

سوال جواب

www.soaljavabdaily.ir

تخریب جنگلها و محیط زیست و پوشش های گیاهی تخریب منافع ملی است



- ❑ دوشنبه ۱۶ اسفند ۱۴۰۰
- ❑ ۴ شعبان ۱۴۴۳
- ❑ ۷ مارس ۲۰۲۲
- ❑ سال هشتم - شماره ۱۹۵۶
- ❑ ۸ صفحه - ۴۰۰۰ تومان

در روزنامه امروز می خوانید

استاندار گیلان در مراسم روز درختکاری:
توسعه فضای سبز نقش مهمی در نشاط افزایی عمومی دارد



شهردار رشت تاکید کرد:

اتخاذ تصمیمی منطقی برای پیشبرد پروژه های مدیریت پسماند لندفیل سراوان



رئیس کل دادگستری گیلان:

مردم از گران فروشی و قیمت بالای اجناس رنج می برند



بیش از ۴۰ سال است که زباله ها و هر آنچه که به عنوان ضایعات و آشغال از همه شهرهای گیلان تولید می شود در دل جنگل زیبا و سرسبز سراوان ریخته میشود و این بی تدبیری همچنان ادامه دارد و انگار مغزها خشک شده و هیچ طرح و برنامه ای برای آن اندیشیده نمی شود!

البته عین این ماجرا نیز در مورد انتقال فاضلاب های شهری و صنعتی شهر به دو رودخانه گوهررود و زرجوب رشت نیز صادق بوده و اصلا معلوم نیست چرا ما با دست مان داریم حیات و زندگی را بر خودمان نیست، نابود و تلخ می کنیم؟! چطور ممکن است یک انسان عاقل و دارای شعور فاضلاب و زباله ها را در آب زلال رودخانه ها بریزد و آنها را به گندآب بدل کند؟! چطور ممکن است طراوت و سلامت آب این مایع حیات را به فاضلاب آغشته کنیم تا بوی تعفن و مسموم کننده آن را به خورد خودمان بدهیم و از این طریق فاضلاب را وارد دریا کنیم و زندگی ماهی ها و موجودات دریا را نیز به مخاطره بیندازیم و چطور ممکن است به خودمان اجازه بدهیم زباله های خانگی و صنعتی را به جای دفع اصولی و بهداشتی و امحای آن از ۴۰ سال پیش به درون جنگل ببریم تا حیات جنگل، حیات وحش و حیات خودمان را به خطر بیندازیم؟ چرا جنگل سراوان حیاط خلوت زباله گیلان شده که حالا هیچ کس حتی قدرت تغییر جای آن را هم ندارد؟! متأسفانه طی سال های اخیر که شدت تخریب زیست محیطی شیرابه های زباله گاه سراوان فزونی گرفته و رودخانه ای از فضولات و شیرابه ها به سمت دریا در جریان بوده و مثل رودخانه های رشت آلودگی را با خود تا دریا امتداد داده و تبعات بیماری و انواع مرض های آن نیز مردم منطقه سراوان را با سرطان هایی درگیر کرده، تاکنون هیچ راه برون رفتی از سوی متولیان و مدیران کشور و استان تهیه نشده و مدام جلسه و حرف های بی نتیجه ای که فقط در حال زمان خریدن هستند و زباله ها همچنان به جنگل سراوان منتقل می شوند و...

واقعیت این است که مردم سراوان دیگر به حرف و وعده های مسئولان بی اعتماد شده و حتی دیگر حرف دولتمردان و مدیران دولت رئیسی هم اعتباری ندارد، چرا که با حضور وزیر کشور در دفنگاه زباله سراوان قول رسیدگی و حل معضل زباله داده شده بود اما روز شنبه استاندار گیلان که جلسه پسماند استان را در سراوان برگزار کرده بود آب پاکی را روی دست مردم سراوان ریخت و گفت که جایی برای مدیریت زباله استان نداریم و به دنبال جای دیگری هم نباشید تا در سرهای دیگر پیش نیاید! راستش حرف های آقای استاندار مرا به یاد تمثیلی انداخت که شنیدن و خواندنش خالی از لطف نیست!

