



۷ چرا به هنرمندان وام نمی دهند؟!



۳ قهرمانان، روسای هیات ورزشی شوند



۲ روز پر نشاط در بوستان ملت مشهد



۳

تفاوت

شیرینی

بیرو کیلو

چند!

۴



موشک جواب موشک

۵



### توپ و تور

هفتمین دوره المپیاد کانون وکلای کشور

### خراسان رضوی بر سکوی سوم ایستاد

محمد مهدی زاده



هفتمین المپیاد ورزشی کانون وکلای دادگستری سراسر کشور ویژه بانوان در حالی در مشهد مقدس برگزار شد که تیم کانون وکلای بانوان خراسان رضوی با هدایت و رهبری شایسته ماهرپازش مربی بین المللی والیبال خراسان رضوی بر سکوی سوم کشور ایستاد. در این دوره از مسابقات ۱۱ تیم از وکلای سراسر کشور حضور داشتند که پس از یک هفته رقابت تیم اصفهان بر سکوی قهرمانی ایستاد و تیم های تهران و خراسان رضوی به ترتیب دوم و سوم شدند.

### اسامی تیم والیبال وکلای خراسان رضوی

- وکیل اتنا جامی پور
- وکیل آرزو نعمانی
- وکیل تینارادبین
- وکیل فائزه کریمداری
- وکیل ناهید فرامرزی
- وکیل زینب چکنه
- وکیل سمانه مددی
- وکیل رویا مهدویان زاده
- وکیل مهسا موسوی
- وکیل فاطمه فریدنیا
- وکیل شیمیا رضائی نیرومند
- وکیل فهیمه موسوی نژاد
- سرمربی - ماهرپازش
- سرپرست - وکیل شهین چشمی

### کارت زرد

### هفته تربیت بدنی و ورزش در مشهد و استان گسترده برگزار شد

**نخست ورزشی:** هیات های ورزشی اگرچه سنگ تمام گذاشتند اما با نمایشگاه داری نمی توان قضاوت کرد.

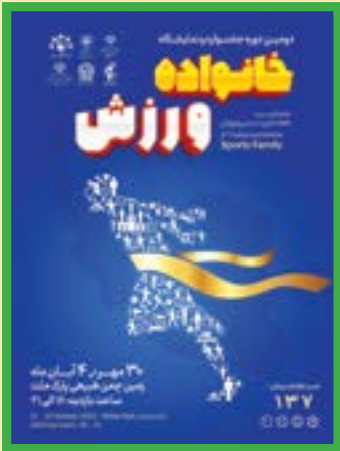
### مدیرعامل لیگ برتری والیبال مشهد جریمه را انتخاب کرد

**نخست ورزشی:** باید عنوان کرد که آقای مدیرعامل چقدر پول به بازیکنان پرداخت کردی که به فکر جریمه افتادی!

### هادی رضایی در مشاهیر جهانی والیبال ماندگار شد

**نخست ورزشی:** این مربی افسانه ای و مشهومی اگرچه راهی آمریکانند ولی در قلب ملت ایران ماندنی است.

## یک سخن و چند پیشنهاد هیات های ورزشی عصر کار!



باشد و پیشنهاد دیگر این که روسای هیات ها به عنوان معاونان مدیر کل در هیات ها معرفی شوند و ارزیابی نهایی به حساب عملکرد مدیر کل تربیت بدنی استان نوشته شود. روسای هیات ها از میان مشاغل برگزیده شوند که آورده مالی دارند و نه اینکه از ظرفیت و پتانسیل دستگاه مربوطه سودی برای هیات نداشته باشد و تشریفات انجام و پایان یابد.

میزان روسای هیات هایی که در دستگاه های متولی و اجرایی حضور دارند از ظرفیت و پتانسیل دستگاه مربوط در جهت پیشبرد و اهداف ورزش استان گام برداشته اند؟ و کارنامه موفق داشته اند یا صرفاً آمدند و تجربه ای اندوختند و رفتند و یا کارنامه موفق برای هیات ارایه کرده اند بد نیست مدیر کل محترم اشاره ای به حضور این روسا در بدنه هیات داشته باشد و بر اساس شاخص های تعریف شده هیات هایی که دغدغه مند در راستای شکوفایی ورزش استان گام برداشته اند در فرصتی که به مناسبت گرامی داشت هفته تربیت بدنی جامعه ورزش به دنبال آگاهی یافتن و دانستن است تقدیر مدیر کل را به همراه داشته باشد. و در چرایی بعدی! چرا وقتی برنامه ریزی می شود تا گزینش روسای هیات های ورزشی در چرخه مهندسی شده سکادار هیات شوند این اختیار به مدیر کل ورزش داده نمی شود که همکاران خود را انتخاب و منتصب کند. مگر نه این است که روسای هیات ها قرار است برای مدیر کل کار کنند پس این اختیار هم به مدیر کل تفویض شود تا مسوولیت کم کاری روسای هیات ها را مدیر کل متقبل شود و در رشد و توسعه ورزش شفاف گویی شود و مدیر کل در برابر انتصاب و معرفی رییس هیات پاسخگو

### مجید خروشی



گرامیداشت هفته تربیت بدنی فرصتی برای آگاهی بخشی و تبادل اطلاعات است و همچنین طرح دغدغه های اصحاب رسانه، ورزشکاران، مربیان و داورانی که برای اعتلای ورزش استان تلاش می کنند. نقدی که جمع کثیری از جمعیت ورزشکار با آن مواجه هستند، حضور کم رنگ فیزیکی مسوولان هیات های ورزشی در پشت میز مسوولیت اجتماعی در ساعت های اداری آنان را به سمت شب کاری در هیات سوق داده است. روسای هیات های ورزشی در ساعات اولیه صبح در محل کار هیات حضور ندارد مراجعه کنندگان باید از منشی هیات پاسخ سوالات خود را دریافت کنند و اگر گلایه و شکواییه دارند در ابتدا باید با منشی هیات مذاکره و هماهنگ کنند اگر منشی هیات تشخیص داد که ضروری است وقتی تعیین می کند و جلسه را موکول به نیمه شب می گذارد تا رییس و یا دبیر هیات پاسخگو باشد و این ورزشکار دغدغه مند در ساعات آخرین شب آقای رییس هیات را زیارت کند. سوال اینجاست چه

### برگزاری دومین جشنواره خانواده ورزش

در این جشنواره؛ جوایز گوناگون نقدی و غیر نقدی از دو چرخه تا اقلام ورزشی به ارزش یک میلیارد ریال به شهروندان اهدا می شود.

در هفته تربیت بدنی و ورزش، دومین جشنواره و نمایشگاه خانواده ورزش، از ۳۰ مهرماه تا ۴ آبان ماه از ساعت ۱۶ الی ۲۱ در بوستان بزرگ ملت برگزار می شود.

سید حسین غیاثی، معاون سلامت و تربیت بدنی سازمان اجتماعی و فرهنگی شهرداری مشهد گفت: باهدف ترویج ورزش همگانی و افزایش نشاط اجتماعی،

### بوستان ملت مشهد روز پر نشاط را پشت سر گذاشت



بازی و ورزش سالمندی باهدف حال خوب سالمندی در حاشیه برگزاری این همایش برگزار شد. این طرح قرار است سه شنبه ها هر هفته توسط مربیان تخصصی برای جامعه هدف برگزار شود. آذریان در این مراسم همچنین از برگزاری همایش صبح و نشاط در مشهد خبر داد و گفت: این همایش صبح جمعه از میدان شریعتی مشهد به سمت کوهسنگی با حضور خانواده بزرگ ورزش مشهد مقدس برگزار می شود.

