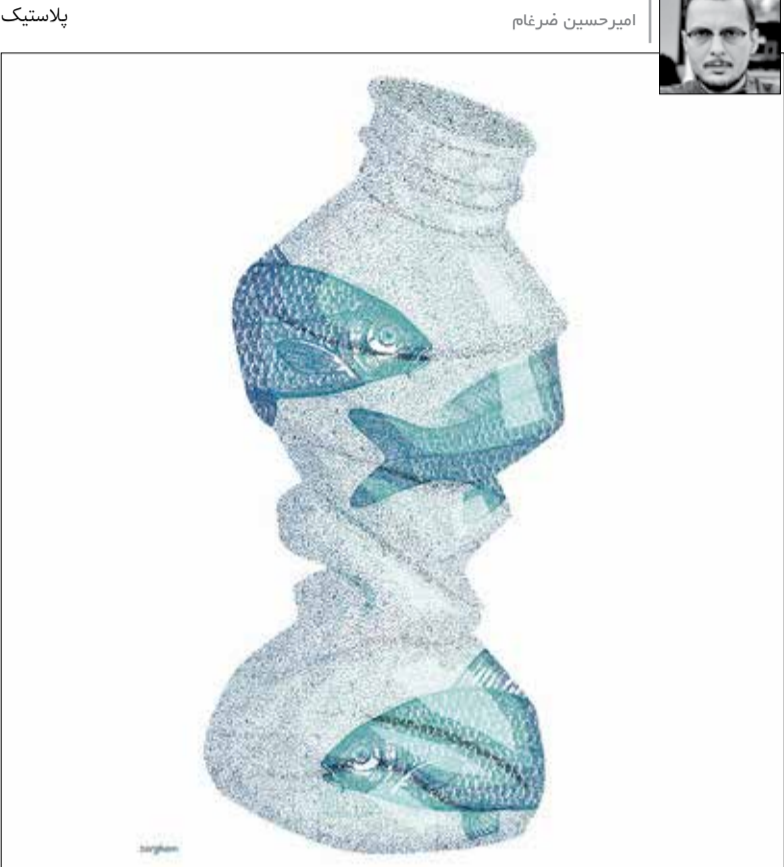


<p>تلفن: ۸۸۷۶۱۷۴۰ نمابر: ۸۸۷۶۱۲۴۶ ارتباط مردمی: ۸۸۷۶۹۰۷۵</p> <p>پيامک: ۳۰۰۰۴۵۱۲۱۳ روابط عمومی / نشانی: تهران خیابان خرمشهر،شماره ۲۰۸</p> <p>مصدوق پستی: ۵۳۳۸۸-۱۵۸۷۵ / امور مشترکین: ۸۸۷۴۸۸۰۰</p> <p>چاپ: شرکت چاپ جام‌چم / سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی/ چاپخانه جام‌چم برتر برنا</p> <p>سازمان آگهی‌های روزنامه ایران: دارنده گواهی‌نامه ایزو ۹۰۰۱ از شرکت NISCERT تهران خیابان خرمشهر شماره ۱۶ / پذیرش سازمان آگهی‌ها: ۱۸۷۷ (۰۲۱)</p> <p>انتشارات مؤسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران: ۵-۸۸۵۴۸۸۹۲۰ http://irannewsaper.ir</p>	
<p>اذان ظهر ۱۲/۱۸ اذان مغرب ۱۸/۰۸ نیمه شب شرعی ۲۳/۳۴ اذان صبح فردا ۵/۲۲ طلوع آفتاب فردا ۶/۴۶</p>	
<p>امام‌زمان (عج): هرگاه غلَم و نشانه‌ای پنهان شود، غلَم دیگری آشکارگردد و هر زمان که ستاره‌ای افول کند، ستاره‌ای دیگر طلوع نماید.</p>	
<p>سخن روز</p>	<p>اثبات الهدهاد ج ص۱۵۱</p>

نگاره



امیرحسین ضرغام



#سمیرا زدرگری

انتشار خبر مخالفت همسر سمیرا زرگری سرمربی تیم ملی اسکی آلباین زنان برای حضور همسرش در رقابت‌های جهانی و ممنوع الخروج کردن او بازتاب زیادی در شبکه‌های اجتماعی داشت. تیم ملی اسکی آلباین زنان به همین دلیل بدون سرمربی اش راهی ایتالیا شد و کاربران شبکه‌های اجتماعی از تکرار ماجرای نیلوفر اردلان نوشتند: «تکرار تاریخ علیه زنان»، «چقدر شرم‌آور ه برای ما که در قرن ۲۱ بارها شاهد بودیم زن مسلمان ایرانی، به دلیل

