

## امروز شما

### فروردین

امروز روز بسیار خوبی برای در دست گرفتن کنترل اوضاع به نظر می‌رسد. شما آماده‌سازی‌های لازم را انجام داده‌اید و حالا دیگر وقت آن رسیده است که از شرایطی که فراهم کرده‌اید بیشترین بهره ممکن را ببرید. اگر شما برای رویارویی با دشمن خود حاضر می‌شوید باید پیش از هر چیزی اعتماد به نفس داشته باشید. شما در حال حاضر از هوشیاری و آمادگی بالایی برخوردار هستید.

### اردیبهشت

امروز تا جایی که می‌توانید ذهن خودتان را روی چیزهای مثبتی که در زندگی‌تان در جریان هستند متمرکز کنید. شاید در طول روز با چالش‌ها و مشکلاتی مواجه شوید و حتی درگیر بحث و دعواهایی شوید که اصلاً انتظار آنها را ندارید. اجازه ندهید این مشکلات ذهنیت شما نسبت به خودتان و زندگی‌تان را تغییر دهند.

### خرداد

امروز شما می‌توانید به سرعت برق و باد تمام کارها و مسئولیت‌های روزمره‌تان را به انجام برسانید. سرعت شما نسبت به همیشه به‌طور قابل توجهی افزایش پیدا کرده است و می‌توانید در کارهایتان موفقیت چشمگیری داشته باشید. باین حال شما حاضرید در انجام هر فعالیتی شرکت کنید و هر زحمتی را به جان بخرید؛ اما کار نکند.

### تیر

امروز آتش انرژی درون‌تان سوزان‌تر از هر زمان دیگری است؛ پس از این انرژی درونی حداکثر استفاده را ببرید. هر پروژه‌ای که شما مدیریت و رهبری آن را به عهده بگیرید با موفقیت پیش خواهد رفت. امروز قدرتی در وری حرف‌ها و کارهایتان نهفته است که اگر از آن به‌درستی استفاده کنید شما را به خواسته‌هایتان خواهد رساند؛ پس حداکثر استفاده را از آن ببرید.

### مرداد

خودتان را با انرژی موجود در امروز هماهنگ کنید و به خودتان زیاد سخت نگیرید. امروز روز بسیار خوبی برای اینکه خودتان را به بی‌خیالی برزیند و خوش بگذرانید به نظر می‌رسد. دیگران امروز خیلی جدی و حساس به نظر می‌رسند و نمی‌شود با آنها بحث کرد، پس شما هم خودتان را با جریان روز هماهنگ کرده و با دیگران درگیر نشوید. هرچقدر آرام‌تر و بی‌خیال‌تر باشید، دیگران هم در کنار شما احساس آرامش بیشتری خواهند داشت.

### شهریور

امروز از طرفی دلتان می‌خواهد روزتان را هر چه سریع‌تر شروع کرده و مشغول به کار شوید، اما از طرفی هم احساس می‌کنید که آمادگی لازم را ندارید. شاید احساس کنید که زیر پایتان به اندازه کافی محکم نیست که بتوانید قدم بعدی را بردارید. اجازه ندهید فشاری که دنیای اطرافتان دارد به شما وارد می‌کند شما را در جهتی قرار دهد که دلتان نمی‌خواهد باشد.

### مهر

امروز ممکن است با اطرافیان خود درگیری‌هایی داشته باشید. مشکل به احتمال زیاد از آنجایی آب می‌خورد که دیگران دارند بیش از حد خودخواهانه رفتار می‌کنند و تمام فکر و ذکرشان حفظ منافع خودشان است، اما شما منافع جمع را در نظر دارید و این رفتار آنها برای‌تان قابل تحمل نیست. سعی کنید زیاد به آنها سخت نگیرید و نگرانی‌هایشان را درک کنید، در حال حاضر آنها به توجه بیشتری از جانب شما نیاز دارند.

### آبان

امروز شما بسیار احساساتی شده‌اید و ممکن است واکنش‌های بسیار شدیدی از خودتان نشان دهید. حالت تهاجمی درونی امروز شما باعث شده است که بخواهید خودتان کنترل همه چیز را در دست بگیرید؛ اما این نکته را هم باید در نظر داشته باشید که امروز تقریباً همه عصبی هستند و خیلی زود از کوره در می‌روند و باید خودتان را برای مقابله با آنها آماده کنید.