این مراسم گفت: ورزش همگانی در ساعت اولیه روز نشاط و شادابی وصف ناپذیری برای شرکت کنندگان دارد و روحیه مضاعفی برای داشتن یک روز بانشاط و شاداب را به ارمغان دارد. وی افزود: هدف برگزاری طرح ملی ورزش و مردم عمومی کردن ورزش همگانی در بین مردم است، به این صورت که مردم به صورت رایگان یک ورزش صبحگاهی و عصرگاهی داشته باشند. آذریان تصریح کرد: با توجه به تاثیر ورزش در سلامتی و پیشگیری از وقوع برخی از بیماری ها، بخشی از اهداف برگزاری طرح ملی ورزش و مردم حفظ سلامتی، توسعه ورزش همگانی و ایجاد شورونشاط بین مردم است. وی ضمن ابراز خوشحالی از استقبال بی نظیر شهروندان در این همایش تصریح کرد: برنامه های متنوع تمرینی متناسب با گروه های سنی توسط مربیان متخصص و باتجربه اجرا می شود و خاطر نشان کرد: مراسم رونمایی از طرح ملی

### ریحانه برومند



به مناسبت گرامیداشت هفته تربیت بدنی با حضور رضا آذریان، امیر زارعی رییس و دبیر هیات ورزش های همگانی، حسن روحی مسوول کمیته ورزش های روزانه و تنی چند از مربیان به همت کمیته روزانه همایش ورزش همگانی در اجرای طرح ورزش و مردم در ایستگاه استاد معدلی (ایستگاه چشم) برگزار شد. بر اساس این گزارش در این همایش که با حضور بیش از ۲ هزار ورزشکار بانوان و آقایان برگزار شد تمرین های اصلاحی و به روز ورزش برای شرکت کنندگان به اجرا گذاشته شد. رضا آذریان رییس هیات ورزش های همگانی در حاشیه برگزاری

### درخشش رکاب زنان پیشکسوت خراسان رضوی

سنی ۶۴-۶۰ حسن کریمی مقام اول و کسب مدال طلا و در رده سنی ۷۰ به بالا جواد مهرانواز مقام اول و کسب مدال طلا و در رده سنی ۳۵-۳۹ حمید طالب مقام سوم و کسب مدال برنز را به دست آوردند. طهوریان عسکری در ادامه همچنین به برگزاری چهارمین دوره مربی گری درجه ۳ دوچرخه سواری به میزبانی مشهد مقدس خبر داد و گفت: هیات دوچرخه سواری استان خراسان رضوی چهارمین دوره مربی گری درجه ۳ دوچرخه سواری را در محل فرهنگسرای ترافیک شهرداری مشهد برگزار کرد. وی یادآور شد: در این دوره ۳۰ نفر از شهرستان های استان خراسان رضوی و استان های مجاور در این دوره تخصصی شرکت کردند.



را برای خراسان رضوی کسب کرد. وی خاطر نشان کرد: در روز دوم این مسابقات و در بخش استقامت جاده، دوچرخه سواران خراسان رضوی مجدداً موفق به کسب ۲ مدال طلا و یک برنز شدند. رییس هیات دوچرخه سواری خراسان رضوی تصریح کرد: در رده

**گروه ورزش- کسب چهار طلا، یک نقره و یک برنز** حاصل تلاش پیشکسوتان خراسان رضوی در مسابقات قهرمانی کشور فصل ۴۰۳ بود. رییس هیات دوچرخه سواری خراسان رضوی بابیان این مطلب گفت: در روز اول مسابقات قهرمانی کشور فصل ۴۰۳ پیشکسوتان در تایم تریل انفرادی که در استان البرز برگزار شد، موفق به کسب ۲ مدال طلا و یک نقره شدند. مجید طهوریان عسکری اضافه کرد: در رده سنی ۶۴-۶۰ حسن کریمی به مدال طلا دست یافت. در رده سنی ۷۰ به بالا جواد مهرانواز مقام اول و کسب مدال طلا و همچنین در رده سنی ۴۴-۴۰ حسین ابو ترابی مقام دوم و کسب مدال نقره

- صاحب امتیاز و مدیرمسئول: دکتر علی خسروشاهی
- سر دبیر: سعید کوشاقر
- مسئول فضا: محمدرضا شوشتری
- دفتر تهران: پاسداران، بوستان، ۸، پلاک ۱۲۰، طبقه ۲ واحد ۷
- تلفن: ۰۲۱-۲۲۷۶۰۸۹۵
- دفتر مشهد: احمدآباد، خیابان قائم، قائم، ۱۴، پلاک ۴۶
- تلفن: ۰۵۱-۸۴۳۷۱۱
- نمابر: ۰۵۱-۸۴۴۴۰۲۰
- پیامک: ۰۵۱-۳۰۷۹۸۱
- کد پستی: ۹۱۸۲۸۹۳۱۹
- ایمیل: info@nakhostnews.ir - nakhost@yahoo.com
- چاپخانه: شاخه سبز (قم)
- وب سایت: www.nakhostnews.ir
- کانال اطلاع رسانی: @Nakhostnewsir



## هفت ورزش ساده روزانه برای کاهش درد روماتیسم مفصلی

سید بهنام حسینی زهرانی  
کارشناس ارشد تربیت بدنی

در صورتی که به بیماری روماتیسم مفصلی دچار باشید، باید تلاش کنید فعالیت بدنی خود را افزایش دهید و به اندازه‌ی کافی ورزش کنید. ولی ورزش کردن همیشه هم ساده نیست و ممکن است به دلایل گوناگونی نتوانید وقت، انرژی و انگیزه‌ی کافی برای انجام آن داشته باشید. ورزش کردن به‌ویژه زمانی که درد داشته‌اید بسیار دشوارتر از آنست که تصور می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که برای روماتیسم مفصلی چهار ورزش هستند که به اندازه‌ی کافی ورزش می‌کنند، در مقایسه با آن‌هایی که فعالیت بدنی و تحرک کافی ندارند، بهتر می‌توانند درد را کنترل کرده و احساس آسودگی کنند. ورزش دارای فواید فراوانی است و ثابت شده که می‌تواند خلق‌وخو را تقویت کند، کارکرد مفاصل و اندام‌های بدن را بهبود بخشد و همچنین از ضعیف شدن و تحلیل رفتن ماهیچه‌ها جلوگیری کند.

به همین دلیل، شما باید همه‌ی بهانه‌ها را کنار بگذارید و ورزش را به زندگی روزمره‌ی خود وارد کنید. اگر به بیماری خاصی مانند روماتیسم مفصلی دچار هستید و به دلیل درد کشیدن نمی‌توانید ورزش کنید، در ادامه با ما همراه باشید تا ۷ ورزش مناسب را برای کاهش درد معرفی کنیم.

شما با انجام روزانه‌ی ورزش‌های زیر می‌توانید درد را مدیریت کرده و بهتر فعالیت کنید

### ۱. ورزش کردن در آب

با توجه به پژوهش‌ها، بیماران مبتلابه روماتیسم مفصلی در صورتی که ورزش‌های آبی و آب‌درمانی انجام دهند، به‌ویژه ورزش در آب گرم، می‌توانند بهبودی بیشتری را در مقایسه با سایر فعالیت‌ها مشاهده کنند. مطالعات نشان می‌دهند که این افراد با ورزش کردن در آب و آب‌درمانی خواهند توانست درد و حساسیت‌های مفصلی خود را کاهش دهند. ورزش‌های آبی از جمله شنا و آروبیک آبی همچنین کارکرد مفاصل آسیب‌دیده را بهبود می‌بخشد و با کاهش درد به شما کمک می‌کند تا بهتر با بیماری روماتیسم مفصلی کنار بیایید.

### ۲. تای چی

تای چی یک هنر رزمی سنتی چینی است که شامل حرکات آهسته‌ی بدن به همراه تمرکز ذهنی و تکنیک‌های تنفسی می‌شود. این ورزش منجر به بهبود کارکرد عضلانی و رفع گرفتگی آن‌ها در بیماران روماتیسم مفصلی می‌شود و همچنین درد و استرس روی بدن را هم کاهش می‌دهد.

### ۳. دوچرخه سواری

اگر به روماتیسم مفصلی مبتلا باشید، افزایش ضربان قلب و گردش خون نکته‌ی بسیار مهمی است. این موضوع به این دلیل است که بیماران روماتیسم مفصلی معمولاً بیشتر در خطر بیماری‌ها و مشکلات قلبی-عروقی قرار دارند. به همین دلیل باید فعالیت‌هایی را انجام دهند که جدا از سبک بودن، ضربان قلب را هم افزایش می‌دهند.

## استاندار خراسان رضوی: قهرمانان، روسای هیات ورزشی شوند



حال ورزش خراسان رضوی خوب نیست.

آن‌ها با اشاره به کمبودها و نارسایی‌های ورزش استان تاکید کردند: بزرگ‌ترین مشکل ورزش، نبود برنامه‌ریزی و نداشتن شورای ورزش علیرغم داشتن نیروهای فعال و تحصیل کرده است.

پیشکسوتان این نشست هم‌اندیشی را به فال نیک گرفتند و اظهار داشتند: ورزش استان نیاز به شایستگی و شایسته‌سالاری دارد که امیدواریم در این راستا گام‌های مثبتی برداشته شود.

آیت‌اللهی، پیشکسوت و قهرمان ورزش ایران و رییس پیشین فدراسیون شنا در این نشست صمیمانه با تقدیر از حضور شرکت‌کنندگان، متذکر شد که این جلسات برای ارتقای ورزش خراسان رضوی به صورت ماهیانه تداوم خواهد داشت و نتایج آن به استاندار ارجاع می‌شود.

در پایان این نشست دکتر مظفری، استاندار خراسان رضوی با اهدای لوح تقدیر از پیشکسوتان ورزش استان تقدیر به عمل آورد.

مجید خروشی - نخستین نشست هم‌اندیشی پیشکسوتان ورزش و رسانه‌های ورزشی با استاندار خراسان رضوی با همت مهندس امیرحسین آیت‌اللهی دیروز برگزار شد.

