طلوع روزنامه فرهنگی ، سیاسی ، اجتماعی ، ورزشی
صاحب امتیاز، مدیر مسؤول و سردبیر: محمد مهدی جعفری زاده
شماره استاندارد بین المللی روزنامه طلوع (شاپا): ۸۰۰۲ - ۵۸۷۳ ISSN: 5873 - 8002
حساب جاری سپهر ۰۱۰۱۴۵۵۸۳۷۰۰۱ بانک صادرات شیراز - شعبه سه راه بهار به نام روزنامه طلوع
شیراز: خیابان انقلاب (نادر)- نبش پارک انقلاب - مجتمع رز- طبقه اول
تلفن: ۰۷۱-۳۲۳۴۴۷۷۲ فاکس: ۰۷۱-۳۲۳۴۴۷۷۱
کازرون: خ قدمگاه - پایین تر از تقاطع امیرکبیر: ۰۷۱ - ۴۲۲۲۹۲۴۶
تایپ و صفحه آرایی: روزنامه طلوع
چاپ: میثاق

طلوع

پیامبر گرامی اسلام (ص):

شایسته (وسزاوار) یک مومن نیست که خودش را ذلیل کند.

نهج الفصاحه، ترجمه علی اکبر میرزایی، چاپ هفتم ۱۹۶۰

امروز شما

متولد فروردین (بره) :
باور داشتید که کنترل همه چیز در اختیار شماست، اما امروز ممکن است از خواب بیدار شوید و ببینید همه ی این ها فقط خواب و خیال بوده است. در طالع شما خانه ی امیدها و آرزوها وارد شده است، به همین خاطر ذهن تان سرشار از خیالات رنگارنگ است. اگر سعی کنید که احساسات تان را با منطق پیش ببرید، می توانید انرژی های امروز را به نفع خودتان در دست بگیرید. اما عجله نکنید، زیرا با شتاب کردن فقط همه چیز را سخت تر می کنید.

متولدین اردیبهشت (گاو) :
شاید فکر کنید که امروز هم یک روزی است مثل همه ی روزهای دیگر، اما نیروهای کهکشانی برنامه ی های ویژه ای برای شما دارند. بهتر است برنامه هایی را که خودتان تدارک دیده اید کنار بگذارید، زیرا با انجام آن ها نمی توانید به خواسته های دلخواه تان برسید. کمی انعطاف پذیری به خرج دهید تا تعاملات زندگی برای تان ساده تر شود و همزمان سعی کنید تا جایی که امکان دارد عصبانی نشوید. فقط کافی است سرسختی های تان را رها کنید تا ببینید همه چیز چه طور تغییر خواهد کرد.

متولدین خرداد (دوقلوها) :
شاید بهتر باشد که امروز صحنه را به دست کس دیگری بسپارید و اجازه دهید که به جای شما خطر کند. اکنون صورت فلکی دلو به نهمین خانه در طالع شما یعنی خانه ی افکار بزرگ وارد شده است، به همین خاطر ممکن است زیاده روی کنید و دست به کارهای بزرگ بزنید. خوشبختانه این قابلیت را دارید که از پس همه ی کارها بربیایید. اما به شما توصیه می شود قبل از این که دیر شود، بخشی از وظایف تان را با دیگران تقسیم کنید.

متولدین تیر (خرچنگ) :
به نظر می رسد که امروز کسانی می خواهند مانع راه تان شوند و با قصد و غرض شما را عصبانی کنند، اما اگر دقیق شوید می بینید آن قدرها هم همه چیز ضد شما نیست. البته ممکن است پیام هایی که از سوی اطرافیان دریافت می کنید چندان مهرآمیز نباشد، اما از آن جایی که بیش از حد حساس شده اید همه چیز را به خودتان می گیرید. اگر کمی با خودتان خلوت کنید و به افکارتان سر و سامان دهید، آن وقت می توانید با مشکلات احساسی و عاطفی به طرز مؤثرتری دست و پنجه نرم کنید.

