

علی مطهری در توثیبتی نوشته است روسیه به ترکیه و عربستان سامانه پدافند اس ۴۰۰ داده است اما به ایران که کمک های پهبادی به او در جنگ با اکراین کرده است نمی دهد چون ممکن است در مقابله با اسرائیل به کار رود. همکاری راهبردی با ایران که آقای پوتین از آن دم می زند این گونه است.

پاسخ قاطع به تهدیدات اسرائیل

سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در حساب رسمی در شبکه اجتماعی ایکس، با انتشار پیامی کوتاه و قاطع به تهدیدات اسرائیل علیه سیدعباس عراقچی، وزیر امور خارجه ایران، واکنش نشان داد. در توثیت سپاه پاسداران آمده است: او نماینده جمهوری اسلامی ایران است.

پاکستان با آمریکا وارد جنگ می شود!

اظهارات نماینده مجلس سنای پاکستان اظهارداشته است: ترامپ احمق تهدید کرده که رهبر ما را به شهادت می رساند. آیت... خامنه ای رهبر سیاسی و مرجع تقلید ماست. اگر حمله کنید فقط حمله به ایران نیست و حمله به ماست و ما پاسخ می دهیم.

حمله شریعتمداری به موافقان مذاکره

حسین شریعتمداری گفته است: «اگرچه خسارت بار بودن مذاکره با آمریکا پیش از این نیز به وضوح قابل درک بود ولی می توان - با خوشبینی - افراد و جریان هایی را که بر طبل مذاکره می کوبیدند، فریب خورده تلقی کرد ولی اکنون، با جرأت و بدون کمترین تردیدی می توان گفت: کوک کردن ساز بد صدای مذاکره با آمریکا، اگر خیانت نباشد، که هست، نشانه غیرقابل انکاری از حماقت است و صد البته خائن و احمق، دو روی یک سکه اند!»

رابطه خود را با توده مردم اصلاح کنید

سعید لیل از فعال اصلاح طلب گفته است مادر دوسه دهه اخیر مردم را به شکل های مختلف از خودمان دور کرده ایم الان پنجره ای باز شده اگر فکر کرده ایم که این ابدی و ازلی است اشتباه می کنیم کور خوانده ایم اگر فکر کنیم همیشگی است این فرصت بی بدیل را نظام جمهوری اسلامی می تواند محکم نگه دارد و رابطه خودش را با توده مردم اصلاح کند.

دشمن، مردم ایران را نفهمیده است

علی شکوهی عضو شورای مرکزی مجمع ایناگران گفته است: کسانی با سابقه انقلابی ولی متاسفانه چون از حمله اسرائیل به کشور حمایت کردند، مهر خیانت به وطن در پیشانی ایشان خورده! دشمن براساس شکاف موجود دولت و ملت به جنگ و رژیم چنچ رو آورده است اما در تحلیل عمق این شکاف دچار خطای جدی شده اند و دشمن ستیزی تاریخی مردم ایران را نفهمیده اند.

سال هشتم

چهارشنبه

۱۱ • ۰۴ • ۱۴۰۴

۰۶ محرم ۱۴۴۷ / ۰۲ جولای ۲۰۲۵

■ اذان ظهر ۱۲:۰۸ ■ اذان مغرب ۱۹:۴۵

■ اذان صبح (فردا) ۰۳:۰۵ ■ طلوع آفتاب (فردا) ۰۴:۵۱

عزاداری شب پنجم ماه محرم – حسینیة اعظم زنجان



دریچه

محمد کاسبی:

وطن برای ایرانیان مفهومی مقدس دارد

توان، هیچ گونه همراهی و حمایتی را از آنان دریغ نکنیم. مدیرعامل صندوق اعتباری هنر با اشاره به شخصیت والاو سوابق درخشان بر جایگاه ارزنده محمد کاسبی به عنوان یکی از هنرمندان برجسته کشور اظهار داشت: آثار ماندگار و نقش آفرینی های این بازیگر محبوب در ذهن مخاطبان نقش بسته و از خاطره ها پاک نخواهد شد. سیدمجید پورا احمدی با اشاره به حضور اهالی فرهنگ و هنر در کنار مردم ایران در شرایط حساس افزود: در دوران تجاوز ۱۲ روزه رژیم صهیونیستی به کشورمان، اهالی فرهنگ و هنر، همراه و همدل با مردم و مسئولان، در عبور از شرایط دشوار کشور گام هایی مؤثر و ماندگار برداشتند. وی تصریح کرد: در شرایط بحرانی روزهای گذشته، نقش اثرگذار اهالی فرهنگ و هنر بیش از هر زمان دیگری نمایان شد. شاهد بودیم که این قشر فرهیخته، چگونه با تکیه بر ظرفیت های غنی خود در مسیر ایجاد انسجام اجتماعی، التیام بخشی به آلام مردم و تقویت روحیه امید و نشاط در جامعه، حضوری مسئولانه داشتند.