دکتر غلامحسین مظفری در این نشست صمیمی به چشم‌انداز ورزش استان اشاره و از پیشکسوتان به‌عنوان سرمایه‌های ارزشمند ورزش یاد کرد و خواستار تشکیل سازمان و نهادهای با عنوان اتاق فکر پیشکسوتان ورزش شد. مظفری اظهار داشت: امیدواریم این جلسات با حضور نخبگان جوان ورزش و همچنین خانواده مرحومین ورزشکارانی که برای اعتلای ورزش استان تلاش کردند و امروز در جمع ما نیستند تداوم یابد.

وی درباره انتخاب مدیران ورزش استان گفت: مدیران ارشد، میانی و روسای هیات‌ها باید از جمع قهرمانان و دلسوزان ورزش انتخاب شود.

مظفری تصریح کرد: ایجاد محیطی با نشاط و امیدبخش برای جوانانی که سرخورده و ناامید هستند وظیفه متولیان ورزش است که در این راستا با همفکری و همدلی همه موظف هستند در هر جایگاهی که قرار دارند برای این امر مهم تلاش کنند.

وی با اشاره به وجود شرکت‌های صنعتی در خراسان رضوی گفت: مصمم هستیم از سرمایه‌های صنعت در راستای ترویج و توسعه ورزش همگانی و قهرمانی برای استان استفاده کنیم.

در این نشست، پیشکسوتان بر این نکته تاکید کردند که

## افتخار آفرینی دیگر برای خراسانی‌ها در مسابقات کشوری

### کونگ‌فو خراسان رضوی بر سکوی دوم مسابقات کشوری فدراسیون



در این دوره مسابقات ۲۵۰ شرکت‌کننده از استان‌های مختلف کشور حضور داشتند.

گروه ورزش- مسابقات کشوری توأ فدراسیون کونگ‌فو در شهریار تهران برگزار شد و استان خراسان رضوی به کسب مقام دوم تیمی دست پیدا کرد در این مسابقات کشوری، نمایندگان خراسان رضوی با کسب سه مدال طلا و سه نقره و همچنین انتخاب داور نمونه جناب شریعتی سکوی دوم را کسب کردند.

سکان تیم خراسان رضوی در این دوره از مسابقات با مربیگری استاد امیر شریعتی و سرپرستی مصطفی عزیزپور با نتایج درخشان به پایان رسید گفتنی است

## گلبهار میزبان مسابقات بزرگ آمادگی جسمانی



شهرزاد طاهری

یوسفی رییس هیات آمادگی جسمانی شهرستان گلبهار از برگزاری مسابقه بزرگ آمادگی جسمانی گرامیداشت هفته تربیت بدنی خبر داد: این مسابقات با حضور ۲۴۶ شرکت‌کننده از ۱۴ باشگاه سطح شهرستان در ۸ رده سنی و ۷ آیتم آمادگی جسمانی برگزار شد و در پایان به نفرات برتر هر رده سنی و باشگاه‌های منتخب کاپ و مدال قهرمانی اهدا گردید. اختتامیه این رقابت‌ها با حضور خسروی معاون، فیروزی مشاور امور بانوان فرمانداری، شهنازی رییس اداره ورزش و جوانان، حسین پور مسوول امور ورزش بانوان و روسای هیات‌های ورزشی برگزار شد.

**باشگاه‌های برتر:** باشگاه ورزشی خانه تناسب با کسب ۳۳۴ امتیاز، باشگاه ورزشی غدیر با کسب ۶۰ امتیاز، باشگاه ورزشی حس برتر با کسب ۵۸ امتیاز  
**نفرات برتر هر رده سنی:** رده سنی زیر ۱۵ سال: نرگس ظفری باشگاه غدیر، فاطمه حاتمی باشگاه خانه تناسب، بهاره قیومی باشگاه ارمان

**رده سنی ۱۵ تا ۱۹ سال:** زینب قاسم نیا باشگاه خانه تناسب، فاطمه عظیمی باشگاه خانه تناسب، مهشید مریخی باشگاه خانه تناسب

**رده سنی ۲۰ تا ۲۴ سال:** نادیا تاتاری باشگاه خانه تناسب، سمانه افسری باشگاه خانه تناسب، نگین رضوی پور باشگاه خانه تناسب

**رده سنی ۲۵ تا ۲۹ سال:** شقایق لطفی باشگاه دنیای قدرت، ساجده میرزایی باشگاه خانه تناسب، زهرا سعیدی باشگاه شهرپور

**رده سنی ۳۰ تا ۳۴ سال:** نسرین رستگار باشگاه خانه تناسب، منیره عبدی باشگاه خانه تناسب، سمانه حسینی باشگاه خانه پیلاتس

**رده سنی ۳۵ تا ۳۹ سال:** سمیه خشت زد باشگاه خانه تناسب، الهه زارعی باشگاه دنیای قدرت، فاطمه سرخوش باشگاه تکامل

**رده سنی ۴۰ تا ۴۴ سال:** تکتم طیبی باشگاه خانه تناسب، زهرا مهدوی باشگاه خانه تناسب، فاطمه فرهنگیان باشگاه جهش

**رده سنی ۴۵ سال به بالا:** راضیه حمیدی گل‌مکان، معصومه نیازمند باشگاه غدیر، رقیه گندم چین باشگاه دنیای قدرت

هفته نامه ورزشی و هنری سال نهم شماره ۴۲۴  
پنجشنبه سوم آبان ۱۴۰۳ ۲۰ ربیع الثانی ۱۴۴۶

## منهای فوتبال

معین شریف

### نتایج ضعیف کشتی خراسان

تیم کشتی آزاد نونهالان خراسان رضوی در مسابقات قهرمانی کشور به مقام نهمی دست یافت. آزادکاران خراسانی در حالی نهم شدند که تیم فرنگی استان توانسته بود به مقام پنجمی دست یابد. محمدجواد حسن‌زاده در وزن ۳۵ کیلوگرم برای تیم خراسان رضوی نقره گرفت و بهراد تاجیک در ۶۲ کیلوگرم و محمدعرفان هاتفی در ۷۵ کیلوگرم توانستند دو مدال برنز به ارمان بیاورند. در پایان این مسابقات تیم استان تهران با ۱۷۵ امتیاز اول شد و تیم‌های مازندران و البرز به ترتیب با ۱۷۰ و ۱۱۱ امتیاز دوم و سوم شدند. تیم خراسان رضوی نیز با شصت امتیاز نهم شد.

### عنوان هفتم برای دوومیدانی خراسان

تیم دوومیدانی پسران خراسان رضوی در مسابقات قهرمانی کشور با کسب ۷ مدال به کار خود پایان داد. در این رقابت‌ها که در تهران پیگیری شد، محمدرضا شوقی در پرتاب نیزه، محمد مهدی کریمی در پرتاب وزنه، مصطفی عبدی در پرتاب نیزه و مجتبی حشمتی در پرتاب نیزه کلاس‌های مختلف موفق به کسب مدال طلا شدند. امیرمحمد کلیدری مدال نقره پرتاب دیسک را به دست آورد و سام سلطانی‌پور در پرتاب وزنه و حامد مصطفوی در پرتاب دیسک مدال برنز را از آن خود کردند.

### کاراته روی دور باخت

تیم کاراته هشتمین خورشید مشهد که در سوپر لیگ این فصل حال‌وروز خوشی ندارد، در جریان پنج بازی هفته‌های سوم و چهارم این رقابت‌ها که به میزبانی تالار شهید افراسیابی تهران برگزار شد، بازنده شدند. آن‌ها هر پنج بازی‌شان را باختند.

تیم مشهد، درنبره اول برابر توسعه نیشکر خوزستان ۲۵ بر ۳ و در بازی دوم با همین نتیجه مقابل دانشگاه آزاد بازنده شدند. اوضاع تیم مشهد در سومین بازی برابر بیمه تعاون بدتر از دو بازی قبلی بود و ۲۸ بر ۰ بازنده شدند. کاراته‌کارهای خراسانی در چارچوب هفته چهارم هم دو باخت داشتند. ابتدا ۲۲ بر ۶ مغلوب آوای رزم شدند و بعد ۱۹ بر ۹ به رعد پدافند باختند. این نتایج آن‌ها را در پایان نیم‌فصل قعرنشین رقابت‌ها کرده است.

## ورزش بانوان

متره نخعی

### ۱۰ خراسانی در اردوی دوومیدانی

رکوردگیری از ورزشکاران رده‌های سنی نونهالان و نوجوانان دختر و پسر کشور با حضور نزدیک به سیصد ورزشکار و باهدف برنامه‌ریزی در راستای تشکیل اردوهای آماده‌سازی تیم‌های ملی پایه در ورزشگاه تخصصی دوومیدانی آفتاب انقلاب تهران برگزار شد.

