

غیر محرمانه

دیدگاه عجیب امیری فر درباره جلیلی

وقتی کسی مانند عباس امیری فر به عنوان چهره شناخته شده نزدیک به احمدی نژاد درباره سعید جلیلی اظهار نظر می کند، می توان عمق ماجرا را دریافت. امیری فر در پاسخ به اینکه «اخیرا آقای جلیلی از هر تریبون برای حمله به دولت استفاده می کند، به خصوص ماجرای رشد ۸ درصدی و احتمالات بر سر مذاکره با آمریکا از مواردی است که ایشان را نگران کرده است.» از سوی دیگر به رغم اینکه ایشان از کمک به دولت می گوید اما این حملات خیرخواهانه نشان داده نمی شود، اظهار کرد: ایشان چند دوره است که می خواهد رئیس جمهور شود و یک عقده برای او شده است. او به دلیل اینکه رئیس جمهور نشده دارد با دخالت در امور دولت ضربه می زند.

حمله به عملکرد ارفقی پور

فعالیت ارفقی پور در فضای مجازی با تمرکز بر ماجرای خانواده یکی از مسئولان وارد مرحله تازه ای شد. وی که از سوی طرفدارانش استاد خطاب می شود، با فعالیت های اخیرش موجب ریزش برخی از طرفدارانش شده است. اخیرا ویدئویی منتشر شده از فردی به نام پورمسعود که در آن به شکل سنگینی به فعالیت وی حمله می کند. او در این ویدئو کوتاه هشدار می دهد که هرکاری که در عالم انجام بدهید، بر سر شما خواهد آمد.

عطر زدن زنان در سوریه؛ ممنوع!

در حالی که سرکرده طرف پیروز در سوریه قیلا تلاش می کرد از خود چهره ای مینارو بسازد، این تلاش با انتشار دستورالعمل رعایت پوشش رنگ و بوی دیگری گرفته و ماهیت تکفیری خود را به نمایش گذاشته است. در بروشور تبلیغاتی شروط حجاب شرعی در سوریه آمده است: همه بدن را بپوشاند. همانند پوشاک زنان غیرمسلمان یا مردان نباشد. یهن و گشاده باشد و تنگ یا چسبان نباشد. معطر و عطراگین نباشد. شفاف و نازک نباشد. آراسته به زیورآلات نباشد. متمایز و نامتعارف نباشد.

اوج تنش در رابطه زاکانی و شورا

درگیری و تنش بین برخی از اعضای شورای شهر تهران و زاکانی اوج گرفته است. از زمانی که گفته شد زاکانی برای خرید واگن و اتوبوس به چین سفر کرده، این درگیری تقریبا پیوسته بوده است. هربار شورای شهر از زاکانی می خواست که روشنتری کند، زاکانی انتظار شورا را برآورده نمی کرد. این درگیری به جایی رسید که محمد علیخانی رئیس کمیسیون عمران و حمل و نقل شورا می پرسد: دقیقا چه تحولی ایجاد کرده اید؟ سوال مطرح شده از زاکانی در همین حد نماند و کلمات سنگین تر و انتقاد از زاکانی شدیدتر شد. وی افزود: واقعیت این است که این ها توانایی نظافت و جمع آوری زباله در خیابان ها را هم ندارند، چه برسد به اینکه بروند واگن بخرند.

بوم گردی خانوادگی و ساده زیستی در دل طبیعت بوزان



بوم گردی بام بوزان، نزدیک شهر تاریخی نیشابور و تکیه داده بر رشته کوه بینالود است در دل منطقه ای چشم نواز، خانواده سید ابوالقاسم حسینی و همسر مهربانش زهرا محبوبی نیا با فرزندان شان به خاطر نشاط و همدلی خانوادگی و عشق به ایرانگردی توانستند در این هفت سال بدون حتی یک ریال کمک سازمانهای مربوطه دولتی خانه ای قدیمی را بازسازی و پذیرای میهمانان زیادی از ایران و سراسر جهان باشند. بی تردید عنصر اصلی دوام کار آنها نه تنها تمیزی محل اقامت و غذاهای سالم و طبیعی، بلکه گشاده رویی تک تک اعضای این خانواده کوچک ایرانگرد بوده که رفته رفته بر شمار دوستان آنها افزوده و اینک خانواده ای بزرگ به جای گذاشته که هم آبروی منطقه خودشان هستند و هم نمادی از مهربان پذیری و فرهنگ ایرانی.