متولدین مرداد (شیر) :
امروز کمی دمدمی مزاج به نظر می رسید، هم تمایل دارید که به وظایف تان رسیدگی کنید و هم می خواهید از زیر بار مسئولیت شانه خالی کنید. اکنون ماه کامل در هفتمین خانه در طالع شما یعنی خانه ی همراهان قرار گرفته است و از شما انتظار می رود که بر روابط تان با اطرافیان تمرکز کنید. شاید مجبور شوید خودتان را به آن ها ثابت کنید، اما اگر با مهربانی جلو بروید می توانید نیت های خوب تان را به همه نشان دهید.

متولدین شهریور (سنبله) :
به نظر می رسد که همه ی تمرکزتان را روی افکار شخصی قرار داده اید. اکنون ماه کامل به ششمین خانه در طالع شما یعنی خانه ی کارهای روزانه وارد شده است، پس از شما انتظار می رود که افکار غیر عادی را کنار بگذارید و فقط آن هایی را که به نظرتان عالی می آید دست چین کنید. خودتان را اذیت نکنید و به اندازه ی توان تان درگیر مشغله های روزانه شوید. کمی هم به ذهن تان اجازه دهید که برای خودش این طرف و آن طرف پرسه بزند. تا آخر هفته فرصت های خوبی به دست خواهید آورد تا بیش از پیش کارآمد عمل کنید.

متولدین مهر (ترازو) :
به نظر می رسد که خیلی با دوستان تان هماهنگ نیستید. اگرچه سعی می کنید احساسات تان را مهار کنید، اما هر لحظه ممکن است عصبانیت تان بروز کند. اگر نتوانستید انتظارات دیگران را برآورده سازید اشکالی ندارد، اکنون زمان آن است که با خودتان صادق باشید. هر آن چه را در قلب تان می گذرد بگویید. اگر خود خودتان باشید زودتر به نتیجه خواهید رسید.

متولدین آبان (عقرب) :
به نظر می رسد که در یک جاده ی صاف حرکت می کنید و هیچ حد و مرزی برای سرعت ندارید. امروز می توانید واکنش های صحیح از خودتان بروز دهید و این قابلیت را دارید که موانع را با موفقیت از میان بردارید. اما همین طور که از مسیر لذت می برید، حواس تان به انرژی مصرفی هم باشد. کمی از سرعت تان بکاهید و به جای این که مدام به دنبال لذت های زودگذر باشید بر اهداف بلند مدت تمرکز کنید.

متولدین آذر (کمان) :
از آن دسته آدم هایی هستید که به کلیت توجه دارند، اما امروز تمایل دارید که وارد جزییات شوید، زیرا ماه کامل به سومین خانه در طالع شما یعنی خانه ی اطلاعات وارد شده است. شاید بهتر باشد که کمی چشمان تان را تنگ تر کنید تا محدودتر ببینید. اما یادتان باشد که قرار نیست همه ی جزییات آن دور دست ها را هم ببینید.

متولدین دی (بز) :
اکنون فکر جدیدی به ذهن تان رسیده که می توانید با عملی کردن آن درآمدتان را افزایش دهید. اما به نظر می رسد که هنوز از قید و بند افکارهای قدیمی و ناکارآمد خلاص نشده اید. شاید مجبور شوید دست از روال و رویه ی سابق بردارید تا بتوانید فرصت های جدیدی را برای خود رقم بزنید. به جای این که منتظر بمانید تا همه چیز خودش مهیا شود، بهتر است خودتان فضای لازم را ایجاد کنید تا فرصت ها بروز کنند.

متولدین بهمن (ظرف آب) :
امروز ممکن است از خواب بیدار شوید و ببینید که کنترل حالات و احساسات تان دست شما نیست. اکنون ماه کامل در نشانه شما قرار گرفته و ممکن است متوجه شوید که احساسات مدفون شده در ذهن تان به مرز آگاهی رسیده اند. برای این که بتوانید خودتان را دوباره به وضعیت تعادل برگردانید به شما توصیه می شود که با یک دوست درباره ی موضوعات فلسفی صحبت کنید، شاید این گفتگوها کمک تان کنند.

متولدین اسفند (ماهی) :
معمولاً تصورات تان از مجموعه ای از نشانه ها تشکیل می شود، اما امروز ممکن است برای تحلیل آن ها وارد یک بحث بی پایان شوید و در نهایت معنی نشانه ها در توضیحات بی شمار شما گم شود. اکنون اطراف تان شلوغ تر از آن چیزی است که ترجیح می دهید. از آن جایی که ماه کامل به دوازدهمین خانه در طالع شما یعنی خانه ی معنویات وارد شده است به سکوت احتیاج دارید. لازم است که بدانید همه ی این تشویش ها از درون شما برمی خیزد و ربطی به اتفاقات دنیای بیرون ندارد.