محدثه تالانه در ماده ۱۵۰۰، آنوسا نیکویی پرتاب وزنه، شقایق صادقی در ۴۰۰ متر، اقلیما ابراهیمی در ماده ۲۰۰ متر، آبناز نیازمند در ۴۰۰ متر، ریحانه نصیحتی در ۴۰۰ متر، رحمانی در ماده ۴۰۰ متر، الناز وزیریزاد در ۴۰۰ متر، رویبترابیع در ۱۰۰ متر و یگانه احمدی در پرتاب وزنه، نمایندگان خراسان رضوی در این رقابت‌ها بودند. سرپرستی این تیم بر عهده هما بیگی بود که جمیله سیفی نیز به‌عنوان مربی، این ورزشکاران را همراهی می‌کرد. ۳ عنوان برای خراسان در آمادگی جسمانی.

## تفاوت شیرینی بیرو و کیلو چند!



پدرام خسروشاهی



رییس کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال نسبت به آرای صادر شده در خصوص مدیرعامل پرسپولیس و سنگربان تراکتور واکنش نشان داد. ابوالفضل حسن زاده در واکنش به صدور آرای مربوط به مدیرعامل پرسپولیس و دروازه بان اسبق این تیم اظهار داشت: در مورد حکم رضا درویش، مدیرعامل باشگاه پرسپولیس باید گفت این حکم قابل اعتراض است و تصمیم نهایی از سوی کمیته استیناف اعلام خواهد شد.

وی ادامه داد: مصوبه ای داریم که در لیگ های مختلف، جرایم متفاوت است و طی آن اعلام شده فرد نسبت به مصاحبه های غیر فنی مستلزم جرمی است که طی آن اعداد و ارقام آن مشخص است. وی که در برنامه فوتبال برتر حرف می زد افزود: مدیرعامل پرسپولیس مصاحبه ای بعد از بازی با چادملو انجام داد که طی آن دفاعیه خواسته شد که ارایه شد و از نظر اعضای کمیته انضباطی تخلف محسوب شد. این جرم به خاطر نشر اکاذیب و به کار بردن عبارتی بود که بیشتر این محرومیت به خاطر همان عبارت در نظر گرفته شد. رییس کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال تاکید کرد: طبق قوانین اگر فرد این جرم را در زمان مقرر پرداخت نکند، بعد از یک هفته اجازه فعالیت فوتبالی

ندارد و اگر عذرخواهی کند، جرمه محرومیت تعلیق خواهد شد اما جرمه مالی کم نخواهد شد. حسن زاده در مورد حکم بیرانوند هم گفت: این حکم به دلیل ادعای علیرضا بیرانوند بابت مصاحبه ای بود که اعلام کرد به هیات مدیره پرسپولیس شیرینی داده است. بعد از بازی تیم ملی او به همراه وکیل خود آمد و توضیحاتی داد. اگر مورد اعلام شده پرداخت رشوه باشد خارج از فضای فوتبالی باید بررسی شود اما او اذعان کرد هیچ وجهی به هیات مدیره پرداخت نشده و به فردی خارج از هیات مدیره، رقمی داده است که بسیار کمتر از عدد اعلام شده می باشد. وی گفت: اگر بیرانوند نتواند این موضوع را ثابت کند، نشر اکاذیب به شمار می رود. بابت

پرداختی که به فرد دیگری نسبت داده شده پرونده ای باز است و در حال رسیدگی هستیم. عبارت رشوه جرم بوده و در صلاحیت مراجع قضایی باید بررسی شود. اگر ثابت شود رقمی پرداخت شده باید دید به چه صورت بوده و اگر هم عددی در کار نیست آن فرد می تواند بابت این ادعا شکایت کند. رییس کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال ادامه داد: رای آرمین سهرابی نیز از سوی کمیته اخلاق صادر شد و به نظر من رای خوبی بود، در مورد نبیل باهوپی هم به دنبال شناسایی فردی هستیم که جعل از سوی او انجام شده و پرونده در حال بررسی است، البته این مورد به خارج از سیستم فوتبال بازمی گردد و در حال بررسی است.

### یادداشت

#### برای تحول، تعلل جایز نیست! با این نیروها انتظار پیشرفت نمی توان داشت!



محمد رضا نصرالله زاده

احمد دنیا مالی وزیر ورزش و جوانان تا به امروز به دفعات در صحبت های خود از تحول در ورزش کشور گفته است! از اینکه قرار است ورزش کشور در المپیک لس آنجلس پیشرفتی شگرف را به نمایش بگذارد. از اینکه ورزش ایران قرار است در آینده روزهای خوبی را تجربه کند و... اما آقای وزیر نگفته است که با کدام سرمایه انسانی، کارشناس و نخبه ای می خواهد به این ایده آل ها برسد. اگر ایشان نظرشان به همین افراد کنونی حاضر در وزارت ورزش و جوانان است که باید به استحضار ایشان برسانیم که اگر قرار بود با حضور این دوستان اتفاق خاصی در ورزش بیفتد تا به امروز افتاده بود، چرا که این ها سال هاست که در ورزش این کشور مشغول نقش آفرینی بوده و کار خاصی هم از آن ها دیده نشده است. وزیر ورزش و جوانان در شرایطی از "تحول" سخن می گویند که جامعه ورزش در طول این مدت چیزی جز "تعلل" را از ایشان شاهد نبوده است! چرا که تحول در ورزش سرعتی به مراتب بیشتر از آن چیزی که ما امروز در ورزش می بینیم را می طلبد! تحول به سرمایه های انسانی کارآمدی احتیاج دارد که پتانسیل و انرژی لازم را برای انجام کارهای خاص داشته باشد! تحول به فکر و ایده جدید نیازمند است نه افکار تکراری که تاکنون هیچ فرصتی را برای ورزش کشور ایجاد نکرده اند. آقای وزیر جامعه ورزش به بدبختی این گونه می اندیشد که ۴۲ روز کار، زمان کمی نیست، زمان هایی که دارند یکی پس از دیگری می گذارند و هیچ اتفاقی هم برای ورزش کشور نمی افتد. پس بپذیرید که ورزش اگر می خواهد در درون خود تحول را تجربه کند باید برای سرمایه انسانی و زمان اهمیت خاصی قائل باشد و اجازه ندهد روزها برای ورزش تکراری سپری شوند! بپذیرید که ما در ورزش کار نکرده، بسیار داریم. بپذیرید که در حال حاضر، بسیاری از فدراسیون ها دارند به صورت جزیره خودمختار اداره می شوند! هرچند که شرایط بسیاری از ادارات کل استان ها هم چندان بهتر از این ها نیست و...

### ریز و درشت از فوتبال مشهد

بهنام مهر روز

#### به یاد رضا عطار زاده

به مناسبت چهلمین روز درگذشت استاد رضا عطار زاده، پیشکسوتان فوتبال در سالن شهید بهشتی گرد هم آمدند تا با انجام یک دیدار دوستانه و نمادین میان پیشکسوتان پیام مشهد و هدف گلکار، نام دروازه بان فقید پیام و منتخب خراسان را زنده نگه دارند. این دیدار فوتسال با سوت حسین واقعی و اکبر سلمانی برگزار شد.

#### تساوی فرش آرا

تیم فوتسال فرش آرای مشهد در هفته هشتم لیگ برتر برابر میهمانش پالایش نفت بندرعباس به تساوی پرگل رسید. شاگردان احمد شفیعی در حالی در این بازی خانگی به تساوی رسیدند که نیمه اول را بد شروع کردند و سه گل از میهمان خوردند، اما در نیمه دوم توانستند نتیجه را جبران کنند. تساوی ۵ بر ۵ فرش آرا مقابل بندرعباس در ثانیه های پایانی به دست آمد. نماینده مشهد با این تساوی شش امتیازی شد و همچنان در جدول وضعیت مساعدی ندارد.

## سکته های گرگ ایرانی!

باید دید با توجه به اتفاقاتی که برای او رخ داده و شاید سلامتی اش را هم به خطر انداخته، گرگ ایرانی تا چه زمانی قصد ادامه دادن مسیر خود را روی استیج مسترالامپیا خواهد داشت. بارها در طول سال های اخیر فیلم تمرینات سنگین هادی چوپان حتی رقبای او را هم شگفت زده کرده و برخی کارشناسان او را در عرصه تمرینات سنگین و جابجا کردن وزنه های سنگین به ویژه در دوره سفت و سخت رژیم قبل از مسابقه یک استثنا می دانند. شاید همین فشارهای عصبی و استرس بالایی که هادی چوپان از آن صحبت کرده، باعث شده تا هادی امسال قید حضور در آرنولد کلاسیک را باوجود جوایز چشمگیری که عنوان شده بزند و بگوید بدنش نیاز به کمی استراحت دارد.