### آذر

امروز یک تنش غیرمنتظره از جایی که اصلاً انتظارش را ندارید به سراغ‌تان خواهد آمد. به احتمال زیاد شما امروز خیلی حساس‌تر از همیشه شده‌اید و رفتار تهاجمی، ساجات و حاضر جوابی‌تان کم کم برای دیگران آزاردهنده می‌شود. به همین دلیل هم ممکن است به صورت کامل غیرمنتظره با عصبانیت و واکنش‌های تند دیگران مواجه شوید. اگر در چنین شرایطی قرار گرفتید زیاد فداکار نشوید، شرایط کنجانی امروز همه را کمی تدمراج کرده است.

### دی

شما در حال حاضر دارید در زمینه‌های مختلف زندگی خود رشد و پیشرفت را تجربه می‌کنید. درست است که تغییرات زیاد و ناگهانی باعث ایجاد فشار و استرس می‌شوند، اما همین تغییرات فرصت از بین رفتن بسیاری از تنش‌ها را هم برای شما فراهم خواهند کرد. شما نباید منتظر اتفاقات خوب بنشینید تا خودشان به سراغ‌تان بیایند؛ به نفع‌تان است که به‌جای این کار چشم‌هایتان را باز کرده و گنجی که درست در برابر چشمانتان قرار دارد را ببینید.

### بهمن

امروز برای شما روز فوق‌العاده‌ای خواهد بود. همه چیز امروز خیلی سریع پیش می‌رود و اتفاقاً این سرعت به نفع شمامت و با توجه به حجم کارهایی که باید انجام دهید به کارتان خواهد آمد. امروز احساس می‌کنید که باید به‌ظاهر خوش بود از روزهای دیگر رسیدگی کنید، شاید حق با شما باشد، پس با خیال راحت هرچقدر که دلتان می‌خواهد برای انجام این کار وقت صرف کنید.

### اسفند

امروز انگار همه دنیا عصبی شده‌اند، اما خوشبختانه شما به اعصاب خود مسلط هستید، پس به همین روند ادامه دهید و اجازه ندهید خشم و بی‌حوصلگی اطرافیان روی شما هم تأثیر بگذارد و حال و هوای‌تان را تغییر دهد. مواظب افرادی که به نظر می‌رسد ترس و وحشت انگیزه آنها برای انجام کارهایشان است باشید. همراهی با آنهایی که با اعتماد به نفس و از روی اراده تصمیم‌گیری می‌کنند برای‌تان خیلی بهتر خواهد بود.

### بیژن بی‌رنگ:

## برنامه «ستاره محور» به جایی نمی‌رسد



جام جم آنلاین: بیژن بی‌رنگ از جمله فارغ‌التحصیلان ادبیات نمایشی است که هرچند سابقه فعالیت هم در سینما و هم برای شبکه نمایش خانگی را دارد؛ اما پیش از هر چیز به واسطه فعالیت‌های تلویزیونی‌اش شناخته می‌شود. بی‌رنگ کار در تلویزیون را با کارگردانی تلویزیونی مجموعه «در خانه» آغاز کرد و به دنبال آن با مشارکت در ساخت برخی آثار طنز محبوب کودکان و نوجوانان و از جمله «چاق و لاغر» فعالیت خود را امتداد داد.

اوج شهرت بی‌رنگ زمانی بود که با همراهی مسعود رسام مجموعه تلویزیونی «همسران» را ساخت؛ موفقیت این مجموعه در جلب مخاطب و به دنبال آن ساخت مجموعه «خانه سبز» بود که شهرت بی‌رنگ را دوچندان کرد. «سرزمین سبز» مجموعه بعدی بی‌رنگ بود که به اندازه «خانه سبز» دیده نشد. بی‌رنگ در میانه دهه ۸۰ اجرای یک برنامه گفت‌وگو محور با عنوان «باز هم زندگی» را بر عهده گرفت و به دنبال آن مجموعه‌هایی مانند «شام ایرانی» و «عشق تعطیل نیست» را برای شبکه خانگی تولید کرد. بهانه‌مان برای گفت‌وگو با بیژن بی‌رنگ، سرنوشت طرحی تلویزیونی با عنوان «بابا لنگ‌دراز ایرانی» بود و دیری نگذشت که بی‌رنگ از طرح تازه‌اش برای راه‌اندازی یک برنامه گفت‌وگو محور به‌روز حرف زد.