روزی مرد پینوایی که از شدت ضعف، گرسنگی و ناداری پر سر کوچی ای نشسته و مشغول گریه و زاری برای دریافت کمک بود، مرد توانمندی را دید که با تعدادی نان در دست به سویش می آید و... او شرح حال بدبختی های خود را برای وی بازگو کرد و مرد توانمند نیز با شنیدن سخنان مرد بی نوا اشک هایش جاری شد و شروع کرد به گریه کردن و... در این بین مرد پینوایی که متعجب شده بود از وی پرسید: شما چرا گریه می کنید، شما بهتر است به جای گریه کردن کمی نان به من بدهید! که در جواب مرد توانمند پاسخ داد: نان را نمی توانم به تو بدهم ولی هر چقدر بخواهی با تو گریه خواهیم کرد! ... حال تو خود بخوان حدیث مفصل از این مجمل!

بن بست در تغییر محل دفن زباله سراوان!

وقتی استاندار گیلان هم برای مردم سراوان گریه می کند؟!



مجتمع چاپ و بسته بندی نوین

NOVIN PRINTING & PACKAGING GROUP

مجهز به:

- ... دستگاه چاپ روتوگراور ۸ رنگ
- ... لمینت بدون حلال
- ... برش رول به رول
- ... دستگاه روده کن (Central Seal)
- ... دستگاه بازرسی کننده (Inspecting Machine)
- ... دستگاه قطعه کن (Cutting Machine)
- ... پلیت ستر HEIDELBERG CREO
- ... ۲ دستگاه افست چهاررنگ
- ... ۳ دستگاه افست تک رنگ
- ... ۲ دستگاه چسب گرم تک خانه و پنج خانه
- ... دستگاه جعبه چسبانی HI-PACK دهانه ۸۵
- ... دستگاه سلفون کش حرارتی TMC دهانه ۷۲

چاپ افست ۴ رنگ • چاپ روتوگراور ۸ رنگ

پیش از چاپ • چاپ • پس از چاپ

دفتر مرکزی: رشت، خیابان سعدی، نرسیده به سه راه معلم
تلفن: ۳۳۳۹۱۲۷ - ۳۳۳۴۷۷۷۷ - فکس: ۳۳۳۴۰۷۶ - ۱۳

کارخانه: رشت، شهرک صنعتی سفیدرود، فلکه سوم، بلوار جنوبی
تلفن: ۴ - ۳۲۰۰۱۶۱ - ۱۳

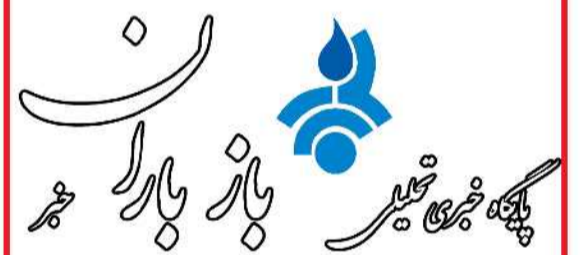
@novin.print novin.print@yahoo.com www.novinprint.ir

هموطن!

زیباترین جلوه
نیکوکاری کمک
به بیماران انجمن
خیریه حمایت از بیماران
کلیوی است.