با انگیزه تمرین می کند و هم اکنون نیز هدفش را قهرمانی در مسترالامپیا ۲۰۲۵ عنوان کرده، در بخشی از صحبت های خود می گوید: "چندین بار با فشارهای عصبی و استرس مسابقات سکته کردم ولی هیچ کس این را نمی داند! چرا؟ چون می خواهم شادی ام را به شما انتقال دهم." با اینکه هادی چوپان زیر نظر یکی از بهترین مربیان جهان یعنی هنی رامبد کار خود را پیش می برد و قطعاً به صورت منظم آزمایشات لازم را برای چک کردن سلامتی بدن خود پشت سر می گذارد، اما صحبت های او در خصوص وضعیت سلامتی اش، خیلی از طرفداران او را نگران کرده است. هادی چوپان وقتی سال ۲۰۲۲ به عنوان قهرمانی مسترالامپیا رسید، در مصاحبه خود گفته بود می خواهد تا ۸۰۷ دوره دیگر این قهرمانی را تکرار کند. حالا

هادی چوپان در مراسم استقبال خود در شیراز از یک راز عجیب و یک اتفاق تلخ برای خود پرده برداشت. صحبت های هادی چوپان بعد از بازگشت به شیراز در روزهای اخیر بازتاب گسترده ای در فضای مجازی داشته است. از حرف هایی که درباره وطن و تعهدش به ایران گفته تا انتقادهای صریحی که نسبت به قضاوت داوران در مسترالامپیا داشته و خودش را قهرمان واقعی این رقابت ها معرفی کرده است. اما در جریان مراسم استقبالی که روبروی باشگاه هادی چوپان ترتیب داده شده بود و خیلی از طرفداران پای صحبت های گرگ ایرانی نشستند، هادی چوپان از یک راز تلخ و عجیب در خصوص شرایط خودش پرده برداشت. این فوق ستاره پرورش اندام ایران و جهان که در ۳۷ سالگی همچنان

## تراکتور و پرسپولیس در دبی، سپاهان در تاشکند!

راشد برگزار شود. تراکتور نیز که باید از تیم روشن تاجیکستان میزبانی کند نیز قصد دارد تا بازی خود را به شهر دبی منتقل کند. تبریزی ها روی امارت دست گذاشته اند و در این کشور از تیم تاجیکی پذیرایی خواهند کرد. اما سپاهان مقصد متفاوتی را برای بازی برگشت با الشارجه انتخاب کرده و از آنجایی که آن ها باید به مصاف تیم اماراتی بروند، تصمیم گرفته اند تا در کشور از بکستان از شاگردان کوزمین اولاریو میزبانی کنند. استقلال به عنوان آخرین نماینده ایران در هفته بعد مسابقات باشگاهی خود مهمان الهلال عربستان است و باید در ریاض با این تیم روبرو شود.

جلب کند اما در واقع این تیم نیز باید در خارج از تبریز، مسابقه برگشت را با نماینده تاجیک برگزار کند. پرسپولیس و سپاهان نیز که در دوره های بعدی مراحل گروهی لیگ نخبگان و سطح دوم لیگ قهرمانان آسیا باید به مصاف تیم های العرافه قطر و الشارجه امارات بروند، ناچار به انتخاب کشور بی طرف جهت میزبانی از تیم های یاد شده هستند. پرسپولیس که می بایست در تهران به مصاف العرافه می رفت، دیدار خود را در شهر دبی برگزار می کند. هنوز ورزشگاه این دیدار قطعی نشده ولی از آنجایی که شباهت الاهلی در هفته بعد مهمان است، احتمال دارد که این مسابقه نیز در استادیوم

پس از رخداد های اخیر و سلب میزبانی از تیم ملی ایران و تیم های باشگاهی کشور در رقابت های بین المللی و قاره ای، کشورهای ثالث به عنوان میزبان دیدارهای تیم های ایرانی انتخاب شدند تا علاوه بر تیم ملی، باشگاه های استقلال، پرسپولیس، سپاهان و تراکتور نیز مجبور به برگزاری بازی هایشان در خارج از ایران شوند. نخستین مورد در این زمینه، انتقال بازی تیم ملی ایران و قطر به ورزشگاه راشد شهر دبی بود. پس از آن، امشب استقلال باید در همین استادیوم از النصر پذیرایی کند. هرچند که تراکتور توانست موافقت باشگاه روشن تاجیکستان را برای جابجایی بازی های رفت و برگشت



«نقدی بر سینمایی زودپز»

## موشک جواب موشک

ولی را دزدیدند و شب ولی با دو نفر آمد کتک شان زد، پایان سکانس کتک کاری ابتر مانده، یا این که شاهین کتک خورد و افتاد ته چال مکانیکی، بی پیوست است، مخاطب فکر می کند نویسنده الان می خواهد با بی هوش افتادن شاهین روایت دیگری بسازد و داستان را جلو ببرد اما به یک باره در سکانس بعدی می بینیم به طور کل ماجرای کتک کاری دیشب تمام شده و حالا سیروس و شاهین دارند می روند ماجرای مرگ قدرت را به مهری بگویند!

نکته ای که شاید «زودپز» به آن پایان داده دیالوگ خنده دار است و بیشتر زور خودش را روی موقعیت های کمیک گذاشته، همان نقطه ای که نیاز سینمای کمدی امروز است. اینجا حتی می توان این مقایسه را در آثار کمیک خارجی هم انجام داد؛ بین سریال «فرندز» و مثلاً آثار صامت «چارلی چاپلین»، فرندز عمده توان خندانندش در دیالوگ هاست، چاپلین کمدی اش موقعیت است.

از طرفی دیگر موقعیت هایی در فیلم با «اسلو موشن» یا همان استفاده از تکنولوژی دیده می شود که کمتر در فضای سینمای کمدی، سازندگان به این سمت می روند. این اتفاق به تعبیر رامبد جوان، به واسطه حضور تهیه کننده و تیم تولیدی است که صاحب تجربه اند. منصور سهراب پور به عنوان تهیه کننده این فیلم، در کنار کارنامه ای متنوع از سریال و فیلم، پیش از این کمدی را با «ساخت ایران» تجربه کرده که در نوع خودش خاطر انگیز است.

اما شاید یکی از نقاط ضعف دیگر فیلم، شروع «زودپز» باشد که خیلی کوبنده نیست. رقص هندی در بیابان انتخاب شده اما خوب در نیامده و صحنه داخل خانه و دعوی دامادها و پدرزن هم آنچنان بار طنز ندارد. اما قدرت خندانندگی داستان از جایی شروع می شود که دامادها به کاراژ می روند و موج قدرت را می گیرند.

«زودپز» تازه از آنجا، جان می گیرد.

کمدی بودیم که به سمت داستان گویی توأمان با نمایش موقعیت های کمدی، برود. حتی زمانی که یک موشک به «زایشگاه» اصابت می کند؛ با تماشای این صحنه ها، خصوصاً آن هایی که آن دوران را به چشم خودشان دیده اند اشک در چشمانشان حلقه می زند. بنابراین «زودپز» تنها یک کمدی صرف نیست و سعی کرده فضای رئال را هم به مخاطبانش نشان دهد.

البته در عین حال، «زودپز» هم لحظاتی از شوخی ها و تیکه های سمی و سوسی سخیف های مرسوم سینمای امروز را دارد اما وزنه ی فیلمنامه، داستان و بازی خوب بازیگران به این اتفاقات مرسوم در سینمای کمدی این روزهای سینمای ایران، سنگینی می کند. از این بحث بگذریم؛ در میان این شوخی ها و محوریت داستان فیلم در زمان موشک باران تهران (سال ۶۶-۶۷)، اما چند نکته هم در آن نهفته است. اول تلنگری به مخاطب داخل سینما می زند چقدر نزول دادن و نزول گرفتن امر ناپسندیده ای است. با نشان دادن «پیرمرد» قصه (محمود جعفری) که هم نزول می دهد و هم محترک است، این اتفاق می افتد.

اصطلاحاً «نزول» زندگی آدمی را خاکستر می کند. نکته دیگر که به اتفاقات روز هم برمی گردد، موضوع دستاوردهای دفاعی ایران است. روزهایی را در «زودپز» می بینیم که مردم فریاد می زنند «موشک جواب موشک»، اما به خاطر قرار گرفتن در یک جنگ ناخواسته و تحمیل شده و حمایت ها و پشتیبانی های چندین کشور به رژیم بعث، آن موشک باران ها را نمی توان مثل امروز پاسخ داد. امروز جواب گستاخی های رژیم صهیونیستی با بیش از ۲۰۰ موشک پاسخ داده می شود و این هاست که احتمالاً مخاطب «زودپز» با تماشای این فیلم یاد این اقتدار می افتد و تعصب ملی اش را برمی انگیزد.

یا مثلاً آنجا که سیروس و شاهین ماشین عروسی

نقش قدرت الله مددی را به نمایش درمی آورد. به نظر می رسد رامبد جوان برای شخصیت پردازی درست تر، سعی کرده از تجربه بازیگری اش برای هدایت بازیگران بهره ببرد.