دلیل رد پیشنهاد ۴ میلیاردی توسط شهاب حسینی

✓به منافع جمع فکر کنیم

شهاب حسینی دلیل رد پیشنهاد ۴ میلیاردی برای تبلیغ یک محصول را ترجیح دادن منافع جمعی به شخصی دانست و اعلام کرد از آن بنگاه اقتصادی خواسته این پول را برای فعالیت های فرهنگی هنری با حضور جوانان خرج کند.

به گزارش خبرنگار مهر، شهاب حسینی بازیگر سینمای ایران که به تازگی برای انجام مجموعه‌ای از فعالیت های فرهنگی به عنوان مدیر هنری با یکی از نهادهای فعال در عرصه تولید و عرضه فرش ایرانی قرارداد بسته است در مراسمی درباره برنامه های آتی خود گفت: حمایت و کشف استعدادهای جوان و دمیدن روح تازه بر پیکره هنر این سرزمین در حوزه های مختلف فرهنگی چون سینما، تلویزیون، انتشار کتاب و توجه به موسیقی به ویژه موسیقی نواحی از مهمترین اهداف این حرکت فرهنگی است.

شهاب حسینی که پیشنهاد ۴ میلیاردی برای تبلیغات یک محصول اقتصادی را نپذیرفته و طی رایزنی با آن نهاد تصمیم گرفته این پول را در عرصه تولید آثار فرهنگی و هنری هزینه کند درباره انگیزه های شخصی خود بیان کرد: من اعتقاد دارم باید از منفعت و حساب شخصی خود چشم پوشی کنیم و اگر فرصت هایی از این دست ایجاد می شود آن را صرف سرمایه گذاری در جهت منفعت جمعی کنیم.

این بازیگر که فیلم "دوران عاشقی" را در اکران دارد با اشاره به نواقص موجود در سینمای ایران توضیح داد: در طول سال های متمادی فعالیتم در سینمای ایران نقص های بسیاری را در این عرصه شاهد بوده ام که یکی از این نقص ها نبود بودجه و امکانات لازم برای حضور استعدادهای جوان در عرصه فرهنگ و هنر است. وی متذکر شد: فیلمسازان جوان بسیاری را که آماده حضور در عرصه فیلمسازی بودند سراغ دارم که به دلیل نداشتن سرمایه کافی از این هنر و صنعت رانده شده اند. از همین رو تلاش می کنیم روش های جدید برای فعالیت در این عرصه فراهم کنیم تا جوانان مستعد بتوانند راحت فیلم بسازند و در عین حال آزمون و خطا می کنیم تا بدانیم آیا می شود تفکر و اندیشه های ساختاری جدید را به استانداردهای جهان نزدیک کنیم.

شهاب حسینی در پاسخ به اینکه سرمایه موجود چگونه به جوانان فعال در عرصه فرهنگ و هنر اختصاص می یابد، گفت: به تازگی به عضویت انجمن صنفی تهیه کنندگان مستقل سینمای ایران به مدیریت غلامرضا موسوی در آمده‌ام و امیدوارم از طریق این انجمن صنفی که به اعتقاد من فعالیت خوبی دارد بتوانیم بودجه لازم را به سینماگران جوان اختصاص دهیم.

وی با بیان این مطلب که فیلم سینمایی برای تولید در دستور کار دارد، گفت: نخستین برنامه اجرایی در بنگاه سرمایه دار تولید فرش ایرانی تولید یک فیلم بلند به تهیه کنندگی سعید ملکان و به کارگردانی احسان بیگلری به عنوان یک فیلم اولی است و بعد از آن در نظر داریم از ظرفیت موجود در تولید فیلم های تلویزیونی بهره ببریم. ضمن اینکه در تولید این آثار به نمایشنامه و رمان های ایرانی و خارجی و همچنین اقتباس های ادبی نیز توجه ویژه ای داریم.