ممنوع الخروج شدن توسط همسرش، از حضور در عرصه‌های علمی و ورزشی بین‌المللی باز می‌ماند و حسن نوروزی نایب رئیس کمیسیون حقوقی و قضایی مجلس، مهریه را باعث آبروریزی دین می‌داند»، «در مورد ممنوع الخروج بودن بانوی ورزشکار سمیرا زرگری همین نکته را یادآور می شوم که تنها راه عدم مواجهه با این مشکلات در شرایط فعلی قید شروط ضمن عقد برای بانوان است.شروط ضمن عقد را جدی بگیرید»، «سرمربی تیم «ملی» اسکی یک «مملکت» باشی و «شوهرت» ندازه بری «مسابقات جهانی»؟! تلخ و غم‌انگیزه»، «بعد از ماجرای نیلوفر اردلان که مهدی توتونچی ممنوع‌الخروج‌ش کرد و نتوانست به مسابقات جام ملت‌های آسیا بره؛ یک باردیگه این قوانین یقه به زن ورزشکارو گرفته»، «در لایحه جدید» حفظ کرامت زنان در برابر خشونت» آمده اگر همسر زنی

چند روزی است که کاربران شبکه‌های اجتماعی از کندی سرعت اینترنت گلایه می‌کنند، بخصوص کسانی که از اینترنت‌های همراه و موبایلی استفاده می‌کنند. خیلی‌ها وزیر ارتباطات را «منشن» می‌کنند و از او درباره دلیل ضعیف بودن اینترنت می‌پرسند و به این اشاره می‌کنند که این اختلال هم‌زمان با راه‌اندازی اینترنت ۵G افتاده است: «در حالی که سرعت اینترنت هر شب در حد دابل آف میاد پایین وزیر ارتباطات در حال برگزاری نمودوم چپ چی برای ۵G هست»، «چرا همش اینترنت از 4G تبدیل به E و H و P و اپنا میشه؟»، «اگر سخته کردم بدونید به خاطر اینترنت ایرانسل بوده»، «سرعت اینترنت خوزستان از ۴g شده E برای آپلود یک ویدیو ۶۰مگ من ۶۰ دقیقه صبر کردم! این روزها بشدت اینترنت همه سیمکارت‌ها ضعیف شدن.»، «اینترنت شما هم خیلی ضعیفه؟»، «آقای چهرمی شیرفلکه اینترنت را به کوچولو باز

ماجرا

اینترنت کند

کن، خدا شاهده ۳_۴روزه سرعت لاک‌پشت ده‌برابر سرعت اینترنت شده.»، «فشنگ همه تایم لینن دارن از سرعت اینترنت می‌بالن.»، «اینترنت بشدت ضعیف، فیلترشکن‌ها اکثرا غیرفعال.»، «وزیر جوان بیان بگن که چرا همزمان با راه‌اندازی شبکه ۵g اینترنت ایرانسل و خطوط ثابت آندقر ضعیف شدند؟»، «چرا آندقر سرعت اینترنت رو ضعیف کردن؟ فکر نمیکنن کلی دانشجو باید سر کلاس باشن ولی این اینترنت نمیداره؟»، «با این وضعیت سرعت واقعی مداوم اینترنت درستش اینه که این گوشی رو هم محکم بکوبم به دیوار خردش کنم.» ولی با توجه به شرایط اقتصادی کم غیظ می‌کنم.»، «کلی پول میدم اینترنت موبایل می‌خرم که قطعی و وصلی نداشته باشه از بس کند شده و قطعی و وصلی داره، دارم خل میشم. این مدرسه ما هم با این وینپاراش»، «خدایا به خاطر صبر زیادی که به ما عنایت کردی که سرعت پایین و قطعی اینترنت رو تحمل کنیم، مرسی».

