

## امروز شما

**متولدین فروردین:**  
امروز به خاطر دوری و ارتباط نداشتن با دوست نزدیک یا عشقتان احساس تنهایی و عدم امنیت می کنید و دارید با خودتان فکر می کنید که شاید شما را فراموش کرده باشد و یا دیگر برایش اهمیت نداشته باشید. کمی وقت بگذارید و سعی کنید با این شخص تماس بگیرید، به احتمال خیلی زیاد درخواست یافت که تمام فکرها یا تنهایی بیهوده بوده اند.

**متولدین اردیبهشت:**  
امروز انجام کارهای خانه و محل کار و مدیریت همه این کارها کمی سخت به نظر می رسد. عاقلانه ترین راه حل ممکن در چنین شرایطی این است که کارهایتان را اولویت بندی کرده و یک برنامه دقیق برای خودتان مشخص کنید.

**متولدین خرداد:**  
امروز اگر مجبور شدید با وضعیتی که برایتان خوشایند نیست روبرو شوید، سعی کنید اجازه ندهید حال روحیتان را به هم بریزد. این اتفاق ها برای همه پیش می آیند.

**متولدین تیر:**  
امروز شما نگران وضعیت اقتصاددانان هستید. از طرفی هم پولی که قرار بوده امروز به حسابان واریز شود با تأخیرهایی روبرو خواهد شد و همین باعث نگرانی بیشتر شما خواهد شد.

**متولدین مرداد:**  
امروز اتفاقی غیرمنتظره ممکن است باعث شود بین شما و شخصی که دوست دارید به طور موقت فاصله ایجاد شود. اجازه دادن به پرورش چنین افکاری در ذهنتان، برای رابطه عاطفی شما چالش های جدی ایجاد خواهد کرد.

**متولدین شهریور:**  
امروز صبح که از خواب بیدار می شوید ممکن است نشانه های سرماخوردگی خفیف یا گلو درد داشته باشید. این وضعیت می تواند توانایی شما در انجام کارها و مسئولیت هایان را تحت تأثیر قرار دهد و به احتمال زیاد نخواهد توانست در محل کارتان چندان فعال باشید.

**متولدین مهر:**  
امروز سعی کنید هرطور که شده ساعات خوبی را با شخصی که دوست دارید بگذرانید و از صبح زود برای این کار برنامه ریزی کنید.

**متولدین آبان:**  
شاید دلتان بخواهد امروز را به خودتان استراحت بدهید و کار و زندگیان را تعطیل کنید تا به کارها و پروژه های ناتمام شخصیتان برسید. راستش را بخواهید با توجه به حجم کاری که در انتظاران است، انجام چنین کاری برایتان میسر نخواهد بود.

**متولدین آذر:**  
امروز شما غرق در خاطرات خود خواهید بود و همین موضوع شما را به یاد دوستان و اقوامی انداخته است که دور از شما زندگی می کنند و دلتان برای آن ها تنگ شده است.

**متولدین دی:**  
امروز مسائل مادی ممکن است برای شما با مشکلاتی همراه باشند. در هر صورت این مشکل هر چه که باشد، پی بردن به دلیل آن هر چند کمی دشوار، اما امکان پذیر خواهد بود.

**متولدین بهمن:**  
امروز شما نیاز به تأیید شدن دارید. مشکلاتی که با دوستان یا عشقتان دارید باعث شده اند فکر کنید کسی دوستان ندارد و دچار احساس عدم امنیت شوید.

**متولدین اسفند:**  
امروز کمی بی حال و حوصله شده اید. شاید حتی از لحاظ جسمی هم زیاد سرحال نباشید و کمی احساس گلودرد و سرماخوردگی داشته باشید. اگر فکر می کنید اوضاع بد است، حتماً سری به دکتر بزنید.

## مهشید افشارزاده کارگردان و بازیگر سینما و تلویزیون: کلیشه شدن آزارم می دهد



مهشید افشارزاده از دهه ۶۰ به طور جدی وارد عرصه بازیگری شده و در کارهای موفق سینما و تلویزیون از قبیل سریال آینه و افسانه آه هنرنمایی کرده است. او در ضمن در کنار بازیگری و کارگردانی، یک ورزشکار موفق هم است و سالها در تیم والیبال ایران توپ زده است. او در دهه ۶۰ فیلمهایی چون بایسیکلران، دخترم سحر و بچههای طلاق بازی کرده است. در دهههای بعدی افشارزاده بیشتر به سمت فیلمسازی تمایل پیدا کرد و فیلم پنج ستاره را با بازی شهاب حسینی کارگردانی کرد. **از دهه ۸۰ با ساخت فیلمهای کوتاه و ویدیویی به سمت کارگردانی رفتید و دو سال قبل هم فیلم پنج ستاره را ساختید. به کارگردانی به اندازه بازیگری علاقه دارید؟**

از همان ابتدای فعالیت کاری من به کارگردانی علاقه خاصی داشتم و البته در دهه ۶۰ در رشته بازیگری در تالار محراب تحصیل کردم و اولین تجربه بازیگری من فیلم بایسیکلران بود البته چند سالی بود که کمتر به بازیگری می پرداختم. چون اغلب نقش های پیشنهادی بدون کیفیت و ضعیف بودند که برای بازی در من رغبتی ایجاد نمی کردند از آن گذشته من در دهه ۸۰ به صورت آکادمیک در دانشگاه درس کارگردانی خواندم و با برنامه و هدفمند سراغ فیلمسازی رفتم. **فیلم پنج ستاره هم در زمان نمایش مورد توجه مردم و منتقدان قرار گرفت؟**