دریچه

پرتوهای درباره استاد مرعشی نجفی

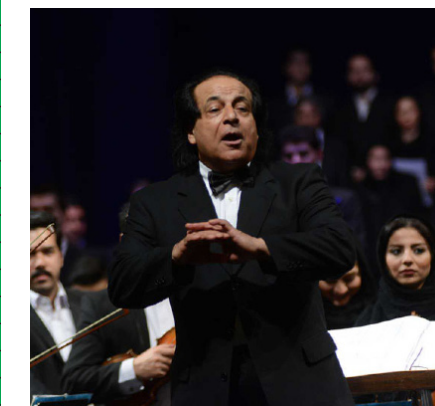
می تواند تأثیری ماندگار بر جامعه بگذارد. این مستند تنها درباره یک شخصیت نیست، بلکه درباره ارزش های انسانی و مسئولیت هایی است که هر یک از ما در قبال فرهنگ و هویت خود داریم. او در پایان گفت: قطعا شخصیت هایی مانند دکتر سید محمود مرعشی نجفی، گنجینه های زنده ای هستند که داستان زندگی و خدمات آن ها به ایران عزیز، باید برای نسل های آینده ثبت شود. عوامل این فیلم عبارتند از: مجری طرح محراب محمدزاده، تحقیق سیامک صدیقی، محمد آسیابانی، مدیر فیلم برداری احسان استاد محمدی، تدوین علی مهراری، انتخاب موسیقی علی موسی خانی، صدابردار مجید نجاتی، صداگذار پیمان نجفی پور، صحنه آرا سیاوش درخشی، فیلم بردار نیما خوش لهجه، دستیار فیلم بردار احمد حیدری، دستیار صدابردار محمد اشرف پور، مشاور علمی محمد ارچلو، مشاور رسانه ای سیده الهام کاظمی و تیتراژ حسن علیزاده فرد.

بی وقفه او در قالب مستند بود. لذا سعی کردم به گونه ای داستان زندگی ایشان را روایت کنم که علاوه بر معرفی وی، تأثیر تلاش هایش بر جامعه علمی و فرهنگی نیز به تصویر کشیده شود. عباسی با اشاره به جذابیت زندگی و سلوک سید محمود مرعشی نجفی، اظهار کرد: برای من، شیوه مدیریت و دیدگاه آینده نگرانه او بسیار الهام بخش بوده. اینکه چگونه توانسته است این گنجینه عظیم را در برابر آسیب های مختلف حفظ کند. همچنین نقشی که در مشاوره و راهنمایی محققان ایفا می کند، جنبه ای از زندگی اوست که جذابیت ویژه ای دارد. کارگردان مستند «سلیمان ملک کتاب» تأکید کرد: امیدوارم مخاطبان با دیدن این مستند، بیشتر و بهتر با ارزش و جایگاه میراث فرهنگی و علمی ایران و جهان اسلام آشنا شوند و اهمیت حفظ آن را درک کنند. تلاش کردم تا با روایت زندگی سید محمود مرعشی نجفی، نشان دهم که چگونه تعهد، تلاش و عشق به علم و فرهنگ

مستند «آئینه عمر»، پرتوهای درباره آیت... سید محمود مرعشی نجفی نسخه شناس و تولید کتابخانه آیت... مرعشی نجفی (ره) پنجشنبه ۲۰ دی ساعت ۱۹ از شبکه چهار پخش می شود. به گزارش مهر، سومین فیلم از فصل دوم مجموعه مستند «آئینه عمر»، پرتوهای درباره آیت... سید محمود مرعشی نجفی نسخه شناس و تولید کتابخانه آیت... مرعشی نجفی (ره) با عنوان «سلیمان ملک کتاب» است که با تهیه کنندگی صدرا صدوقی و کارگردانی رضا عباسی پنجشنبه ۲۰ دی، ساعت ۱۹:۰۰ از شبکه چهار سیما پخش می شود. رضا عباسی، کارگردان این مستند گفت: ساخت مستند درباره دکتر سید محمود مرعشی نجفی، فعالیت هنری جذاب و در عین حال عمیق بود. او نه تنها متولی کتابخانه آیت... مرعشی نجفی (ره)، بلکه نمادی از تلاش مستمر برای حفظ میراث علمی و معنوی شیعه است. در حقیقت تلاش اصلی ما در فیلم، بیان کامل و دقیق ابعاد شخصیتی و فعالیت های