بازیگر فیلم "پرسه در مه" با اشاره به این مطلب که حمایت مالی تنها به تولید فیلم های سینمایی منحصر نمی شود، بیان کرد: قرار نیست حمایت مالی تنها در عرصه سینما صورت گیرد بلکه حمایت از نوازنده‌های خلاق و جوانان که در شهرهای دور افتاده و بی نام و نشان کار می کنند و هیچ جا دیده نمی شوند و یا جوانان نویسنده و شاعر که دنبال چاپ آثار خود هستند نیز مد نظر است. در واقع هدفم تکرار تجربه های گذشته نیست.

حسینی تصریح کرد: من واسطه بین سرمایه و استعدادهای جوان هستم تا بتوانیم در یک روند تعاملی کار خیر چند منظوره انجام دهم. از همین رو برای من فرقی نمی کند در شرایط فعلی با چه عنوانی به عرصه فرهنگ و هنر خدمت کنم. گاهی ممکن است این حضور در لباس تهیه کننده باشد، گاهی ممکن است به عنوان کارگردان فیلمی را بسازم، گاهی ممکن است بازیگر و گاهی هم تنها تماشاگر باشم. وی یادآور شد: هنر بازیگری به تنهایی روح مرا اقناع نمی کند و انجام فعالیت های زیربنایی و حمایت از جوانان فعال در عرصه فرهنگ و هنر را دریچه ای برای ارج نهادن به هنر این سرزمین می دانم. باید اعتماد به عرصه سرمایه گذاری فرهنگی برگردد و بخش خصوصی را تشویق به حضور در عرصه تاثیرگذار فرهنگی کرد.

تصاویر جدید از «رسوایی» ۲ ده نمکی

به گزارش خبرگزاری تسنیم، فیلم سینمایی "رسوایی۲" به کارگردانی مسعود ده‌نمکی ۱۰ مرداد با بازی بازیگرانی چون اکبر عبدی، محمدرضا شریفی نیا سحر قریشی، اسماعیل خلج و فخرالدین صدیق شریف، امیر نوری مقابل دوربین رفت. فیلمبرداری این فیلم سینمایی در نزدیکی مجلس شورای اسلامی در محله‌ای امامزاده یحیی آغاز شده است و این روزها در خیابان های تهران ادامه مراحل فیلمبرداری پشت سر می گذارد.

داستان اصلی این فیلم سینمایی با محوریت شخصیت حاج یوسف با بازی "اکبرعبدی" است که بنا است با یک پیش بینی غیر منتظره قصه اصلی را پیش ببرد، از نکات قابل توجه این اثر داستان‌های فرعی است که در درون قصه اصلی قرار گرفته است. در قسمت دوم این فیلم سینمایی، ۱۰ سال از زمان ماجرای اول گذشته است و اتفاقات در شهری فرضی رخ می دهد. در "رسوایی ۲" باز هم حاج یوسف با چالش های مختلفی از طرف اهالی محل روبرو می شود و بار دیگر از جامعه طرد می شود. عوامل این فیلم سینمایی عبارتند از تهیه کننده: مسعود ده‌نمکی، مدیر فیلمبرداری: فرشاد گل سفیدی، طراح گریم: امیر اسکندری، مشاور تهیه: مجتبی امینی، مدیر تولید: محمود محمدطائمه، مدیر صدابرداری: محمود خرسند، طراح صحنه و لباس: علی نصیری‌نیا، دستیار اول کارگردان: نورالدین گودرزی، دستیار برنامه‌ریز: آلما سعادتی‌فر، تدوین: امیرشیبان خاقانی، عکاس: حسن شجاعی، منشی صحنه: مرضیه آذری، مدیران تدارکات: پرویز کاظم‌لو - علی همت، مسوول بدلکاران: جعفر کیوان‌رضایی.

