کرد و می‌رفت پرتغال، دیگر هیچ ضرورتی برای سینما نمی‌دید و الیاس صنبر (روزنامه‌نگار، مترجم و شاعر فلسطین) هم فکر نمی‌کرد شبکه‌های اجتماعی بتوانند «تصویر واقعی» آنچه را در غزه در حال وقوع است، منتقل کنند.

■ حالا بعد از تقریبا ۲ سال، تعداد زیادی فیلم به‌دست ما رسیده و دیدیم که شبکه‌های اجتماعی چه نقشی بازی کردند. اما این باعث نمی‌شود که باور کنیم «تصاویر» می‌توانند مسیر تاریخ را عوض کنند. ژیل دلوز که این شماره یک مجموعه درباره او منتشر می‌کنیم می‌گفت: «ضد اطلاعات، هرگز چیزی را تغییر نداده؛ فقط وقتی اثر دارد که «تبدیل به عمل مقاومت شود.» و اضافه می‌کرد: «یک خویشاوندی بنیادی بین اثر هنری و عمل مقاومت وجود دارد.»

■ در فلسطین، هنر بزرگ «شعر» است؛ مخصوصا با شخصیت مرکزی فرهنگ فلسطین: محمود درویش. شاید چون شعر، با «کمترین» چیزها می‌تواند «بیشترین» ارتفاع را بگیرد؛ هنری که می‌شود آن را در یک جیب، در لبه لباس یا حتی در یک کفش جا داد.

■ دلوز نمی‌گوید هنر به درد کسانی می‌خورد که با اسلحه می‌جنگند یا کسانی که وحشت را تحمل می‌کنند، می‌گوید ذاتش این است که «مقاومت» کند؛ با اینکه «استثنا» باشد در فرهنگ (به‌قول گدار) و با صرف «وجود داشتن»اش، در برابر نابودی، کورشدگی، مرگ و «هیچ» بایستد یا (اگر بخواهیم عینی‌تر بگوییم) در برابر حماقت، دروغ‌پراکنی و بی‌فرهنگی‌ای که امروز از طریق شبکه‌های خبری پخش می‌شود.

■ قبل از هرچیز، من ساده بگویم: ما خوشحالیم که این همه فیلم وجود دارد؛ چه داستانی، چه مستند، چه محصول رسمی، چه قاچاقی و از دل میدان کنده‌شده. هر نظری درباره‌شان داشته باشیم، به ما «چیز»ی نشان می‌دهند؛ حتی در بدترین حالت، دشواری «دیدن» را.

به همین دلیل، همه این مجموعه (کم یا زیاد) یک سؤال پشت خودش دارد؛ اینکه ما از «کجا» این فیلم‌ها را می‌بینیم؟ از چه انتظاری؟ از چه ضرورتی؟ نباید این را فراموش کرد؛ چون اگر فراموش کنیم، نوع حرف‌زدنمان درباره این فیلم‌ها می‌شود حرف‌زدن درباره «خودمان» و نیازمان به اینکه «آرام شویم» تا جایی که «سیاست» را جایگزین «احساساتی‌شدن» کنیم (و فقط مخصوص سینما هم نیست).

حالا بعد از تقریبا ۲ سال، تعداد زیادی فیلم به‌دست ما رسیده و دیدیم که شبکه‌های اجتماعی چه نقشی بازی کردند. اما این باعث نمی‌شود که باور کنیم «تصاویر» می‌توانند مسیر تاریخ را عوض کنند

دلوز نمی‌گوید هنر به درد کسانی می‌خورد که با اسلحه می‌جنگند یا کسانی که وحشت را تحمل می‌کنند، می‌گوید ذاتش این است که «مقاومت» کند

■ وقتی می‌شنوم یک منتقد در رادیو می‌گوید که فیلم «روحت را در دست بگیر و راه برو» ساخته سپیده فارسی، از طریق فاطمه حسونه، «چهره‌ای از غزه را نشان می‌دهد که هرگز ندیده بودیم»، می‌فهمم منظورش چیست. اما همزمان، چنین جمله‌ای نشان می‌دهد که ما چقدر «دور» از فلسطینیم که این‌قدر نیاز داریم برای این مردم، دردشان و مبارزه‌شان، «چهره» بتراشیم و ترجیحا یک چهره زیبا، جوان و نورانی.