شماره حساب ۰۱۰۵۳۹۲۸۵۵۰۰۵
بانک ملی
شماره حساب ۰۱۰۲۵۰۷۲۰۸۰۰۰
بانک صادرات

تلفن: ۳۳۳ ۶۳۵۳۹



www.bazbarankhabar.ir

مدیر مسئول و صاحب امتیاز: کریم خورسندی مردهی

سوال جواب

با ما تماس بگیرید

تلفن: ۰۵۰ ۳۳۳۳۶ - ۰۷۳۷ ۱۰۳۳۳

www.SoalJavabDaily.ir
Email: SoalJavabDaily@gmail.com

آرنا

مجموعه ورزشی

استخر
سونا
جکوزی

ایروبیك
بدنسازی
و آمادگی جسمانی

۳۳۷۶۳۲۴۸

آرنا

آکادمی بسکتبال

آموزش
فوتسال
والیبال

گلزار، بلوار دیلمان، خیابان وحدت

استاندار گیلان در مراسم روز درختکاری:

توسعه فضای سبز نقش مهمی در نشاط افزایی عمومی دارد



سوال جواب: استاندار گیلان با شرکت در مراسم روز درختکاری و غرس یک اصله نهال، از همه مردم برای کاشت درخت و مشارکت در توسعه فضای سبز و فرهنگ درختکاری دعوت کرد. به گزارش پایگاه اطلاع رسانی استانداری گیلان؛ دکتر اسدالله عباسی صبح یکشنبه در مراسم روز درختکاری که به مناسبت هفته منابع طبیعی و آبخیزداری در پارک جنگلی سراوان رشت برگزار شد؛ با گرامیداشت ولادت امام حسین(ع) و روز پاسدار، به اهمیت درختکاری و صیانت از مواهب طبیعی از جمله جنگل ها اشاره و بیان کرد: درختکاری و توسعه فضای سبز، نقش مهمی در زیباسازی محیطی و نیز نشاط افزایی عمومی دارد. وی با بیان اینکه حیات انسان وابسته به طبیعت است، حراست از میراث طبیعی را وظیفه ای همگانی خواند و افزود: این میراث طبیعی از نسل گذشته به نسل امروز و نسل امروز به آیندگان سپرده می شود. استاندار گیلان با تأکید بر لزوم کاشت گونه های بومی و هیرکانی، توجه به اقلیم استان در توسعه جنگل ها را امری مهم دانست و از مردم دعوت کرد تا با کاشت نهال به توسعه فضای سبز و فرهنگ درختکاری کمک کنند. دکتر عباسی همچنین با گرامیداشت یاد و خاطره شهدای عرصه حراست از میراث طبیعی، به یاد شهید غفاری یک اصله نهال غرس کرد.

وی همچنین با حضور در یکی از محله های حاشیه ای واقع در منطقه چهار شهر رشت، در مراسم درختکاری این روز شرکت کرد. دکتر عباسی با یادآوری تأکید خود به شهردار رشت برای رسیدگی به مناطق حاشیه ای و محروم شهر، ساماندهی معضل ترافیک، پسماند و ساماندهی رودخانه های گوهررود و زرچوب و نیز فاضلاب را از مواردی عنوان کرد که طبق تصریح رئیس جمهوری، باید مورد توجه باشد و در برنامه های مدیریت استان نیز قرار دارد. وی به هفته درختکاری اشاره و توسعه فضای سبز را موجب شادابی مردم ذکر و خاطرنشان کرد: سرانه فضای سبز باید استاندارد باشد و درحالیکه گیلان را به سرسبزی و وجود درختان پرشمار و طبیعت زیبا می شناسند، زیننده نیست که از این موهبت، محروم بماند. وی کاشت درخت را صدقه جاریه عنوان و بر لزوم کاشت نهال های شمر و باره تأکید کرد و گفت: میزان اعتباری مشخص برای توسعه فضای سبز در سایت ۵۰۰ هکتاری لاکان اختصاص می یابد تا با کاشت درخت، زیبایی منطقه پادشده، فزونی یابد. استاندار گیلان الگو و نمونه شدن شهر رشت به لحاظ ملبهلمان شهری را انتظار خود از مدیران مربوطه بیان و اضافه کرد: همانگونه که در بخش آزادسازی نوار ساحلی از مصرفات، به صورت جهادی عمل کردیم؛ در موضوع پسماند نیز همینگونه عمل می کنیم و رخت، سستی و لختی را از بدنه اجرایی می زداییم تا چابکی و نشاط و فعالیت در همه اداره ها بوجود آید. دکتر عباسی در خاتمه سخنانش بر لزوم ارئه گزارش از سوی مدیران مربوطه در خصوص غرس نهال و نیز اتمام فرآیند کاشت نهال و توسعه فضای سبز شهری در این منطقه تأکید کرد.