بله، تلاش کردم چهره های گرم و صمیمی از خانواده ایرانی را در فیلم نشان بدهم. خانواده هایی که هنوز در جامعه ما وجود دارند و آرامش و صفا در روابطشان حاکم است و مظاهر تکنولوژی روز مثل رایانه و فیسبوک باعث نشده بچه ها از والدین جدا شوند و به گوشه های پناه ببرند. فیلم پنج ستاره یک فیلم شخصیت محور بود که به بررسی زندگی آدمهایی می پردازد که در یک هتل مشغول کار هستند و شخصیت اصلی فیلم دختر ۱۸ ساله ای است که در دانشگاه قبول می شود. دختر برای تأمین مخارج تحصیل مجبور می شود در هتلی که مادرش کار می کند مشغول شود. **به چه دلیل شخصیت اصلی فیلم را یک زن قرار دادید؟**

موقعی که تهیه کننده ساخت این فیلم را به من پیشنهاد داد متوجه شدم فیلم می تواند یک اثر زنانه موفق باشد. فیلمنامه اولیه، فیلمنامه کمی شخصیت تری بود و بیشتر یک مثلث عشقی مد نظر نویسنده بود. **به چه دلیل خودتان در فیلم بازی نکردید؟**

به بازیگری همچنان علاقه دارم. اما چون می خواستم در کار اول حرفه ای سینمایی تمرکز کافی روی کارگردانی داشته باشم از بازی در فیلم صرف نظر کردم. **این که مطرح می کنند یک زن باید تلاش مضاعف تری نسبت به مردان داشته باشد تا بتواند وارد فعالیت فیلمسازی بشود حرف درستی است؟**

برخی از دوستان عقیده دارند کارگردانی حرفه مردهای است و خانها نمی توانند به خوبی از عهده اش برآیند و این ریشه در نگاه مردسالارانه موجود در جامعه دارد. در حالی که همه چیز بسته به تلاش و کوشش هر شخص دارد. کارگردانی در کارش موفق است که بتواند درست از ایده های استفاده کند. در سالهای اخیر با حضور تعداد زیادی زن فیلمساز، زنان توانایی های خودشان را به اثبات رسانده اند. **شما سالها عضو تیم ملی والیبال بانوان هم بوده اید. ورزش چقدر برایتان اهمیت دارد؟**

ورزش و کارهای هنری اشتراک زیادی مثل داشتن مخاطب، محبوبیت و تماشاگر با هم دارند و دیدن سریال و مسابقه ورزشی می تواند در حکم سرگرمی برای مردم محسوب شود. باشم.

## خواندنی

### خطرناک ترین پیاده راه جهان



خطرناک ترین پیاده راه جهان در ارتفاع ۳۳۰ فوتی یک رودخانه در کشور اسپانیا قرار گرفته که بیش از ۳ کیلومتر طول دارد. به گزارش جام جم آنلاین به نقل از فارس، خطرناک ترین پیاده راه جهان که در کشور اسپانیا قرار دارد، بعد از ۱۴ سال بازگشایی شد. این پیاده راه پل مانند در ارتفاع ۳۳۰ فوتی یک رودخانه قرار گرفته و قرار است از ۱۸ آوریل بلیط بازدیدی از آن به گردشگران کشور اسپانیا و دیگر کشورها فروخته شود. این پل که El Caminito del Rey نام دارد، بر فراز رودخانه Gualdalhorce قرار گرفته است. خطرناک ترین پل جهان توسط بسیاری از رسانه ها به این لقب مشهور است که ۳ کیلومتر طول دارد و در بین سالهای ۱۹۰۱ تا ۱۹۰۵ ساخته شده است. این پیاده راه خطرناک در سال ۲۰۰۱ به علت کشته شدن ۵ نفر که از ارتفاع پرتاب شده بودند، بسته شد. دو سال پیش هم زمان با بازگشایی مجدد این پل، ۶۰۰ هزار گردشگر از آن بازدید کردند که انتظار می رود امسال روزانه ۱۱۰۰ نفر توریست برای دیدن آن اقدام کنند.

### دعوا بر سر غذا



عکس روز نشنال جئوگرافیک به تصویری از پلیکان هایی اختصاص یافته است که در دریاچه کرکینی یونان بر سر تصاحب غذا دعوا می کنند.

### از نگاه دوربین



### دلو نوشته برزو ارجمند برای عارف لرستانی من فرزند پدر تو می شم و تو بشو فرزند پدر من



اخیر ورزشی میخوندم که گوشیم تو دستم زنگ خورد و عکس عارف افتاد وسط گوشی... گفتم خدایا عارف این وقت صبح؟! با خودم گفتم حتماً خبر بدیه که عارف این ساعت صبح به من زنگ زده، جواب دادم: جانم عارف؟ که به جای عارف، خانومی جوابمو داد: ببخشید مزاحم شدم، من همسایه آقای لرستانی هستم، متأسفانه آقای لرستانی فوت شدن، میشه تشریف بیارید منزلشون؟ گفتم: شوخی قشنگی نیست که الهام، همسر عارف، گوشی رو گرفت و... رفاقت ما از سال ۷۴ شروع شد از ۲۲ سال پیش، از دانشکده، هر دومون بچه شهرستون بودیم و اومده بودیم تهران برای چنگ زدن به کار کردیم، اومدم هتل صبحانه خوردم و آماده خواب شدم، داشتم تو مویالم و بازیگری و تأثر و سینما نبود، وجه

### عکس: سیدعلی هاشمی