**بابا لنگ‌دراز ایرانی بالاخره به کجا رسید؟ یاد می‌آید خیلی مشتاق تولیدش بودید؟**  
طرحم آماده بود و برای تولید آن را به شبکه دوی سیما هم ارائه دادم و خیلی هم مشتاق بودم که به جریان بیفتد اما اشتیاق کم کرد شد. چون آنقدر روال تأییدش به طول انجامید که اگر هم به سرانجام برسد دیگر خودم رغبتی به تولیدش ندارم.

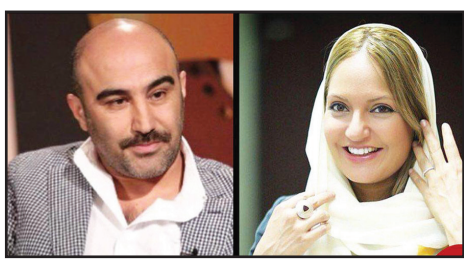
**یعنی بناست تغییر فاز دهید و به‌جای تولید یک مجموعه نمایشی، ساختاری تازه را برای کارگردانی انتخاب کنید؟**  
این روزها خیلی دوست دارم یک برنامه گفت‌وگو محور داشته باشم، چون فکر می‌کنم روزگاری است که زدن به عمق بیش از هر چیز دیگر برای جامعه‌مان لازم و ضروری است. البته در میانه دهه ۸۰ هم تجربه اجرای «باز هم زندگی» را داشتم و در آنجا هم کوشیدم برخی مباحث اجتماعی، روان‌شناسی و خانوادگی را طرح نموده و برایش راه‌حل پیدا کنم و حالا هم فکر می‌کنم نیاز داریم به یک برنامه گفت‌وگو محور عمیق برای طرح معضلاتی که گریبانمان را گرفته!

**چه در تلویزیون و چه در سامانه‌های مجازی برنامه گفت‌وگو محور کم نداریم. آیا این تعدد برنامه گفت‌وگو محور ورودتان به این عرصه را پرریسک نمی‌کند؟**  
آنچه از برنامه گفت‌وگو محور در تلویزیون یا فضای مجازی باب شده یکسری برنامه گفت‌وگو محور است که محورشان حضور چهره‌هاست؛ کار به‌جایی رسیده که دیگر اجرای این برنامه‌ها را هم به چهره‌ها می‌دهند تا پتانسیل مخاطب را بالا ببرند. ابتدا به دنبال چنین برنامه‌ای نیستم، من می‌خواهم یک برنامه موضوع محور راه بیندازم که به‌گونه‌ای تخصصی به موضوعات مبتلا به جامعه ورود کند. طرح این برنامه سال‌ها در ذهنم بوده است و در دو سال اخیر به این نتیجه رسیدم که می‌توان بهتر از هر زمان دیگری این طرح را اجرایی کرد.

**مگر در دو سال اخیر چه اتفاقی رخ داده که شما را به اجرای این برنامه گفت‌وگو محور رغب کرده است؟**  
غلبه فضای مجازی در این سال‌ها بیشتر شده و بارها پیش آمده که مخاطبان فریب دروغ‌های این فضا را خورده‌اند. در این شرایط جامعه نیاز دارد به مطرح کردن مصائبش در قالب برنامه‌ای تحلیلی که بتواند به عمق بزند. این یک واقعیت است که اگر سراغ خرد جمعی برویم بسیاری از مشکلات حل خواهد شد و حتی زمانی که با مسعود رسام سریال‌هایی مانند «خانه سبز» را می‌ساختیم سعی می‌کردیم طوری داستان‌پردازی کنیم که اهمیت خرد جمعی نمایش داده شود. در روزگار غلبه سایبر که این خرد جمعی اهمیت بیشتری مییابد پس چرا از طریق یک برنامه گفت‌وگو محور تخصصی اهمیتش را ارج ننهیم.

**از صحبت‌هایتان این طور استنباط می‌شود که به دنبال اجرای برنامه‌ای هستید که در موضوعات مبتلا به جامعه به لحظه ورود کند و راهکار عملیاتی دهد؟**  
همین بالا و پایین رفتن قیمت ارز را ببینید که چه التهابی را وارد جامعه کرده! این مسئله‌ای است که در برنامه‌های مختلف رادیو و تلویزیون از میزگرد گرفته تا گفت‌وگویی چالشی و گزارش‌های خبری بدان می‌کنند برای‌تان خیلی بهتر خواهد بود.