■ بین لحظه‌ای که تصمیم گرفتیم یک مجموعه جدید درباره نقشی که سینما در این جنگ نسل کشانه داشته/دارد/می‌تواند داشته باشد، منتشر کنیم، تا لحظه بسته‌شدن شماره، در ۱۳ اکتبر آتش‌بس برقرار شد. خوشحال کننده است، ولی چیزی را در ضرورت دیدن این فیلم‌ها و ساختن فیلم‌های جدید عوض نمی‌کند. این وضعیت کشنده ۷ اکتبر ۲۰۲۳ شروع نشده بود و به‌نظر نمی‌رسد که زود تمام شود. باشد که این فیلم‌ها حداقل کمک کنند که سرمان را برنگردانیم و فکر نکنیم «بدترین» گذشته است.

هالیوود

تام کروز اسکار افتخاری دریافت کرد

در شانزدهمین دوره جوایز گاورنر، تام کروز جایزه اسکار افتخاری دریافت کرد. تام کروز در مراسم جوایز هیأت مدیره اسکار، جایزه اسکار افتخاری را دریافت و پس از آن یک سخنرانی احساسی درباره اشتیاق همیشگی‌اش به فیلمسازی ایراد کرد. جایزه افتخاری آکادمی توسط الخاندرو اینااریتو که جدیدترین فیلم کروز را کارگردانی کرده و هنوز فیلمی بدون عنوان است، به وی اهدا شد. این بازیگر که پیش از این ۴ بار نامزد جایزه اسکار شده، از فیلمسازی نه‌تنها به‌عنوان یک شغل، بلکه به‌عنوان آنچه او را تشکیل داده یاد کرد. تام کروز پس از دریافت جایزه اسکار افتخاری گفت: سینما مرا به سراسر جهان می‌برد.

سینمای ایران

«نهنگ عنبر ۳» ساخته می‌شود

علی قربان‌زاده، بازیگر سینمای ایران از دریافت پروانه ساخت «نهنگ عنبر ۳» خبر داد و گفت: سامان مقدم فیلم سوم پرطرفدار خود را می‌سازد. به گفته او، تیم سازنده پیش‌تر درخواست پروانه ساخت را ارائه کرده و مجوز نیز اکنون صادر شده است. قربان‌زاده با تأکید بر اینکه تهیه‌کنندگی «نهنگ عنبر ۳» را شخصا برعهده دارد، به فیلمزی گفت: پروژه در مرحله پیش‌تولید قرار دارد و پس از آماده‌سازی نهایی وارد فاز تولید خواهد شد. او درباره وضعیت حضور بازیگران اصلی زن فیلم با توجه به مهاجرت مهناز افشار و ویشکا آسایش بیان کرد: تصمیم‌گیری درباره فیلمنامه، تغییرات داستان، حذف یا اضافه شدن شخصیت‌ها و همچنین انتخاب بازیگران به‌طور کامل برعهده سامان مقدم است.

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

فیلم ذرات مگنت در هوای تهران غیرواقعی است

محسن فرهادی، رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به انتشار فیلمی درخصوص وجود ذرات مگنت از مشتقات آهن در فضای مجازی، تأکید کرد در شرایط این روزهای تهران وجود چنین ذرات بزرگی با واقعیت‌ها منطبق نیست.

خبرهایی که نمی‌بینید

مقاومت میکروبی، یکی از ۱۰ تهدید اصلی حوزه سلامت

محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت به مناسبت هفته جهانی آگاهی از مقاومت میکروبی، گفت: «مقاومت میکروبی» در گستره‌ای جهانی به یکی از ۱۰ تهدید اصلی در حوزه سلامت تبدیل شده‌است. پیش‌بینی می‌شود در سال ۲۰۵۰ مقاومت میکروبی با ۱۰ میلیون مرگ در سال، به یکی از نخستین عوامل مرگ‌ومیر جهانی تبدیل شود.

کوتاه‌تر از گزارش

عوامل سکته در خواب

در حالی که خواب باکیفیت دوستدار قلب است، حملات مغزی و قلبی می‌تواند در طول خواب نیز رخ دهد، به‌طوری که حملات مغزی و قلبی جدی می‌تواند منجر به مرگ قبل از بیدار شدن از خواب شود. آنچه شما بعد از ساعات کاری انجام می‌دهید و نمی‌دهید نیز بسیار بر احتمال یا عدم‌احتمال سکته تأثیرگذار است. برخی نکاتی که حتما باید رعایت شوند اینها هستند.