این اتفاق در «ورود آقایان ممنوع» و حتی «اسپاگتی در هشت و بیست دقیقه» هم می افتد. او معمولاً در بازگردانی فیلم هایی که خودش کارگردانی می کند تا حدود بسیاری موفق عمل کرده است. شاید یک مقداری «نگار» این ضعف را داشته باشد به خاطر اینکه کمدی نیست اما در کارنامه کارگردانی رامبد جوان، آثار کمدی اش از اقبال و اتفاقات بهتری برخوردار شده است.

در باره کارگردانی رامبد جوان باید به این نکته اشاره کرد او معمولاً کارهایی را که «فانتزی» ساخته خیلی خوب از آب در نیامده اند همچون «قانون مورفی» اما وقتی به سمت کمدی رئال رفته توانسته به موفقیت دست پیدا کند. همچنان که این اتفاق امروز برای «زودپز» افتاده است.

نکته دیگر توجه کارگردان به بداهه های بازیگران همچون محسن تنابنده که در وهله اول نویسنده خوبی برای کنار هم قرار دادن موقعیت های طنز است. همچنان که او پیش از این به کرات در سریال «پایتخت» این نکته را نشان داده است.

«زودپز» یک کمدی رئال با موقعیت های هوشمندانه طنز است. مشکلی که در اکثر اوقات، فیلم های کمدی سینمای ایران به سمت آن می روند. همچنان که این نکته را می توان در «قیف» رضا عطاران و «مفت بر» حامد بهداد به وضوح مشاهده کرد با یکسری از اکت ها، تیکه ها و ارجاعات جنسی برای فروش و دیده شدن تلاش می کنند در «زودپز» کمتر دیده می شود. اگرچه هست و اما یک داستان جدید و درجه نویی را از موشک باران سال ۶۶ روایت می کند. مدت ها بود کمتر شاهد یک داستان در دل یک

جدیدترین اثر رامبد جوان مخاطب را با خودش به دل موشک باران های سال ۶۶ می برد. اما شاید در پایان تماشا، به قدرت موشکی امروز ببالد.

داستانش، داستان دو باجناب است که می خواهند پدر همسرشان را به عنوان شهید جایزنند و از قبل این اتفاق به منفع برسند؛ اما شاید یک عده ای که هنوز این فیلم را ندیده اند را دچار سوء تفاهم کند.

آیا «زودپز» جدیدترین اثر رامبد جوان قصد اهانت به جایگاه یا خانواده شهدا یا جایگاه شهید دارد؟

با تماشای این فیلم و با حداقل مطالعه این یادداشت، به نظر می توان به این سوء تفاهم خاتمه داد. چرا که تیم «زودپز» به تلخی های موشک باران سال ۶۶ هم نگاهی جدید و متفاوت از نوع کمدی دارند و هم به مجاهدت ها و تلاش های رزمندگان ادای احترام می کنند.

بنابراین اگر مخاطب تا پایان، «زودپز» را دنبال کند حتماً سوء تفاهم نسبت به توهین و اهانت به جایگاه و خانواده شهدا کاملاً از بین می رود. چرا که میز محاکمه و دادگاهی برقرار می شود. باید رفت و تماشا کرد که برای سرگرم شدن و لذت بردن از بازی خوب محسن تنابنده، کارگردانی رامبد جوان و شاید با نگاهی جامع تر، تلاش های فیلمبردار خوب با قاب بندی های جذاب سینمایی، خالی از لطف نباشد.

نوید محمدزاده در تجربه اول طنزی، تمام تلاش خود را کرده اما راه برای طنز شدن بسیار دارد. در حالی که محسن تنابنده با حضور مؤثرش در مدیریت فیلمنامه اش همچنان که رامبد جوان در اظهارات اخیرش اشاره کرده، بار اصلی کمدی «زودپز» را به دوش می کشد.

شاهین صولتی که کاراکتر آن بر عهده نوید محمدزاده است یک آس و پاس «فکلی» است و تا حد زیادی باور پذیر شده و در مقابل شاید حضور کمتر اما درخشان تر محمود جعفری به چشم می خورد که

## سید جواد هاشمی از روش جذب مخاطب به سینما می گوید ساخت شتر گاو پلنگ سینمایی



سید جواد هاشمی که این روزها «شهر گربه های ۲» را روی پرده سینماها دارد، می گوید: تولید این فیلم ها عین دفاع مقدس است همان ایدئولوژی با شکل تازه تر. متأسفانه خیلی ها این مهم را نفهمیدند یا نخواستند بفهمند و من از اعتقاداتم فاصله نگرفتم.

نقد و بررسی فیلم «شهر گربه های ۲» با حضور کارگردان این اثر به میزبانی روزبه رحیمی نژاد و احسان طهماسبی پخش شد.

سید جواد هاشمی اظهار کرد: در ساخت «شهر گربه های ۲» به مساله مهاجرت فکر می کردم؛ چرا مهاجرت اتفاق می افتد؟ از امروز کودکان را برای مهاجرت آماده می کنند که این یک دغدغه بود. بسیاری از کودکان در مدرسه که می روند از سوی معلمان خود به رفتن از کشور ترغیب می شوند. در کشور مشکلات بسیاری وجود دارد و همه می دانیم. در فیلم «شهر گربه های ۲»، گریستان را ایران دیدم اما اگر به جای دیگری بروند اسیر گربه ترامپ می شوند و او تخصص آن ها را می گیرد.

وی ادامه داد: در «شهر گربه های ۲» می خواستم به بچه ها بگویم بمان و کشور خودت را بساز. فیلم سال ۱۳۹۸ تولید شد، «شهر گربه های ۱» سال ۱۴۰۰ اکران شد و این فیلم پانجمین فیلم پر فروش زمان خود بود. ما متأسفانه امروز تبلیغات نداریم. تلویزیون دوست نداشت «شهر گربه های ۲» اکران شود و منویات این رسانه با سید جواد هاشمی مشکل دارد. این کارگردان سینما توضیح داد: من وقتی معلم بودم به جبهه می رفتم و دفاع مقدس یک اتفاق بزرگ تاریخی بود و در عرصه بازیگری در آثار دفاع مقدس ایفای نقش کردم. ۳۰ سال

پیش در کانون حر منبع رشد بسیاری از افراد را فراهم کردیم. هاشمی بایان اینکه من باید کار کودک بسازم توضیح داد: من مدعی هستم که از کارشناسان بهتر می دانم که چه می خواهند. البته که مجبورم شتر گاو پلنگ بسازم تا خانواده ها فرزندان خود را به سینماها بیاورند. هیچ وقت آثارم را اختصاصاً برای کودکان نساختم. وی بایان اینکه این فیلم مسلح شده و تیغ سانسور به جان «شهر گربه های ۲» افتاد اظهار کرد:

شوراها انتظار دارند فیلمسازان یک قدم از مردم عقب تر باشند. سینمای کمدی و غیرمنتظره ای که امروز میلیاردری می فروشد از مردم عقب تر است و وقتی سینمایی از مردم جلو می افتد مخاطب دیگر عادت ندارد به استقبال این آثار برود. سینما در ذهن کسانی است که دوست دارند همه رسانه دستشان باشد. کارگردان «شهر گربه های ۲» تأکید کرد: سینما باید پیام بدهد. در «شهر گربه های ۲» به من گفتند چرا می گویی شرایط سخت است.

### کافه موسیقی

#### ساز «هنر» موسیقی در مشهد مقدس کوک نیست

مجید خروشی



از کودکی عاشق ورزش بود و به صورت تخصصی در رشته شنا کار کرد به همراه والدین کوهنوردی را تجربه و عاشق طبیعت و سفر شد و در ادامه به هنروری آورد.

گفت و گو با هنرمندی که نیامده در خراسان رضوی مطرح و مشهور شد. بیش از ۵ سال است که وارد عرصه هنر شده است. ابتدا به عنوان مدرس و مربی در رشته تربیت بدنی مشغول خدمت به جامعه هدف شد.

۸ ماه است در گروه تئاتر و آواز دسته جمعی (کر) حضور پیدا کرده است در ۳ جشنواره تئاتر رضوی، تئاتر فجر و همچنین گروه موسیقی کر رضوی موفق به کسب رتبه نخست کشور شد. زهرا (آبرا) زجاجی هنرمندی که خیلی زود در سطح کشور مطرح شده است با اشاره به این که متأسفانه ساز هنر موسیقی در مشهد مقدس کوک نیست ادامه داد: به صورت خیلی اتفاقی وارد عرصه هنر شدم ابتدا با کار دوبله زیر نظر استاد حمید طهران کار هنر را شروع کردم و سپس به دعوت آقای حسینی کارگردان مطرح تئاتر مشهد برای نقش آفرینی در تئاتر «ترمز اضطراری» به کارگردانی بهاره فاضلی دعوت شدم این نمایشنامه در جشنواره رضوی سال گذشته که به

## ارسال ۲۲۰ اثر به جشنواره تئاتر خراسان رضوی



دبیر سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی گفت: در ابتدا ۱۸۶ اثر به جشنواره رسید که پس از آن با درخواست شهرستان ها یک بازبینی انجام و فرصت مجددی در نظر گرفته شد که در مجموع ۲۲۰ اثر دریافت شد.