فرماندار رشت در جلسه ستاد اجرایی خدمات سفر شهرستان خبرداد:

برنامه ریزی و آمادگی لازم جهت استقبال از مسافران نوروزی



سوال جواب: فرماندار رشت از آمادگی و برنامه ریزی جهت استقبال از مسافران نوروزی خبر داد و گفت: تشدید نظارت ها بر بازار جزو برنامه های اصلی است که در قالب اکیپ های بازرسی انجام می گیرد. حمیدرضا امام پناهی در جلسه ستاد اجرایی خدمات سفر که در سالن جلسات فرمانداری شهرستان رشت برگزار شد، ضمن تبریک اعیاد شعبانیه اظهار کرد: باتوجه به در پیش بودن تعطیلات نوروزی باید آمادگی و برنامه ریزی لازم جهت استقبال از مسافران نوروزی انجام گیرد. فرماندار شهرستان رشت افزود: دو سال اخیر به دلیل شیوع کرونا وضعیت پذیرش مسافر در استان های شمالی با محدودیت هایی مواجه بود که اکنون هم با توجه به شیوع میکروبی نگرانی هایی وجود دارد که اگر دستورالعمل های بهداشتی رعایت نشود، با وضعیت شکننده ای که هست امکان برگشت محدودیت ها وجود دارد لذا می طلبد که در حوزه های مختلف نظیر اصناف و واحدهای قاشمی دستورالعمل ها با جدیت اجرا و پیگیری شود. امام پناهی با تأکید بر اجتناب از عادی انگاری ها، تصریح کرد: همه باید تلاش کنیم که افراد دز سوم واکنس را تزریق کنند، میزان بستری هایی که در همین اواخر واکنس بیش از ۲۰۰ نفر از کسانی بودند که واکنس را کامل تزریق نکرده بودند، طبق آمار حدود ۹۸۰۰۰ نفر در شهرستان واکنس زنده اند که اینان خود ناقصین هستند. وی با تأکید بر تکمیل واکسیناسیون کارکنان مراکز اقامتی و خدماتی، بیان کرد: شرط پذیرش مسافران در مراکز اقامتی باید تزریق کامل واکسن باشد. اگر واکسیناسیون اصناف علی رغم تأکیدات و ابلاغیه ها کامل انجام نشده باشد، نسبت به پلمب آنها اقدام می شود.

رئیس کل دادگستری گیلان:

مردم از گران فروشی و قیمت بالای اجناس رنج می برند

لزوم نظارت های شدید و قاطع بر بازار در روزهای پایانی سال



مردم از گران فروشی و قیمت بالای اجناس رنج برده و خواستار تغییر ساختار نظارت ها هستند. وی با بیان اینکه نظارت ها باید علمی و دقیق و از مبدا تا مرحله توزیع کالا را در بر گیرد تصریح کرد: ساختارها باید اصلاح شود تا با نظارت های شدید و قاطع در مرحله توزیع کالا، گروه های فشار اقتصادی نتوانند به راحتی تخلف کرده و با افزایش قیمت ها موجب تشنج بازار شوند. احمد آقایی معاون اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری استان گیلان با اشاره به اینکه در این نشست در خصوص حوادث چهارشنبه آخر سال تدابیر پیشگیرانه ای مطرح شد اظهار داشت: مسئولان و متولیان امر مکلف شدند تا نسبت به اجرایی شدن مصوبات اقدام نمایند. وی در ادامه خاطر نشان کرد: در مورد موضوعاتی از قبیل پیشگیری از ساخت و ساز در جنگل ها و مراتع، تغییر کاربری اراضی کشاورزی، پیشگیری از احتکار و گران فروشی و نظارت دقیق بر مراکز درمانی و بیمارستانهای دولتی و خصوصی در ایام نوروز در این نشست بحث و تبادل نظر شد و مدیران متعهد شدند تا بر مدار قانون، خدمات دمی و نظارت خود را افزایش داده و در راستای جلب اعتماد مردم تلاش نمایند.