راز جوانی نسرین مقانلو

✓محبت کردم جوان ماندم

نسرین مقانلو هم ۴۷ ساله است اما هنوز در بعضی فیلم‌ها نقش زن‌های جوان سی و چند ساله را بازی می کند. او درباره راز جوانی‌اش می گوید: "به نظر من اولین و موثرترین فاکتوری که باعث می شود یک انسان جوان و شاداب بماند، فاکتورهای روانی و درونی است. کسانی که گذشت دارند، مهربان هستند و به دیگران محبت می کنند، چهره‌های شاداب تری دارند و انرژی مثبت از خود ساطع می کنند. برعکس کسانی که کینه دارند، در تلاش هستند به دیگران لطمه بزنند و به‌طور کلی روح بیماری دارند، همیشه پژمرده و افسرده به نظر می رسند. این افراد با تراوش کینه و انرژی منفی در درجه اول به خود و سلامتی خود ضربه می زنند. بخشش دیگران و آرامشی که به دنبال آن می آید، بزرگ ترین هدیه خدا به انسان است؛ من هم همیشه سعی کرده‌ام بخشش و گذشت داشته باشم. سعی می کنم در زندگی چیزی را از کسی به دل نگیرم و همیشه از خدا برای همه اتفاقات خوب و زندگی آرام خواسته‌ام. من معتقدم دعا و آرزوهای خوب برای دیگران داشتن در درجه اول خود شخص را شاداب می کند و این شادابی در چهره تجلی پیدا می کند. دیگران و مردم را دوست دارم و همیشه تلاش کرده‌ام صداقت و فداکاری داشته باشم و از حسادت دوری کنم. به هرحال معتقدم مسائل درونی و روانی بسیار زیاد روی چهره، جوانی و شادابی تاثیرگذار است و یکی از مهم ترین فاکتورهای حفظ سلامتی است."

سبک زندگی برایم مهم است

به غیر از مسائل درونی و آرامش روحی، سبک زندگی سالم باعث می شود که آدم جوان بماند و در سال های دوران میانسالی هم شاداب باشد. من همیشه سعی کرده‌ام تا جایی که می توانم مراقب نوع زندگی، تغذیه و سلامتم باشم. بیشتر روزها یا در پارک یا روی تردمیل پیاده روی می کنم. مدیتیشن و یوگا هم انجام می دهم تا تمرکز داشته باشم و به آرامش برسم. والیبال، شنا و تکواندو جزء ورزش های مورد علاقه من است که گهگاه انجام می دهم. من سعی می کنم ورزش و فعالیت بدنی را در برنامه روزانه‌ام حتما بگنجانم؛ حتی اگر زمان کوتاهی باشد. خواب مناسب هم بسیار مهم است و سعی می کنم حداقل زمانی که سر صحنه نیستم آن را رعایت کنم. به‌هرحال بازیگران شغلی دارند که شاید گاهی مجبور باشند تا نیمه‌های شب یا حتی صبح بیدار بمانند و کار کنند. با این حال من سعی می کنم خواب راحتی داشته باشم و تا حد امکان ساعت ۱۱ شب بخوابم چون بهترین زمان برای خوابیدن بین ساعات ۱۱ تا ۴ صبح است. معتقدم خوابیدن در این زمان سموم را از بدنم خارج کرده و انرژی برای فعالیت های بعدی را تامین می کند.

از گنجینه طب سنتّی استفاده می کنم

من واقعا به تغذیه سالم برای داشتن بدنی سالم و جوانی اعتقاد دارم. سعی می کنم نکات مربوط به سلامتی که در رسانه‌ها می شنوم یا می خوانم را رعایت کنم و حتما غذاهای تازه مصرف کنم. برخی نکات مربوط به طب سنتی را هم رعایت می کنم. بسیاری از مردم کشورهای دیگر مثل چین و کره از داروهای گیاهی و طب سنتی ایران استفاده می کنند؛ چرا خود ما از این گنجینه سلامتی استفاده نکنیم؟ مادر من بختیاری است و از طب سنتی اطلاعات زیادی دارد.