رضا عرفانی، در آیین رونمایی از پوسته های بخش ویژه سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی که در محل اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی برگزار شد، اظهار کرد: به عنوان دبیر جشنواره من نماینده یک گروه ۷ نفره هستم. تئاتر یعنی گروه و کار گروهی، از همین رو باید همه اعضا را راضی نگه داشت.

دبیر سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی با اشاره به اینکه این جشنواره مشورتی ترین جشنواره تاریخ تئاتر خراسان است، افزود: همکاری و مشورت با اعضای متخصص جشنواره همیشه در اولویت بوده و بخش های مختلف با همفکری جلو می رود. در این مسیر از همکاری و مشورت افراد برجسته، بهره برده ایم. وی بیان کرد: با وجود چالش های پیش روی ما، حضور مشاوران با تجربیات غنی شان به پیشبرد اهداف جشنواره کمک شایانی کرده است و در واقع این جشنواره یک پوست اندازی برای تئاتر خراسان رضوی است، چرا که شاهد حضور نیروهای جوان پدر این جشنواره هستیم.

و فرصت مجددی در نظر گرفته شد که در مجموع ۲۲۰ اثر دریافت شد.

وی بیان کرد: بخش ویژه جشنواره از اول تا ۱۵ آبان اجرا و در ۱۴ مرکز فرهنگی و هنری صورت خواهد گرفت که در ۲ نوبت ویژه کودک و نوجوان این اجرا پیش بینی شده است.

عرفانی تصریح کرد: برگزاری این جشنواره برای نمایش استعداد های نو و تقویت خلاقیت در تئاتر استان فرصتی ایجاد کرده است. امیدوارم با کمک و همکاری همه عزیزان، جشنواره ای موفق و اثرگذار برگزار شود.

عرفانی خاطرنشان کرد: بخش های مختلفی در جشنواره از جمله عکاسی، تئاتر، نمایشنامه نویسی و تئاتر کودک و نوجوان تعریف شده است. این برنامه ها با حضور گسترده و استقبال فراوانی روبرو بوده اند. همکاری با دستگاه های مختلف از جمله کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان و حوزه هنری بسیار مثمر ثمر بوده است.

دبیر سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی اضافه کرد: در ابتدا ۱۸۶ اثر به جشنواره رسید که پس از آن با درخواست شهرستان ها یک بازبینی انجام

به ادامه با اشاره به این که هنر موسیقی در مشهد مقدس بیگانه و مورد بی مهری قرار گرفته است تصریح کرد: در جشنواره موسیقی فجر که ۲ ماه گذشته به میزبانی تهران برگزار شد علیرغم اینکه هنر موسیقی در مشهد مورد بی مهری قرار گرفته است در میان ۵۰ گروه سرود، آکاپلا، کر، محلی و... موفق به کسب رتبه نخست شدیم و با وجود اینکه از حمایت مالی برخوردار نبودیم برای هنر خراسان رضوی افتخار کسب کردیم. وی در ادامه اشاره می کند که هم اکنون در گروه کر «صبا خراسان رضوی» زیر نظر استاد حسین انفرادی در بخش صدای آلتو فعالیت می کنم و با آموزش بیان امیدوارم بتوانم به جایگاه بالاتری دست پیدا کنم. زجاجی که دل در گرو طبیعت دارد و عاشق ورزش همچنین به کسب رتبه برتر همراه با گروه «کر آسمان» به رهبری استاد ذبیحی در جشنواره موسیقی فجر اشاره و تأکید کرد: بزرگترین مشکل ما علاوه بر حمایت مالی نداشتن فضای کافی برای تمرین است متأسفانه در مشهد مقدس برای موسیقی جایگاهی قابل نمی شوند ما علیرغم کسب رتبه های برتر کشور از حمایت مالی برخوردار نیستیم و بیشتر سفرها و جشنواره ها را هزینه شخصی شرکت می کنیم و اگر استاد انفرادی در این راستا همراهی نکنند به جرات می توان گفت که نمی توانیم در جشنواره های ملی مشارکت داشته باشیم.

## گزارش

نویسندگان بازنده رقابت با سلبریتی‌ها

### جنگ نابرابر

کایرا نایتلی جدیدترین ستاره‌ای است که کتابی برای کودکان منتشر کرده است، اما برخی معتقدند ادامه روند نویسندگان واقعی را کنار می‌گذارد.

کایرا نایتلی بازیگر مطرح انگلیسی کتابی ۸۰ صفحه‌ای با عنوان «دوستت دارم دقیقاً همین‌طور» در ژانر ادبیات کودک نوشته که قرار است در ماه اکتبر سال آینده منتشر شود و تصویرگری آن را نیز بر عهده داشته است، کتابی که درباره‌ی دختری است که با تغییرات ناشی از ورود یک خواهر یا برادر جدید کنار می‌آید.

ستاره‌ی فیلم «دزدان دریایی کارائیب»، جدیدترین چهره در فهرست بلندبالای سلبریتی‌هایی است که به نوشتن کتاب‌های کودکانه روی آورده‌اند.

همچنین تام فلچر و داگی پوپتر از گروه موسیقی مک‌فلای از زمان انتشار کتاب جدیدشان با عنوان «دایاناسوری که هالوین را خراب کرد!» در ماه گذشته، در صدر جدول پرفروش‌ها قرار گرفته‌اند. اوایل سال میلادی نیز دیوید ویلیامز با بازیگر و کم‌دین انگلیسی با کتاب جدیدش «استروچیپ» (شامپانه فضانورد) در صدر جدول فروش قرار گرفت. تاکنون تنها در بریتانیا، ۲۵ میلیون نسخه از کتاب‌های کودک نوشته دیوید ویلیامز به فروش رفته است.

تبدیل شدن از سلبریتی به نویسنده مساله جدیدی نیست و رمان‌های کودکانه نوشته جولی اندروز (ستاره فیلم کلاسیک اشک‌ها و لیخندها) به نام «مندی» در سال ۱۹۷۴ منتشر شد، در حالی که کتاب‌های مصور اثر مدونا، خواننده آمریکایی به نام «رُزهای انگلیسی» در سال ۲۰۰۳ به بازار آمد. آنچه در سال‌های اخیر تغییر کرده این است که سمت غیرسلبریتی این میدان خالی شده و درآمد نویسندگان اصلی ژانر ادبیات کودک و نوجوان در حال کاهش است.

جوشوا سیگل، نویسنده، شاعر و هنرمند در این باره می‌گوید: «این سلبریتی‌ها به پول یا توجه بیشتری نیاز ندارند، اما نویسندگان واقعی بسیاری به آن نیاز دارند.»

جنگ نابرابر نویسندگان واقعی در برابر سلبریتی‌ها وقتی برای نخستین بار خبر قرارداد کتاب کایرا نایتلی منتشر شد، نویسندگان در فضای مجازی ابراز نارضایتی کردند؛ شارلوت لوین نویسنده انگلیسی در مطلبی که به سرعت در فضای مجازی دست‌به‌دست شد، به شوخی درباره‌ی تصمیمش برای تبدیل شدن به یک ستاره سینما نوشت.

نویسندگان می‌گویند که ورود ستاره‌ها به نشر کتاب‌های کودک، تلاش‌ها و استعدادها نویسندگان غیرسلبریتی را زیر سوال می‌برد. جوشوا سیگل اظهار می‌کند: «نوشتن برای کودکان یک هنر است که نیاز به مهارت، تمرین و انضباط دارد. من واقعا سخت روی هنر خود کار می‌کنم و واقعا ناراحت‌کننده است که مردم فکر می‌کنند این کار آسان است.»

نویسندگان مشهور با دشواری‌هایی که یک نویسنده معمولی برای پیدا کردن ناشر با آن دست‌وپنجه نرم می‌کند، روبه‌رو نیستند. جیمز ای لیونز نویسنده ادبیات کودک می‌گوید: «قبل از اینکه قرارداد نشر بگیرم، بیش از ۱۸۰ درخواست دادم و چهار سال و بر روی سه دست‌نوشته کار کردم. نویسندگان غیرسلبریتی با صدها نامه رد درخواست و یا عدم پاسخ مواجه می‌شوند و نمی‌توانند با یک بلیت به یک باره به جلوی صف بروند.» هلن تامب لین-سایو، مالک کتاب‌فروشی واندلرند می‌گوید: «نام‌های مشهور همچنین از بازاریاری و پوشش رسانه‌ای گسترده‌ای بهره‌مند می‌شوند که بیشتر نویسندگان، به‌ویژه نویسندگان کودک، به‌سادگی از آن محروم هستند. دیدن نویسندگان مشهور که در برنامه‌های تلویزیونی پربیننده که درباره‌ی کتاب‌هایشان صحبت می‌کنند، به‌طور فزاینده‌ای رایج شده است.»