خانه بانوی بازیگر در جنگ آسیب دید

مریم معترف که خانه اش در جنگ تحمیلی رژیم صهیونیستی دچار آسیب شده، با تشریح خساراتی که به خانه وارد شده، از تلاش کارکنان آتش نشانی قدردانی کرد و در عین حال گفت: دلم پیش همسایه هاست. این هنرمند که خانه اش در انفجار خیابان مایونچی (مهناز) در محله عباس آباد دچار آسیب شده، درباره این اتفاق به ایسنا گفت: من در منزل و مشغول خواندن کتاب بودم که این انفجار رخ داد. خانه ما رو به روی خانه ای است که آن را هدف قرار داده بودند و موج انفجار سبب شد که خانه ما هم دچار آسیب شود. همه میشه ها شکست و سقف بالکن فرو ریخت و آب و برق و گاز کاملاً قطع شد و آسانسور هم از کار افتاد. او ادامه داد: در بررسی هایی که انجام دادند، مشخص شد که پی خانه آسیب ندیده ولی به دلیل خساراتی که وارد شده، خانه نیازمند بازسازی است. معترف با ابراز تأسف از اتفاقی که برای همسایگانش در این انفجار رخ داده، افزود:

آغاز «کارناوال» از هفته بعد

تیر منتشر می شود، ویژه برنامه «کارناوال تر» نیز روز یکشنبه. ۲۲ تیر ماه. در دسترس کاربران قرار می گیرد که به بررسی پشت صحنه، مراحل تولید و جزئیات پرودا کشن برنامه اختصاص دارد. در قسمت افتتاحیه «کارناوال» رامبد جوان ضمن معرفی برنامه، میزبان سرگروهان شامل رویا میرعلمی، امیرحسین رستمی، علی اوجی، امیرمهدی زوله، سامان احتشامی، محسن شریفیان، روزبه حصاری، سهیل مستجابیان، دانیال کاظمی، بامداد افشار، وحید آقاپور، سینا ساعی بود.

علت مرگ آهنگساز جوان چه بود؟

بایک صحرایی (ترانه سرا و کارگردان تئاتر) درباره مرگ زودهنگام بامداد بیات (آهنگساز) می گوید که او به علت سکنه مغزی درگذشته است. بایک صحرایی که با بامداد بیات دوستی داشت، در گفت وگویی با ایسنا درباره درگذشت این هنرمند جوان توضیح داد: طبق اعلام پزشکی قانونی، بامداد به علت سکنه مغزی درگذشته است. بامداد چند ساعتی در منزل تنها بوده و در حالی که در حمام بود، دچار سکنه مغزی و زمین خورده است و این امر موجب خونریزی مغزی او شده است. علت این سکنه هم تصادف شدیدی است که بامداد ۲۰ سال پیش داشته است. در زمان تصادف سطح هوشیاری او چهار بوده است و پزشکان قطع امید کرده بودند اما معجزه رخ داد و چون خیلی جوان بود

✎ صاحب امتیاز و مدیرمسئول: نپو ماهری نیک

✎ زیر نظر شورای سردبیری

✎ نشانی: تهران، چهاره راه یوسف آباد، خیابان فتحی شقایق به سمت ولیعصر یکاک ۱۸، ساختمان آفتاب، واحد۱