یادداشت



کارگردان تئاتر

با مبلغ معقولی جشنواره را به پایان رساندیم

محمد مهدی طباطبایی نژاد: بیش از یک میلیارد تومان فقط پول جوایز را دادیم و در کل، هزینه‌های جشنواره یعنی همه آنچه در تهران و استان‌ها اتفاق افتاد، حدود پنج میلیارد تومان است، حالا شاید کمی بیشتر یا کمتر و این در شرایطی اتفاق افتاد که قیمت همه چیز چند برابر شده و باتوجه به تجربه یک دوره ۱۷ میلیاردی در جشنواره فجر فکر می‌کنم با مبلغ معقولی جشنواره را به پایان رساندیم. از این هیأت داورى تمام قد دفاع می‌کنم و معتقدم تیم داورى فخرسى ونهم یکى از سرحال‌ترین، تکنیکال‌ترین و دقیق‌ترین‌هاى بود که جشنواره فجر تا حال داشته است، چون هم ترکیب جوان بود و هم اعضا بسیار سختکوش، منظم و همراه بودند.

برگرفته از مصحبت‌های دبیر سی و نهمین جشنواره فیلم فجر با ایستا

تئاتر آنلاین کمبودهای

سبد کالای فرهنگی را پر می‌کند

آنلاین برگردد. اکنون با توجه به شرایط کرونا این امکان بسیار جذاب و خوبی است و می‌توان آن را احیا کرد. می‌دانم که تئاتر آنلاین در ابتدا تماشاگران کمی خواهد داشت اما بدتریح تا بخواهد شرایط تئاتر به حالت عادی خود برگردد که شاید تا دو سال طول بکشد اینها می‌توانند کمبود تئاتر را در سبد کالای فرهنگی مردم پر کنند. از طرفی اگر اجرای تئاتر با رعایت پروتکل های بهداشتی باشد بسیار هم عالی است. مثلاً فروش ۵۰ درصدی ظرفیت سالن مانع از انتقال و شیوع کرونا خواهد شد اما متأسفانه این کار رخ نداده است و این انتقاد به مدیران وارد است. در این یک سال می‌شد شکل‌های مختلف اکران تئاتر انجام شود که نشد و این نقص وارد است که برنامه‌ریزی درستی نشد و هزینه‌ای بابت اجرای تئاتر در این شرایط کرونا در نظر گرفته نشد و حمایتی نشد. من دو بار درخواست اجرا دادم اما حمایت نشدم. امیدوارم یک گروه برنامه‌ریز برای این کار دعوت کنند و بیلبوردهای شهری را در اختیار بگیرند و با کمک گرفتن از رسانه‌ها تئاتر در موقعیت خوبی قرار بگیرد. اگر شبکه‌های خانگی مثل فیلم‌بو و نماوا همکاری لازم را با اهالی تئاتر انجام دهند کار خوبی در آینده انجام خواهد شد. مثل برخی از فیلم‌هایی که برای آنها فروش خوبی در سینماها متصور نبودند اما در همین شبکه‌های خانگی به خوبی فروش رفتند. مردم سریال‌ها را می‌بینند. این هم می‌تواند وارد سبد کالای فرهنگی مردم شود. قطعاً برای خود تماشاگرانی خواهد داشت. البته در تئاتر با تماشاگر مواجه نیستیم بلکه با مخاطب روبه‌رو هستیم که می‌توانند امکان به وجود آوردن ساز و کار خوبی برای نمایش آنلاین فراهم کنند.

یادداشت



کارگردان تئاتر

یک ساعتی از طریق تلویزیون نمایش را می‌دیدند. فرصت اجراهای آنلاین همان فرصت تئاترهای تلویزیون قدیمی ایران را به یاد می‌آورد که بعداً هم آقای علی عمرانی در شبکه ۵ و خود من در ادامه کارهای ایشان آنلاین کار می‌کردیم. یعنی در سال‌های ۷۳ و ۷۴ این کار را انجام می‌دادیم، سه شب در هفته تئاتر آنلاین کار کردیم و بازیگران مختلفی هم آمدند و کار کردند. از بهزار فراوانی گرفته تا خانم میرلا زارعی و رامبد جوان و دوستان دیگر و مردم سر یک ساعتی روبه‌روی تلویزیون می‌نشستند و اجرای ۲۰ دقیقه‌ای را می‌دیدند.

متأسفانه آن هم ادامه پیدا نکرد. با حذف تله تئاتر از تلویزیون ایران، مردم دیگر چنین کالایی را در سبد تلویزیون نمی‌دیدند و این امکان فراهم شد که از طریق فیلم تئاترهای مؤسسه‌های خصوصی که به صورت وی او دی یا دی وی به بازار عرضه شد، دوباره تئاتر

بهبود عملکرد مغز

در سایه هنر

کاهش اضطراب و افسردگی، افزایش خلاقیت و اعتماد به نفس، تعدادی از تأثیرات مثبت هنر در سلامت روان انسان بودند که در شماره‌های گذشته به آنها پرداختیم اما معجزه هنر و هنردرمانی فقط به سلامت روان محدود نمی‌شود. تحقیقات متعددی حاکی از تأثیرات مثبت هنر و هنردرمانی روی سلامت تن و افزایش توانمندی‌های مغزی است.