■ **خوردن شام دیرهنگام**

این کار می‌تواند سلامت مغز و قلب شما را در معرض خطر قرار دهد. وعده‌های غذایی دیرهنگام ممکن است ریتم شبانه‌روزی بدن شما را مختل کند و بر فشار خون و متابولیسم تأثیر منفی بگذارد. با گذشت زمان، این اختلالات ممکن است خطر ابتلا به مشکلات قلبی عروقی، ازجمله سکته مغزی را افزایش دهد. تحقیقات نشان داده است که خوردن آخرین وعده غذایی بعد از ساعت ۹ شب در مقایسه با زودتر شام خوردن، با خطر سکته مغزی بیشتری همراه است.

■ **لم دادن روی مبل**

بعد از شام، به‌خصوص بعد از یک روز طولانی، لم دادن روی مبل برای استراحت عصرگاهی می‌تواند وسوسه‌انگیز باشد. درحالی‌که استراحت مهم است، اما گذراندن زمان زیاد برای لم دادن در شب می‌تواند خطر سکته مغزی را افزایش دهد. البته همه اخبار هم در این مورد بد نیستند و خبر خوب این است که حتی مقدار کمی فعالیت می‌تواند مفید باشد.

■ **خطر نوشیدن الکل**

اگر فردی در ساعات بعدازظهر الکل بخورد، ممکن است بدون اینکه متوجه شود، زمینه را برای سکته مغزی فراهم کند. الکل التهاب را افزایش می‌دهد و به سلول‌ها آسیب می‌رساند. با توجه به تمام شواهد، کنار گذاشتن مصرف الکل می‌تواند راهی ساده برای کاهش احتمال خطر سکته مغزی و قلبی باشد.

■ **بیدارماندن تا دیروقت و خواب بیش از حد**

اگر تا دیروقت مشغول تماشای تلویزیون، چک کردن صفحه گوشی یا انجام کارهایتان هستید، ممکن است بیشتر از فایده ضرر کنید. تحقیقات نشان داده که خواب بیش از حد یا خیلی کم می‌تواند خطر سکته مغزی را افزایش دهد. با این حال، خوابیدن بیش از حد ممکن است حتی مضرتر از نخوابیدن به اندازه کافی باشد.

نمک ایرانی‌ها زیاد است

چرا ایرانی‌ها ۳ برابر میانگین جهانی نمک مصرف می‌کنند و چطور می‌شود مصرف این ماده مضر را کم کرد؟

گزارش

آرش نهاوندی | روزنامه‌نگار |

یکی از متخصصان تغذیه اخیرا به آمار نگران‌کننده‌ای از مصرف نمک در کشور اشاره کرده و گفته که مصرف نمک در کشور ۳ برابر میانگین جهانی است. این آمار نگران‌کننده نشان‌دهنده تغییر سبک تغذیه در سال‌های اخیر و روی‌آوردن مردم به غذاهای فرآوری‌شده پرسدیم است. به‌نظر بهترین پادزهر برای کاهش این آمار نگران‌کننده اتخاذ راهکارهای جدیدتر تغذیه و آشپزی باشد. مصرف نمک زیاد یکی از عوامل اصلی فشار خون و گرفتگی عروق و افزایش خطر بروز انواع سکته‌های مغزی و قلبی است؛ بنابراین نیاز به پیروی از راهکارهای کاهش مصرف نمک و تغییر سبک زندگی بیش از گذشته ضروری است. دکتر رضا همایونفر، متخصص تغذیه و استاد دانشگاه در گفت‌وگو با روزنامه همشهری راهکارهای کاهش سرانه مصرف نمک در کشور را تشریح کرده و بر جایگزینی نمک معمولی تأکید کرده است.

۱۸ گرم
متوسط مصرف روزانه نمک در کشور

۵ گرم
مقدار توصیه‌شده مصرف نمک در روز (معادل یک قاشق چای‌خوری)

راهکارهای ساده کاهش مصرف نمک

- کاهش مصرف غذای فرآوری‌شده
- ظرف نمکدان را از روی میز بردارید.
- به جای نمک از گیاهان و ادویه‌ها برای طعم‌دادن به غذا استفاده کنید.
- نمک مورد نیاز پخت‌وپز را کم و چاشنی‌هایی مثل سیر، آب مرکبات، چاشنی‌های بدون نمک یا ادویه جایگزینش کنید.
- برنج، ماکارونی، لوبیا و گوشت را از ساده‌ترین شکل آنها (تازه) تهیه کنید.
- میوه و سبزیجات بیشتری بخورید.
- مصرف سس‌ها، مخلوط‌ها و محصولات فوری، ازجمله ماکارونی آماده را محدود کنید.