✎ تلفن: ۰۰۷۰۵۰۰۰۲۱۸۸۰۵۰۳۴۱، دوگنار: ۰۲۱۸۸۰۵۰۳۴۱ آگهی ها: ۰۴۶۵۷۰۲۱۸۸۰۵۰۳۴۱

✎ چاپ: همشهری ۲۰، تلفن: ۰۶۶۱۸۳۴۴۴

✎ توزیع تهران و شهرستان: نشر گستر امروز ۰۶۹۳۳۳۳۳۳

نشانی اینترنتی: www.armanmeli.ir

آیین نامه اخلاق حرفه ای

روزنامه آرمان ملی را

در سایت بخوانید

گزارش

پرونده حج ۱۴۰۴ بسته شد

امسال ۸۶ هزار و ۷۰۰ زائر و عوامل اجرایی کشورمان در قالب ۵۹۸ کاروان از ۱۵ اردیبهشت تا ۱۰ خرداد در قالب مدینه اول به تدریج برای انجام مناسک حج راهی سرزمین وحی شدند و با بازگشت آخرین حجاج، پرونده حج ۱۴۰۴ بسته شد. به گزارش ایرنا، زائران این دوره (مدینه اول) از حج تمتع در طول مدت ۲۶ روز از طریق ۲۲ فرودگاه کشور در استان های مختلف راهی عربستان سعودی شدند. براساس برنامه ریزی های صورت گرفته و با هدف کاهش هزینه هاسفر این دوره زائران حدود ۲۵ تا ۲۵۰ روز در نظر گرفته شد تا حجاج مدینه اول از ۱۵ خرداد تا ۱۰ تیر به کشور بازگردند اما متاسفانه این روند به دلیل هجوم وحشیانه رژیم غاصب صهیونیستی و آغاز جنگ تحمیلی دچار چالش شد. با وجود ایجاد بحران به خصوص در برنامه بازگشت حجاج، تمامی اعمال حج از قبیل زیارت مدینه منوره، مسجدالنبی، بقیع، مکه مکرمه، مناسک حج در قالب طواف، وقوف در عرفات، رمی جمرات و دیگر اعمال به خوبی به انجام رسید. حج تمتع امسال با توجه به افزایش تعرفه های اسکان و پذیرایی برای هر زائر بنا به نوع کاروان و کیفیت آن ۲۴۰ تا ۲۸۸ میلیون تومان هزینه در بر داشت. گفتنی است زائران واجد شرایط با توجه به فراخوان سازمان حج و زیارت از ۱۹ تا ۲۴ دی سال گذشته با مراجعه به سامانه سازمان حج و زیارت و تکمیل پرونده و واریز مبالغ تعیین شده اقدامات خود برای اعزام به این سفر معنوی را به انجام رساندند. حدود ۶۰ درصد از زائران اعزامی به مدینه منوره و باقیقی پس از انجام مناسک، راهی مکه شدند. گفتنی است امسال اسکان زائران حج در ۱۹ هتل نزدیک حرم مدینه، ۵۷ هتل در مکه، ارائه ۵ گیگ اینترنت رایگان، ۶۰ دقیقه مکالمه، و انتقال زائران با قطار از مدینه به مکه به عنوان امکانات رفاهی برای زائران در نظر گرفته شد بود. البته ناگفته نماند پس از شروع جنگ تحمیلی توسط رژیم صهیونیستی و مسدود شدن آسمان ایران و منطقه، جابه جایی زائران کشورمان با مشکلات غیر منتظره مواجه شد. بنا بر اعلام معاون سازمان حج و زیارت، ۶۵ هزار تن از حجاج ایرانی از طریق مرز غرعر عربستان وارد خاک عراق و سپس وارد ایران شدند. مرتضی آقاینی در گفت وگو با خبرنگار ایرنا بیان کرد: با توجه به شرایط خاص منطقه و مسدود شدن فضای هوایی کشور و متوقف شدن تمامی پروازها، با هماهنگی های لازم تعامل و همکاری قابل تقدیر مسئولان عربستان و عراق عملیات انتقال حجاج ایرانی از طریق مرز غرعر عربستان سعودی به داخل خاک عراق انجام گرفت. همچنین حجاج ایرانی پس از ورود به عراق به منظور زیارت به شهرهای نجف اشرف یا کربلا اعزام شدند. به گفته معاون سازمان حج و زیارت، در نهایت ۶۵ هزار حاجی کشورمان در سلامت کامل از طریق مرزهای شلمچه و مهران وارد کشور شده و با اتوبوس های از قبل آماده شده راهی خانه و کاشانه خویش شدند.