در مقاله احمدی دهنوی، دکترای رفتار حرکتی دانشگاه فردوسی مشهد که در فصلنامه سیب فیروزه‌ای منتشر شده است، به تأثیر مهارت‌های هنری ظریف حرکتی مانند مجسمه‌سازی، معرق، مشبک با چوب، نگارگری، نقاشی و طراحی بر توسعه شبکه عصبی مغز پرداخته شده‌است. در این مقاله درخصوص مجسمه‌سازی عنوان شده که این هنر علاوه بر افزایش خلاقیت و نوآوری با بهره‌گیری از حرکات ظریف شناختی – حرکتی که محاسبات ریاضی مغز را در پی دارد باعث افزایش پردازش اطلاعات و سرعت انتقال سیگنال‌های سیستم عصبی مغز می‌شود.

همچنین به تأثیرات هنر معرق و مشبک با چوب در بهبود تعاملات سیستم عصبی بینایی حرکتی اشاره و عنوان شده است که این هنرها به شکل ویژه‌ای باعث ارتقای سه ناحیه کنترل حرکتی در مغز می‌شود. هماهنگی چشم و دست برای خلق اثری ویژه از خصوصیات این هنرها است که فارغ از مباحث روانی به شکل خاصی سرعت بازنمایی کدهای حافظه‌ای در مغز را افزایش می‌دهد.

فعالیت‌هایی مانند نواختن موسیقی، خطاطی، مدیتیشن، کتاب خواندن و هنرهای دستی هم سیستم عصبی را تحریک می‌کنند. این فعالیت‌ها همچنین می‌توانند تأثیر بیماری‌های مرتبط با استرس و خطر بروز جنون و زوال مغز را متوقف کنند. تحقیقات نشان می‌دهد؛ شرکت کردن در فعالیت‌های هنری روند یادگیری را تحریک کرده و تجربه را افزایش می‌دهند و منجر به بهبود شکل‌گیری دسته‌ای از شبکه‌های عصبی مغز می‌شود.

در مقاله دیگری تحت عنوان جایگاه عصب شناختی در هنردرمانی، بیتا شلانی، کاندیدای دکتری تخصصی روانشناسی عنوان می‌کند، هنردرمانی می‌تواند در رشد نیمکره‌های مغزی دخیل باشد. همچنین هنرهای تجسمی مانند نقاشی با تقویت نیمکره راست و چپ مغزی منجر به افزایش ادراک دیداری- فضایی شده و فرایند یادگیری را افزایش می‌دهند.

در این مقاله با اشاره به تجزیه ذهن در اثر حوادث و مشکلات تأکید می‌کند به هنر به عنوان عامل پیوند دهنده احساسات، خاطرات و افکار از هم جداشده، تأکید می‌کند. با هنردرمانی می‌توان پاراهای از فعالیت‌های احساسی و ذهنی نیمکره‌های راست و چپ مغز را یکپارچه و به هماهنگی هیجانات در سطح غیرکلامی کمک کرد. فعالیت و تمرین‌های هنری می‌توانند نیمکره‌های مغز را در دستیابی به خاطرات و پردازش هیجانات فعال کنند. نیمکره راست با فعالیت‌های حرکتی بصری، شهود و هیجانات درگیر در خلاقیت است که این امر به‌طور مستقیم با نواحی زیرقشری مغز مانند ساقه مغز مرتبط است. تحقیقات نشان داده؛ با تمرینات هنری مثل نقاشی و سفال و حتی موسیقی می‌توان با دو دست یا دو چشم، بر کارکرد دو نیمکره با یکدیگر افزود. درواقع می‌توان با استفاده از اشکال مختلف فعالیت‌های هنری، دو نیمکره مغز را مجبور به تعامل با یکدیگر کرد.