حذف سدیم استفاده از پتاسیم

او با بیان اینکه یک‌سری نمک‌های کم‌سدیم را می‌توان جایگزین نمک کرد، توضیح می‌دهد: اینها یک‌سری نمک هستند که همان شوری را دارند، ولی عملا سدیم ندارند یا کم‌سدیم هستند. نمک رژیمی کم‌سدیم یا نمک دارای پتاسیم خوراکی درواقع نمکی است که تا حد امکان سدیم آن کاهش یافته و پتاسیم آن نسبت به سایر نمک‌ها افزایش داشته. درواقع مقدار پایین سدیم در این نوع نمک باعث کنترل و کاهش فشارخون می‌شود. این نمک را معمولا با نمک عادی و معمولی قاطی می‌کنند. این ترکیب در اغلب موارد از ۳۰ درصد نمک معمولی و ۷۰ درصد نمک پتاسیم تشکیل شده است و کمک می‌کند زمانی که مردم نمک در غذا استفاده می‌کنند، سدیم کمتری نسبت به معمول دریافت کنند.

اهمیت آموزش

دکتر همایونفر به این مسئله اشاره کرد که یکی از راهکارهای اصلی کاهش سرانه مصرف نمک در کشور آموزش است. او دراین‌باره توضیح می‌دهد: آموزش باید این جهت‌گیری را داشته باشد که درنهایت مردم چگونگی استفاده از نمک را بیاموزند. رژیم غذایی در این میان بسیار مفید است. رژیم «دش» که بهترین گزینه برای کاهش فشار خون محسوب می‌شود، دقیقا مناسب کم‌کردن مصرف سدیم است. در این رژیم کاهش مصرف سدیم و افزایش مصرف کلسیم و پتاسیم توصیه شده. این کمک می‌کند رگ‌ها کمی شل‌تر شوند و حالت ریلکس‌تری پیدا کنند تا فشار خون کم شود. رژیم «دش» در حد دارودرمانی توانایی کاهش فشار خون را دارد.

خبر روز

ویروس جدیدی در قم مشاهده نشده است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم با رد شایعات مربوط به شیوع یک «ویروس جدید» در قم تأکید کرد: مورد غیرمعمول یا ویروس جدیدی در قم مشاهده نشده و آنچه این روزها باعث افزایش مراجعات شده، همان ویروس‌های فصلی و رایج دستگاه تنفسی است که هر سال در این فصل با آن مواجه هستیم.

دکتر علی ابرازه، رئیس دانشگاه علوم پزشکی قم، با بیان اینکه نوسانات دمایی و تغییرات آب‌وهوایی، زمینه‌ساز افزایش ابتلا به بیماری‌های تنفسی می‌شود، افزود: افزایش موارد سرماخوردگی، آنفلوآنزا و سایر ویروس‌های فصلی طبیعی است و جای نگرانی درباره ویروس ناشناخته وجود ندارد.

دکتر ابرازه ضمن تأکید بر نقش مردم در کنترل این بیماری‌ها گفت: رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی، شست‌وشوی مداوم دست‌ها، پرهیز از حضور در تجمعات غیرضروری و استفاده از ماسک در مواقع ازدحام، ساده‌ترین و مؤثرترین راه‌ها برای پیشگیری از ابتلاست.

پاسخ به سؤالات پزشکی

چرا برخی افراد نفخ می‌کنند؟

نفخ شکم یا معده یکی از شایع‌ترین مشکلات گوارشی است و در واقع تجمع گاز در دستگاه گوارش است که باعث احساس سفتی و تورم در شکم می‌شود و گاهی با درد و ناراحتی همراه است. مثلا خوراکی‌هایی مانند لوبیا، عدس، کلم بروکلی و پیاز سرشار از فیبرها و قندهای پیچیده‌ای به نام رافینوز و فروکتان هستند. بدن انسان آنزیم کافی برای تجزیه کامل این ترکیبات را ندارد و درنتیجه این مواد به روده بزرگ می‌رسند و در آنجا توسط باکتری‌ها تخمیر می‌شوند و گاز تولید می‌کنند. علاوه بر این، سریع غذاخوردن، صحبت‌کردن موقع صرف غذا، جویدن آدامس، نوشیدن مایعات با نی هم باعث ورود هوای اضافی به دستگاه گوارش و در نتیجه نفخ می‌شود. اما بدن هر فرد واکنش متفاوتی به مواد غذایی نشان می‌دهد. بعضی از افراد به‌دلیل کمبود آنزیم‌های خاص (مانند لاکتوز برای هضم قند شیر) یا داشتن حساسیت به ترکیباتی مانند گلوتن، بعد از مصرف لبنیات یا غلاتی مانند گندم هم دچار نفخ می‌شوند.