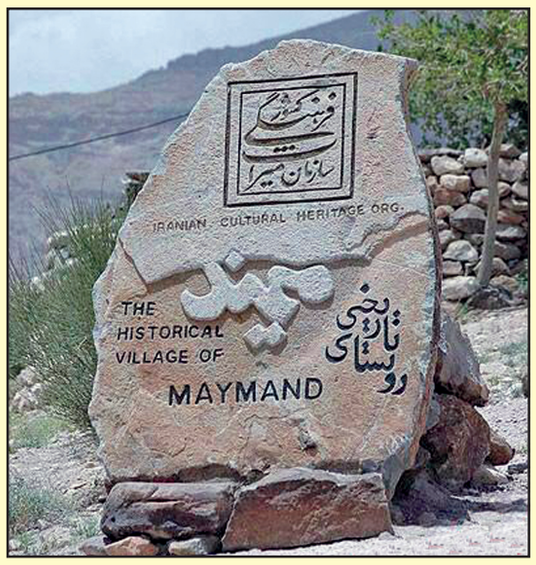
بسیاری از نکات مربوط به حفظ سلامتی را از ایشان آموخته‌ام؛ مثلا یک لیوان آب جوش ولرم قبل از صبحانه یکی از کارهایی است که من همیشه آن را انجام می دهم. آب جوش قبل از صبحانه باعث دفع سموم و پاکسازی کبد شده و باعث می شود پف بدن اصطلاحا بخوابد. به علاوه ترکیبی دارم که آن را مصرف کرده و به دیگران هم توصیه می کنم. این ترکیب شامل دو لیتر آب سرد، ۱۰ شاخه نعناع، چند حلقه لیموترش، چند حلقه خیار و یک قاشق غذاخوری زنجبیل تازه؛ این ترکیب را می توان حتی به جای آب نوشید. بعد از ۲۵ روز می توان تاثیر آن را در آب شدن چربی های دور شکم دید. یا ترکیب دیگر، استفاده از زیره در سالاد است که بسیار مفید است و آن را مصرف می کنم.

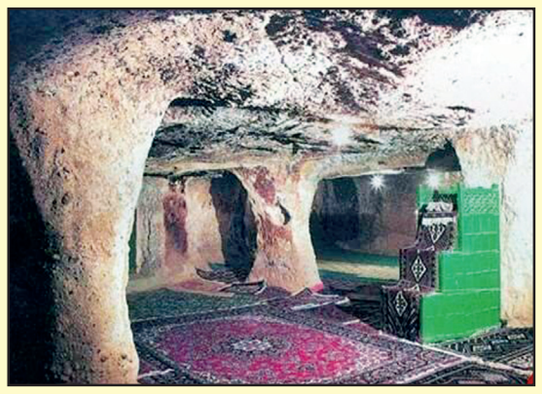
مطالب خواندنی و جالب

عجیب ترین روستای ایران

تصاویری از عجیبت ترین روستا واقع در جنوب شرق ایران در نزدیکی کرمان به نام میمند است.

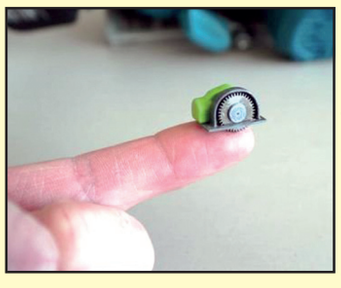
میمند نام یکی از ۷ روستای عجیب ایران است که ۱۲ هزار سال قدمت دارد و تا به حال از اهالی روستا در آن زندگی می کنند.





ریزترین اره برقی جهان

ریزترین اره برقی جهان با استفاده از فناوری چاپ سه بعدی ساخته شد.



پیشتر کوچکترین دریل جهان با بهره گیری از تکنیکهای جدید چاپ سه بعدی ساخته شده بود و حالا از اره برقی رونمایی شده که تنها اندکی بزرگتر از ناخن انگشت شصت است.

این اره بسیار کوچک دارای تمامی قطعات و بخش های یک اره در اندازه واقعی بوده و حتی از محافظ نیز برخوردار است. ضخامت پوسته قطعات تشکیل دهنده این ریزاره تنها ۰.۵ میلیمتر است و جالب اینکه برای ساخت آن با استفاده از یکی از جدیدترین دستگاه های تولید چاپ سه بعدی کمتر از یک ساعت زمان صرف شده است. این ریزسازه خلاقانه که توسط یک مبتکر نیوزلندی ساخته شده پایان پروژه هیجان انگیز ساخت ریزابزارها نیست زیرا وی اعلام کرده که قصد دارد سایر تجهیزات برقی را با همین روش تولید کند. ریزاره تولید شده توسط این مبتکر خلاق با استفاده از باتری کار می کند. وی برای تکمیل عملکرد این دستگاه ریز دکمه ای نیز در آن تعبیه کرده است. ریزترین اره برقی جهان فعلا نمی برد اما قرار است نسخه بعدی آن با قابلیت برش ساخته شود.