با مبلغ معقولی جشنواره را به پایان رساندیم

محمد مهدی طباطبایی نژاد: بیش از یک میلیارد تومان فقط پول جوایز را دادیم و در کل، هزینه‌های جشنواره یعنی همه آنچه در تهران و استان‌ها اتفاق افتاد، حدود پنج میلیارد تومان است، حالا شاید کمی بیشتر یا کمتر و این در شرایطی اتفاق افتاد که قیمت همه چیز چند برابر شده و باتوجه به تجربه یک دوره ۱۷ میلیاردی در جشنواره فجر فکر می‌کنم با مبلغ معقولی جشنواره را به پایان رساندیم. از این هیأت داورى تمام قد دفاع می‌کنم و معتقدم تیم داورى فخرسى ونهم یکى از سرحال‌ترین، تکنیکال‌ترین و دقیق‌ترین‌هاى بود که جشنواره فجر تا حال داشته است، چون هم ترکیب جوان بود و هم اعضا بسیار سختکوش، منظم و همراه بودند.

برگرفته از مصحبت‌های دبیر سی و نهمین جشنواره فیلم فجر با ایستا

به نام تاریخ

۳۰ بهمن

تولدها

میلوش فورمن؛ کارگردان صاحب سبک اهل کشور چک سال ۱۹۳۲ در چنین روزی به دنیا آمد. میلوش فورمن نخستین فیلمش را با نام «پاد سیمگون» در سال ۱۹۵۴ ساخت و با ساخت فیلم «دیوانه از قفس پرید» به شهرت رسید و برایش اسکار بهترین فیلم و کارگردان را گرفت. «مو»، «رگتایم» و «آماندوس» فیلم‌های بعدی او بودند که «آماندوس» نامزد ۱۱ جایزه اسکار شد و فورمن برایش اسکار بهترین کارگردانی را به دست آورد. «دل سوختگی»، «مردم علیه لری فلینت»، «مرد روی ماه»، «حفظ ایمان»، «اشباح گویا» و «محبوب» دیگر فیلم‌هایی بودند که فورمن ساخت. او سال ۲۰۱۸ درگذشت.

● سالروز تولد **جان تراولتا** بازیگر آمریکایی، **ساعده سهیلی** بازیگر، **مهرداد صدیقیان** بازیگر، **بژنمان حدادی** نوازنده تنبک، **فریدون عموزاده خلیلی** داستان‌نویس، **آراز بارسیقیان** داستان‌نویس و مترجم، **زهر ملکی** داستان‌نویس و **بامداد غفاری** داستان‌نویس هم امروز است.

درگذشت‌ها

میکل آنژ؛ مجسمه‌ساز مشهور ایتالیایی سال ۱۵۶۴ در چنین روزی درگذشت.
میکل آنژ متولد ۱۴۷۵ بود و با حضور در آکادمی اومانستی که توسط خاندان مدیچی تأسیس شده بود نقاشی‌هایش مورد توجه قرار گرفت. پس از مدتی کار با چند تندیس‌گر در سال‌های ۱۴۹۳ تندیس‌ی غول پیکر از هرکول ساخت و پس از آن این کار را جدی‌تر دنبال کرد. مجسمه‌های داوود و پیتا از مهم‌ترین و معروف‌ترین آثار او هستند هرچند که نقاشی‌هایی چون نقاشی سقفی نمازخانه سیستین و افرینش آدم هم از آثار مشهور اوست. کلیسای سنت پیترو، نمازخانه مدیچی و کتابخانه لورنتین هم از بناهایی هستند که میکل آنژ معمار آنها بوده است.

مهری مهرنیه؛ بازیگر سینما و تئاتر و تلویزیون سال ۱۳۸۷ درگذشت. مهری مهرنیه متولد ۱۲۹۶ بود و از سال ۱۳۲۶ در جامعه باربد مشغول به کار شد. او سال ۱۳۳۹ با فیلم «بچه ننه» وارد سینما شد و پس از آن در فیلم‌هایی چون «خشت و آینه»، «آرامش در حضور دیگران»، «شازده احتجاب»، «هیولای درون»، «قتوره دیو»، «آتیوس»، «جهیزیه‌ای برای رباب» و «روسری آبی» بازی کرد. مهرنیا در سریال های زیادی مانند «پهلوانان»، «سمک عیار»، «آتش بدون دود»، «طلاق»، «کوچک جنگلی»، «رعنا»، «آرایشگاه زیبا»، «عطر گل یاس»، «گل پامچال»، «عاطفه»، «زائر غریب»، «مدرسه مادر بزرگ‌ها»، «فروگاه» و «تفنگ سرپر» هم حضور داشت.