بزرگاری نخستین کنسرت سال نو میلادی

علی رهبری در روسیه



نخستین کنسرت سال میلادی ۲۰۲۵ علی رهبری آهنگساز و رهبر بین المللی ارکستر پنجم بهمن ماه در تالار اپرای مارینسکی سنت پترزبورگ روسیه برگزار می شود. به گزارش ایرنا، پس از اتمام تور کنسرت های علی رهبری آهنگساز و رهبر بین المللی ارکستر همراه با پنج ارکستر مختلف در کشور چین، وی روز جمعه - پنجم بهمن ماه - برای اجرای نخستین کنسرت سال نو میلادی، با برنامه ای ویژه روی صحنه خواهد رفت. این کنسرت بیست و یکمین برنامه علی رهبری در سمت رهبر دائمی مهمان اپرای مارینسکی خواهد بود. در این کنسرت، پوتم سمفونیک مشهور «چنین گفت زرتشت» اثر ریشارد اشتراوس آهنگساز آلمانی اجرا خواهد شد. یکی از دلایل شناخته شده بودن این اثر، استفاده از بخش اول آن (طلوع)، در تیتراژ آغازین مجموعه «ادیسسه فضایی» است. بخش ابتدایی قطعه به خوبی در فرهنگ عمومی دنیا شناخته شده است و اغلب به عنوان نشانه ای از یک واقعه مهم در حال وقوع مورد استفاده قرار می گیرد. کتاب «چنین گفت زرتشت» نوشته فردریش نیچه فیلسوف و شاعر آلمانی، مستقیما الهام بخش ریچارد اشتراوس (۱۹۴۹-۱۸۶۴)، موسیقی دان آلمانی شد که در سال ۱۸۹۶ پوتم سمفونیک به نام «چنین گفت زرتشت» (اپرای ۳۰) را ساخت که از درخشان ترین آثار در این نوع از موسیقی است. با توجه به اینکه نوشته نیچه هیچ ارتباطی به گفتار زیبای زرتشت واقعی ندارد، علی رهبری پوتم سمفونیک روی گفته های واقعی زرتشت آهنگسازی کرد و به کمک باربد بیات نت نویسی این قطعه را در نرم افزار سیبلیوس انجام داد.

بخشی از این گفتار بدین شرح است: «بیگناه باش تا بیم نداشته باشی، سپس دار باش تا لایق نیکی باشی، راستگو باش تا استقامت داشته باشی، متواضع باش تا دوست بسیار داشته باشی، دوست بسیاری داشته باش تا معروف باشی، سخی و جوانمرد باش تا آسمانی باشی، چالاک باش تا هوشیار باشی» این اثر که برای خواننده تور و گروه کر و ارکستر بزرگ سمفونیک نوشته شده نوشته است برای نخستین بار

نمایش

واریز کمک هزینه گروه های تئاتری تا هفته دیگر

دبیر اجرایی چهل و سومین جشنواره بین المللی تئاتر فجر از واریز کمک هزینه برای گروه های تئاتری وارد شده به جشنواره تا هفته آینده و ایزنی با سه هتل برای اسکان آنان خبر داد. سعید نجفیان دبیر اجرایی چهل و سومین جشنواره بین المللی تئاتر فجر درباره فعالیت های اجرایی جشنواره بیان کرد: فعالیت های دبیرخانه جشنواره تقریبا در نشست خبری عنوان شد اما در ادامه فعالیت ها باید بگویم، برنامه اجراها قطعی شده است و تصمیم گیری های آخر درباره لیست نهایی گروه های شرکت کننده و جدول اجراها در بخش مسابقه، مهمان و همچنین بخش ویژه اطلاع رسانی خواهد شد. جدول اجراهای محیطی و خیابانی نیز نهایی شده که در همین راستا اطلاعات لازم به گروه های حاضر نیز داده شده است. او ادامه داد: لیست کمک هزینه اولیه گروه ها آماده شده است و فکر می کنم کمتر از یک هفته آینده این کمک هزینه برای گروه ها واریز می شود. این کمک هزینه به این منظور در نظر گرفته شده است تا گروه ها بتوانند هزینه رفت و آمد، آماده سازی دکور، تبلیغات و... را مدیریت کنند. دبیر اجرایی جشنواره درباره سالن های حاضر در این رویداد هنری و همچنین چالش های حريم تئاتر شهر عنوان کرد: همان طور که می دانید به سرعت درحال پیشبرد کارها و امور هستیم و باید اطلاع دهم که هماهنگی سالن های حاضر در این دوره از جشنواره انجام شده و نامه نگاری های مورد نظر صورت گرفته است. وقتی ما درحال برگزاری یک جشن بزرگ هستیم باید ملزومات آن را نیز فراهم کنیم و امیدوارم فضای بیرونی تئاتر شهر برای میزبانی از گروه های حاضر در جشنواره آماده شود. نجفیان افزود: تلاش بر این است که محوطه تئاتر شهر تا زمان شروع جشنواره چهل و سوم آماده شود. دبیر اجرایی جشنواره تئاتر فجر ادامه داد: اکنون دیگر وقت جشن و امیدآفرینی است، زمان اینکه ثمره یک سال تلاش تئاتر را ببینیم و با دیدن تئاتر و ارتباط با مفاهیم فرهنگی و همچنین با تبادل فرهنگی جشنواره را به نیکی و خوشی شروع کنیم. نجفیان درباره اسکان و کمک هزینه های گروه های شرکت کننده، عنوان کرد: با سه هتل برای اسکان گروه هایی که از شهرستان مهمان ما هستند صحبت شده است. کمک هزینه ای که بیش تر عنوان کردم، صرفا برای این است که گروه ها بتوانند امکان اولیه آمدن به تهران را داشته باشند و بالاخره یک هزینه هایی نیز برای نوسازی دکور نمایش ها لازم است؛ این کمک هزینه در حدی است که کفاف این موارد را می دهد. او درباره مکان اجراهای محیطی و خیابانی بیان کرد: در ابتدا باید بگویم که ما دوست داریم این شور و شوق در تئاتر شهر رخ دهد چراکه تئاتر شهر اصلا زیبایی مخصوص به خود را دارد؛ اگر فضای تئاتر شهر برای جشنواره آماده نشد فضاهای دیگری را برای بخش رقابتی استفاده می کنیم. نجفیان در پایان گفت: تئاتر در کشور ما بسیار سخت است. کنشورهای دیگر را نمی دانم اما در ایران به چشم می بینم که این هنر به چه اندازه سخت و گران است. تئاتر بسیار پر هزینه و بسیار درگیر چالش است اما تئاتری ها یاد گرفته اند که این چالش ها را جزئی از تئاتر باور کنند. طبیعت ما این است که با هر آن چیزی که هست بتوانیم بسازیم و در این شرایط بهترین ها را ارائه کنیم، امیدوارم مجموعه ستاد اجرایی که در بخش های مختلف چهل و سومین جشنواره بین المللی تئاتر فجر کار می کنند، بتوانند در این اتفاق سرلند باشیم و برای خردمان و برای دوستانی که چه از ایران چه از خارج از کشور میزبان آن ها هستیم خاطره خوبی به جا بگذاریم. چهل و سومین جشنواره بین المللی تئاتر فجر، سوم تا ۱۳ بهمن به دبیری خیرا... تقیانی پور در تهران برگزار خواهد شد.