## ماجرای «قسم» محسن تنابنده و مهناز افشار به کجا رسید؟

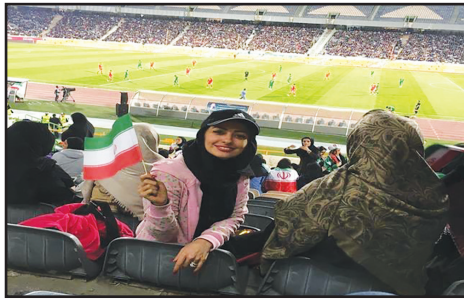


تهیه‌کننده فیلم سینمایی «قسم» به کارگردانی محسن تنابنده گفت: این روزها در حال فیلم‌برداری در شهر گرگان هستیم و بعد از اتمام سکانس‌های این لوکیشن، به شهر شاهرود می‌رویم. به گزارش افکارنیوز، جلیل شعبانی تهیه‌کننده فیلم سینمایی «قسم» درباره تولید این فیلم سینمایی گفت: چند وقتی است که فیلم‌برداری فیلم سینمایی «قسم» آغاز شده است و در حال حاضر حدود ۱۵ درصد از این فیلم جلوی دوربین رفته و تدوین همزمان آن در حال انجام است.

وی ادامه داد: این روزها در حال فیلم‌برداری در لوکشین شهر گرگان هستیم و بعد از اتمام سکانس‌های گرگان، به شهر شاهرود می‌رویم و مابقی سکانس‌ها را در شهر شاهرود جلوی دوربین می‌بریم.

این تهیه‌کننده سینمای ایران درباره بازیگران فیلم «قسم» اظهار کرد: بازیگران اصلی فیلم همچنان مهناز افشار، سعید آقاخانی و حسن پورشیرازی هستند؛ اما در کنار آنها از برخی بازیگران تئاتری نیز استفاده کرده‌ام. شعبانی درباره حضور این فیلم سینمایی در جشنواره فیلم فجر اعلام کرد: حتماً فرم حضور در سی‌وهفتمین جشنواره ملی فیلم فجر را پر خواهیم کرد و ان‌شاءالله با موافقت هیئت انتخاب جشنواره فیلم فجر، این فیلم در سی‌وهفتمین جشنواره فیلم فجر رونمایی می‌شود.

## نقیسه روشن در استادیوم آزادی تماشاگر بازی دوستانه ایران و بولیوی



نقیسه روشن به مناسبت اولین حضور بانوان در استادیوم آزادی پستی را در صفحه اینستاگرام خود منتشر کرد. به گزارش خبرگزاری برنا، نقیسه روشن در اولین حضور بانوان در استادیوم آزادی در این ورزشگاه حضور داشت و به مناسبت اولین حضور بانوان در استادیوم آزادی پستی را در صفحه اینستاگرام خود منتشر کرد.

استادیوم آزادی سلام! سالها از کنارت گذشتم و همیشه برام سؤال بود دیدن بازی فوتبال تو بهترین ورزشگاه کشورت چه حسی میده، امروز از نزدیک دیدمت، هم تو رو، هم یک بازی فوتبال رو، امروز اولین دفعه ورود زنان به استادیوم، جای تک تک بانوان سرزمین خالی و ممتون از زحمات همه کسانی که تلاش می‌کنند خانم‌ها از این به بعد سهمی از دیدن مسابقات در استادیوم آزادی داشته باشند.

## آیا تمهیدات لازم را برای بارش‌های پربار نعمت الهی در نظر گرفته‌ایم؟



## عکس تأمل برانگیزی که ده‌نمکی از بنز سوارشدن رزمندها منتشر کرد



فرهنگ سینما؛ مسعود ده‌نمکی که به‌تازگی فیلم‌برداری فیلم «زندانی‌ها» را به پایان رسانده است تصویری از رزمندگان دوران دفاع مقدس در اینستاگرام منتشر کرد. به گزارش خبرگزاری خیر آنلاین، مسعود ده‌نمکی تصویری از رزمندگان دوران دفاع مقدس در اینستاگرام منتشر کرد و در جمله‌ای قابل تأمل نوشت: «رزمنده‌ها هم بنز سوار می‌شدند؛ اما از نوع بنز خاور».