اسفند

تولدها

عمران صلاحی؛ شاعر و طنزپرداز مشهور ایرانی سال ۱۳۲۵ در چنین روزی به دنیا آمد. نخستین شعر عمران صلاحی سال ۱۳۴۰ در مجله اطلاعات کودکان منتشر شد و بعدها با مجله توفیق همکاری کرد. صلاحی هم طنزپرداز بود و هم اشعار نیمایی می‌سرود و «گریه در آب»، «قطاری در مه»، «پنجره دن داش کلیتر»، «روایهای مرد نیلوفری»، «ناگاه یک نگاه»، «یک لب و هزار خنده»، «آی نسیم سحری»، «ملانصرالدین»، «کمال تعجب»، «امرا به نام کوچکم صدا کن»، «پشت درپچه جهان» و «عطر بیدار زمین» از جمله کتاب‌هایی است که از او منتشر شده‌اند. او کتابی به نام «طنز آوران امروز ایران» دارد که مجموعه‌ای از طنزهای معاصر است و سال ۱۳۴۹ منتشر شد.

عمران صلاحی سال ۱۳۸۵ درگذشت.
● **نیمای پنگر**؛ نقاش و تصویرگر ایرانی سال ۱۳۲۵ متولد شد. نیما پنگر در خانواده‌ای هنرمند به دنیا آمد. او طراح‌ی از زیدرش آموخت و پس از آن برای تحصیل به ایتالیا رفت و مجسمه‌سازی خواند. پنگر ماهیانه آموزش نقاشی و مجسمه‌سازی مشغول بود و آثاری از او اکنون در موزه هنرهای معاصر نگهداری می‌شود و یک سردیس گچی که در سال ۱۳۵۱ توسط او ساخته شده، در فرهنگستان هنرهای زیبا ر رم قرار دارد.

● پنگر سال ۱۳۹۴ درگذشت.
● **ایرج جهانشاهی** نویسنده و مترجم، **فهمیه راستکار** بازیگر و دوبلور، **میکائیل شهرستانی** بازیگر و کارگردان، **آندره برتون** شاعر فرانسوی، **بنیسیود تورو** بازیگر پورتوریکویی، **جف دانلیز** بازیگر آمریکایی، **خسرو دستگیر** بازیگر، **علی ضرابی** آهنگساز، **سعید فرج پوری** نوازنده کمانچه و آهنگساز، و **حیدر سنگلاری** نوازنده عود، **مایکل لی فیلمساز** انگلیسی، **عظیم اسدی** نمایشنامه‌نویس و بازیگر، **مجید سرسنگی** پژوهشگر تئاتر و مدیر هنری، **حمید جعفری** شاعر، **حسن شهابی** نژاد شاعر، **سعید عباس پور** شاعر، **مصطفی فخرایی** شاعر، **علی اکبر کرمانی** نژاد داستان‌نویس و **نازنین نظام‌شعیدی** شاعر هم متولد امروز هستند.

درگذشت‌ها

زاون فوکاسیان؛ کارگردان و منتقد ایرانی سال ۱۳۹۳ در چنین روزی درگذشت.
زاون فوکاسیان کارش را با نوشتن یادداشت‌ها و نقدهای سینمایی آغاز کرد. سال ۱۳۵۰ کتابی درباره فیلم «چشمه» نوشت و پس از آن کتاب‌هایی چون «در باره مسافران ساخته بهرام بیضایی»، «فیلم‌های برگزیده سینمای ایران در دهه ۶۰»، «بانوی اردیبهشت»، «نقش آبی سینما»، «بهرام بیضایی و پدیده کامکشی»، «گلاب آدینه بانوی بازیگر»، «خسرو سبانی نقاشی با دوربین» و «زندگی در تماشاخانه اصفهان» را منتشر کرد. او با تأسیس سینمای آزاد اصفهان بیش از ۴۰ فیلم کوتاه، بلند و مستند ساخت که فیلم‌های «عروس کهنه» و «عزای آینه» و مستند «نقش خیال»، «در فلق» و «فصلی دیگر» از جمله آنها هستند.

● سالروز درگذشت **آندره ژید** نویسنده فرانسوی، **امبرتو کوکونشانه** شناس ایتالیایی، **هارپر لی** نویسنده آمریکایی، **جان فرانکن هایسر** فیلمساز آمریکایی و **ابراهیم فخر** بازیگر هم امروز است.



جهان با من برقص سروش صحت