## مدیر کل فرهنگ و ارشاد خراسان رضوی مطرح کرد

### چرا به فعالان اقتصادی وام می‌دهند اما به هنرمندان نمی‌دهند؟!



حسین زاده اضافه کرد: بسیاری از فعالان اقتصادی می‌توانند تسهیلاتی دریافت کنند که باعث رشد کسب و کارشان شود، اما در حوزه فرهنگ و هنر دسترسی به این گونه حمایت‌ها کمتر است، در مجموع هنگامی که حرف فرهنگ و هنر وسط می‌آید این تسهیلات کم می‌شود؛ بنابراین انتظار می‌رود که این نوع حمایت‌ها شامل معافیت‌های مالیاتی شده و تسهیلات متناسب با شرایط فعالیت‌های فرهنگی و هنری فراهم شود.

درواقع دل‌اهالی تئاتر را به هم نزدیک می‌کند، برای قشر جوان ایجاد انگیزه و برای بزرگسالان به‌عنوان هدایت‌گر قشر کودک و نوجوان جهت رشد استعدادها عمل می‌کند. وی ادامه داد: منظور ما از این عدم حمایت، تخصیص اعتبار نیست بلکه منظور این است که قوانین به سمت تسهیل و پشتیبانی از هنرمندان سوق داده شود و در اینجا ذکر می‌کنم که درخواست اصلی من تغییر قوانین برای حمایت از هنر و هنرمندان است.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی گفت: باید تسهیلاتی متناسب با دوران تولید و برگشت سرمایه برای فعالان حوزه فرهنگ و هنر در نظر گرفته شود. این‌گونه می‌توانیم راه را برای هنرمندان هموار کنیم تا بدون نگرانی‌های مالی، به خلق آثار ارزشمند بپردازند.

محمدحسین زاده، در آیین رونمایی از پوسته‌های بخش ویژه سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی که در محل اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی برگزار شد، اظهار کرد: به عقیده من اگر حامیان و هنرمندان در حوزه‌های مختلف هنری همبستگی و انسجام نداشته باشند و از هنر و دستاوردهای خود پاسداری نکنند، هیچ‌کس دیگری نمی‌تواند به هنر ارزش ببخشد.

وی اضافه کرد: اهالی هنر باید با درک و دلسوزی نسبت به هنر، به تقویت آن بپردازند، چرا که فعال حوزه هنر می‌داند چه چیزی می‌تواند به تئاتر آسیب بزند و چه چیزی به رشد و تقویت اجرای هنری کمک کند.

حسین زاده با اشاره به اینکه تئاتر خراسان رضوی به‌صورت ملی موردحمایت قرار نمی‌گیرد، خاطر نشان کرد: رویدادهایی چون جشنواره تئاتر خراسان رضوی

## هادی حجازی فر:

### برای نقش می‌جنگم



صورت تاثیر گذاری روی مخاطب ندارد. خیلی وقت‌ها من ویژگی‌های بازیگر را به فیلمنامه اضافه می‌کنم در «موقعیت مهدی» همه تا بازیگر بودند به نحوی که در برخی جاها باهم دعوا می‌کردیم ولی یکی از بازیگران چشم‌هایی که داشت بسیاری از ضعف‌های فیلمنامه‌ای من و البته بازیگری او را می‌پوشاند. من آن آدم را به خاطر چشم‌هایش انتخاب کرده بودم. خیلی از دوستان دوست دارند بازیگر حرفه‌ای در کارشان بباورند مثلاً یک‌زمانی من سالی چند فیلم کوتاه بازی می‌کردم و می‌گفتم این زکات کار من است اما برخی فیلمنامه‌ها را می‌کنم و نمی‌فهمم که چرا باید من در آن حضور داشته باشم. پیشنهاد من این است که گرفتن بازی از نا بازیگران را تست کنید!

هادی حجازی فر نویسنده، کارگردان و بازیگر در نشست تخصصی «هدایت بازیگر» حرف‌های جالبی را بر زبان آورد.

خلاصه‌ای از صحبت‌های او بدین شرح است:

من کامل برای نقش‌م می‌جنگم، چیزی را که نتوانم درک کنم حضور در آن را نمی‌پذیرم و نمی‌توانم بازی کنم. من خیلی از فیلمنامه‌ها را رد کردم چون در آن خواندم «هادی با صدای بلند می‌خندد» این در حالی است که من اصلاً نمی‌توانم با صدای بلند بخندم البته به آن‌ها نمی‌توانم این دلایل را بگویم چون احساس ضعف در برابر این ماجرا می‌کنم مدیریت یعنی کشف توانایی‌های یک بازیگر.

نباید بازیگر را به چیز دیگری تبدیل کرد چون در این

## درک اختلال نقص توجه / بیش‌فعالی (ADHD) در کودکان

دشواری در تمرکز بر جزئیات، انجام تکالیف و وظایف، فراموشی کارهای روزمره. - بیش‌فعالی: تحرک زیاد، عدم توانایی در نشستن ثابت، صحبت کردن بیش‌ازحد. - رفتارهای تکانشی: پاسخ‌های سریع و بدون فکر، مشکل در انتظار نوبت. علل و عوامل مؤثر علت دقیق ADHD هنوز مشخص نیست، اما تحقیقات نشان می‌دهد که عوامل ژنتیکی نقش مهمی ایفا می‌کنند. همچنین، برخی از عوامل محیطی مانند مواجهه با سموم در دوران بارداری یا کودکی، مشکلات در دوران زایمان، و مصرف مواد مخدر یا دخانیات توسط مادر می‌توانند خطر ابتلا به این اختلال را افزایش دهند. راهکارهای درمانی برای مدیریت ADHD، ترکیبی از روش‌های درمانی می‌تواند مؤثر باشد. رایج‌ترین روش‌های درمان شامل: - درمان دارویی: استفاده از داروهایی مانند محرک‌ها که می‌تواند به بهبود تمرکز و

کنترل تکانش‌ها کمک کند. - درمان رفتاری: کمک به کودک در یادگیری مهارت‌های مدیریت رفتار و مقابله با چالش‌های روزمره. - مشاوره خانوادگی: والدین می‌توانند با آموزش و پشتیبانی از راهکارهای مناسب به کودکان کمک کنند تا با ADHD بهتر سازگار شوند. نکات مهم برای والدین و معلمان کودکان مبتلا به ADHD نیاز به حمایت مستمر دارند. والدین و معلمان می‌توانند با ایجاد محیط‌های ساختار یافته، زمان‌بندی مناسب، و تشویق به فعالیت‌های فیزیکی و ذهنی به این کودکان کمک کنند. همچنین مهم است که این کودکان احساس اعتماد به نفس و ارزشمندی را تجربه کنند. نقض توجه/بیش‌فعالی یک چالش است، اما با تشخیص زودهنگام و درمان مناسب، کودکان می‌توانند با موفقیت به سمت پیشرفت تحصیلی و اجتماعی حرکت کنند.



پدرام خسروشاهی

اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی (ADHD) یکی از رایج‌ترین اختلالات عصبی-رشدی در کودکان است که می‌تواند تأثیرات قابل توجهی بر عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی و زندگی روزمره آن‌ها داشته باشد. این اختلال شامل سه بخش عمده است: نقص توجه، بیش‌فعالی و رفتارهای تکانشی. کودکان مبتلا به ADHD اغلب با مشکلاتی مانند عدم تمرکز بر وظایف، بی‌قراری مداوم و واکنش‌های عجولانه مواجه هستند. علائم ADHD علائم معمولاً قبل از ۱۲ سالگی ظاهر می‌شود و می‌تواند در سنین پیش‌دبستانی نیز شناسایی شود. علائم اصلی عبارت‌اند از: - نقص توجه:

چرم مشهد

Mashad Leather

www.mashadleather.com

mashadleatherco

زیبایی ایرانی، ایرانی زیبا



# خزرنجیم

M a z r a e N a a b



## نان ناپ حسی ناپ مز دعه ناپ

بزرگترین تولید کننده نانهای حجیم  
نیمه حجیم . مسطح . شیرینی لایه ای  
و کیک در شرف کشور و با ظرفیت  
تولید روزانه ۵۰ تن

مشهد - بزرگراه آسیایی بعد از سه راه فردوسی کوچه شهید یزدی - کارخانه نان مزعه تاب مشهد

www.Nanemazrae.com

Nane.mazrae

051-35425004-9