خبر آخر

دیدار شاهسواری باروسای صوف سینمایی

دبیر چهل و سومین جشنواره فیلم فجر با هدف هم افزایی برنامه های پیش روی جشنواره، با روسای صنف خانه سینما دیدار و گفت و گو کرد. به گزارش روابط عمومی چهل و سومین جشنواره فیلم فجر؛ صنف صنف خانه سینما ضمن ارائه توضیحاتی در خصوص برنامه های پیش روی جشنواره، در جریان پیشنهادهای صنف مختلف جهت برپایی باشکوه جشن ملی سینمای ایران قرار گرفت. در این دیدار برخی از حاضران در جلسه ضمن ابزار خرسندی از حضور یکی از اعضای صنف سینمای ایران در جایگاه دبیر جشنواره فیلم فجر، خواسته های صنفی خود را مطرح کردند و شاهسواری نیز با استقبال از پیشنهادهای کاربردی مطرح شده بر لزوم به کارگیری آن توسط ستاد اجرایی جشنواره تأکید کرد. در این دیدار که علی رهبری مدیرعامل خانه سینما نیز حاضر بود، روسا و نمایندگان صنفی همچون کانون کارگردانان سینما، بازیگران، کارگردانان مستند، دستیاران کارگردان و برنامه ریزان، بخش کنندگان فیلم، تهیه کنندگان مستند، بدلکاران، تدوینگران، جلوه های بصری، چهره برداران، دستیاران مدیران، صدابرداران، صداگذاران، طراحان فنی و مجریان صحنه، طراحان فیلم، مدیران تبلیغات، عکاسان، فیلم کوتاه، فیلمبرداران، فیلمسازان انیمیشن، فیلمنامه نویسان، کارکنان لابراتوار، مدیران تدارکات، منتقدان و ۱۲۰ ارکستر مطرح دنیا و ضبط حدود ۲۵۰ الیوم اثر موسیقی کلاسیک جهانی با مهم ترین ارکسترها و اپراهای دنیا یکی از مطرح ترین چهره های موسیقی ایران است.

اینفوگرافیک

منبع: نگین نصراللهی

چگونه از ایجاد سنگ کلیه پیشگیری کنیم؟

- نوشیدن ۸ تا ۱۰ لیوان آب و مایعات
- رژیم DASH سرشار از سبزیجات، میوه ها و غلات کامل
- محدود کردن مصرف نمک اضافی
- کاهش مصرف غذاهای حاوی پورین (ماهی، مرغ، گوشت)
- محدود کردن مصرف محصولات لبنی و گوشت های چرب اسیدی
- رژیم غذایی DASH برای جلوگیری از افزایش فشار خون

رژیم غذایی DASH مخفف عبارت "Dietary Approaches to Stop Hypertension" به معنای «رویکردهای تغذیه ای برای جلوگیری از فشار خون بالا» است