جشنواره

کارگردان ایرانی

داور جشنواره فیلم کوتاه یونان شد

کسری تیرسحر کارگردان ایرانی، برای سومین بار متوالی به عنوان عضو هیأت داوران جشنواره بین المللی فیلم کوتاه و مستقل (GIFF) یونان انتخاب شد. جشنواره بین المللی فیلم کوتاه و مستقل Genesis International (Film Festival) (GIFF) یکی از رویدادهای معتبر جهانی در زمینه فیلم کوتاه و مستند است که با هدف ارتقای فیلمسازان مستقل، حمایت از آنها و نمایش آثار منتخب از سراسر جهان برگزار می شود. کسری تیرسحر که پیش از این نیز دو بار در هیأت داوران این جشنواره حضور داشته، امسال برای سومین سال پیاپی به این عنوان برگزیده شده است. وی همچنین با ساخت فیلم کوتاه «گالو» که بیش از ۱۰۰ جایزه بین المللی کسب کرده، شناخته می شود. جشنواره GIFF امسال در کشورهای مختلفی از جمله روسیه، چین، یونان و برزیل برگزار می شود و داوری آثار توسط کارشناسان برجسته صنعت سینما انجام می گیرد. افتتاحیه و اختتامیه این رویداد در یونان است. تیرسحر، کارگردان سینما، فارغ التحصیل کارشناسی ارشد سینما از دانشگاه هنر تهران پیش از این نیز به عنوان یکی از اعضای هیأت داوران بخش بین الملل جشنواره جهانی فیلم کوتاه و مستقل (RIFF) اتریش و چند جشنواره بین المللی دیگر در آمریکا و کلمبیا انتخاب شده بود. این کارگردان در گفت وگو با ایرنا اظهار کرد: جشنواره GIFF در سال های اخیر جای خود را در میان جشنواره های معتبر فیلم کوتاه پیدا کرده و با نگاهی جهانی، به خوبی توانسته یلی میان فرهنگ ها و زبان های مختلف بسازد. تیرسحر افزود: آثار امسال جشنواره تاینجایی کار تنوع چشمگیری داشتند، چه از نظر جغرافیای تولید و چه از نظر فرم و روایت. خوشحال کننده بود که بسیاری از فیلم ها رویکردهای تازه ای در بیان مسائل انسانی و اجتماعی داشتند. به گفته وی یکی از ویژگی های منحصربه فرد جشنواره GIFF، نمایش هم زمان فیلم های منتخب در چندین کشور است. این ویژگی نه تنها به آثار فرصت دیده شدن در مقیاسی جهانی می دهد، بلکه تجربه ای چندفرهنگی برای تماشاگران و فیلمسازان خلق می کند. برای من، داوری در GIFF همواره فرصتی بوده تا با تازه ترین صداهای سینمای مستقل جهان آشنا شوم. این تجربه نه فقط داوری، بلکه یک گفت وگوی فرهنگی مداوم است. تیرسحر گفت: دعوت شدن برای سومین بار به عنوان داور در GIFF برای من هم افتخارآمیز است، هم نشان دهنده تداوم یک اعتماد متقابل، تلاش می کنم با نگاهی مسئولانه و دقیق، در انتخاب آثار نقش مؤثری داشته باشم. کار در کنار داورانی از ملیت های مختلف، کمک می کند که نگاه ما به فیلم ها از زاویه های تازه ای شکل بگیرد. این تبادل تجربه، خود نوعی یادگیری است. وی تأکید کرد: فیلم کوتاه ظرفیتی دارد برای تجربه گری و بیان شخصی و جشنواره هایی مثل GIFF به دیده شدن این صداهای تازه کمک می کنند.

اینفوگرافیک

چگونه پس از حادثه استرس خود را کنترل کنیم؟

ذهن و بدن فرد بعد از مواجهه با رویدادی تهدیدکننده و ترسناک مانند جنگ حتی اگر خطر واقعی وجود نداشته باشد، در حالت آماده باش قرار می گیرد که برای درمان این اختلال توصیه هایی ارائه می شود

علائم استرس

فرار فرد از موقعیت های مشابه

گوش به زنگی مفرط

مشکل تمرکز و از جا پريدن

باز تجربه کردن (کابوس های مکرر و فکرهای مزاحم درباره حادثه)

راه های مدیریت استرس

دنبال کردن اخبار از منابع معتبر

حمایت عاطفی افراد خانواده و دوستان

فعالیت بدنی، تغذیه متعادل و خواب کافی

تنفس آگاهانه (مدیتیشن، یوگا و ریلکسیشن)

ISNA

منبع: ایسنا