شهردار رشت در جلسه پسماند استانداری گیلان تأکید کرد:

اتخاذ تصمیمی منطقی برای پیشبرد پروژه های مدیریت پسماند

لندفیل سراوان

هنوز پیشرفتی در ساخت پروژه زباله سوز سراوان نداریم / لزوم تغییر ساختار مدیریتی کارخانه کود آلی با دستور استاندار / هزینه کم راه اندازی ریچکت سوز در مقایسه با پروژه زباله سوز



سوال جواب: شهردار رشت با بیان اینکه برای راه اندازی ریچکت سوز هزینه کمتری به نسبت زباله سوز نیاز است، بر لزوم تغییر ساختار مدیریتی کارخانه کود آلی با دستور استاندار گیلان تأکید کرد. سید امیر حسین علوی در هفتمین جلسه کمیته پسماند استانداری گیلان که برای اولین بار در محل لندفیل سراوان برگزار شد، اظهار داشت: ساختار مدیریت پسماند کاملاً حاکمیتی چیده شده است و اقدامات آن همواره تحت توتلی گری استانداری گیلان پیش رفته است. ۱۳۹۲ وقتی هنوز به شورای چهارم ورود نکرده بودیم در دولت قبل، قرارداد ساخت زباله سوز در چند شهر کشور از جمله رشت منعقد شد که متأسفانه شهر رشت از این قافله عقب ماند و علت این امر هم معطلی شش ساله برای اخذ مجوز سازمان حفاظت محیط زیست بود. سید امیر حسین علوی اظهار داشت: علی رغم اعتبارات پرداخت شده هنوز پیشرفتی در ساخت پروژه زباله سوز سراوان نداریم. از

طرفی به دلیل طولانی شدن روند صدور مجوزات و افزایش قیمت ارز اعتبارات تکمیل این پروژه چندین و چند برابر شده است. وی ورود زباله نزدیک ۱۷ شهر به لندفیل سراوان و حتی دریافت روزانه ۱۰۰ تن زباله شهرستان رودسر در کارخانه کود آلی لاکان را مورد اشاره قرار داد و گفت: ساختار کارخانه کودآلی شهر رشت مشکل ۱۱ از ۱۱ سهامدار است که با انتخاب هیئت مدیره و سپس مدیرعامل این مجموعه اداره می شود. علوی با بیان اینکه برخلاف سایر شهرها شهرداری رشت در کارخانه کود آلی مدیریت مستقیم و دائمی نداشته است، دستور استاندار گیلان برای حل این مشکل مدیریتی را خواستار شد و افزود: ساختاری که در کارخانه کود آلی استقرار دارد، معضلاتی را ایجاد کرده و اعمال نظر و مدیریت شهرداری رشت را به شدت کاهش داده است. شهردار رشت از تفکیک روزانه دو تا سه تن زباله در این شهر خبر داد و با بیان اینکه شهرداری به دنبال تحقق برنامه ده درصد تفکیک

فرمانده سپاه قدس گیلان:

راه نجات گیلان استفاده از ظرفیت سپاه، بسیج و قرارگاه خاتم الانبیاء است



سوال جواب: به مناسبت فرا رسیدن میلاد با سعادت حضرت اباعبدالله الحسین(ع) و روز پاسدار استاندار گیلان به همراه معاونان استانداری و اعضا شورای تأمین با فرمانده سپاه قدس گیلان در سالن اجتماعات سپاه قدس دیدار کردند. فرمانده سپاه قدس گیلان در این دیدار با بیان تبریک ایام شعبانیه و میلاد با سعادت حضرت اباعبدالله الحسین(ع) اظهار کرد: امام حسین(ع) با قیام خود در روز عاشورا یک فرهنگ را در بین جامعه اسلامی ایجاد کردند و این فرهنگ همان جهاد خالصانه در راه خدا است. سردار محمد عبداله پور با بیان اینکه مردم و مسوولان در انقلاب اسلامی با تبعیت از شهدا از هیچ تلاشی برای سربلندی ایران دریغ نمی کنند، افزود: انقلاب اسلامی استحکام و استقلال و وحدت خود را مدیون خون پاک شهیدانی همچون حسین فهمیده است. وی با اشاره به نقش موثر سپاه پاسداران در حل مشکلات و تزریق امید در جامعه گفت: یکی از اهداف مهم پاسداران کمک به مردم در تهیه روزها بوده و این نهاد مقدس بعد از دوران دفاع مقدس با تشکیل قرارگاه سازندگی

سوال جواب: به مناسبت فرا رسیدن میلاد با سعادت حضرت اباعبدالله الحسین(ع) و روز پاسدار استاندار گیلان به همراه معاونان استانداری و اعضا شورای تأمین با فرمانده سپاه قدس گیلان در سالن اجتماعات سپاه قدس دیدار کردند. فرمانده سپاه قدس گیلان در این دیدار با بیان تبریک ایام شعبانیه و میلاد با سعادت حضرت اباعبدالله الحسین(ع) اظهار کرد: امام حسین(ع) با قیام خود در روز عاشورا یک فرهنگ را در بین جامعه اسلامی ایجاد کردند و این فرهنگ همان جهاد خالصانه در راه خدا است. سردار محمد عبداله پور با بیان اینکه مردم و مسوولان در انقلاب اسلامی با تبعیت از شهدا از هیچ تلاشی برای سربلندی ایران دریغ نمی کنند، افزود: انقلاب اسلامی استحکام و استقلال و وحدت خود را مدیون خون پاک شهیدانی همچون حسین فهمیده است. وی با اشاره به نقش موثر سپاه پاسداران در حل مشکلات و تزریق امید در جامعه گفت: یکی از اهداف مهم پاسداران کمک به مردم در تهیه روزها بوده و این نهاد مقدس بعد از دوران دفاع مقدس با تشکیل قرارگاه سازندگی

رئیس پلیس فتا استان گیلان خبر داد:

دستگیری عامل انتشار تصاویر غیر اخلاقی در اینستاگرام

سوال جواب: رئیس پلیس فتا استان گیلان از دستگیری عامل انتشار تصاویر غیر اخلاقی در اینستاگرام، خبر داد. سرهنگ امیرحسین تقی مهر، در تشریح این خبر گفت: در راستای ارتقاء امنیت اخلاقی و اجتماعی جامعه و رصد فضای مجازی، یک پیج غیر اخلاقی در اینستاگرام شناسایی شد که اقدام به انتشار عکس و فیلم های غیر اخلاقی در فضای مجازی می کرد. این مقام انتظامی تصریح کرد: بعد از اقدامات تخصصی و فنی کارشناسان پلیس فتا، دو منم ۱۹ و ۲۱ ساله پرونده مورد شناسایی قرار گرفتند و برای بررسی بیشتر با هماهنگی مقام قضایی به پلیس فتا احضار شدند. این مقام مسئول افزود: منمین پس از مشاهده مستندات و ادله جرم ضمن اقرار به جرم خود، هدفشان را جذب مخاطب عنوان کردند و ضمن تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضایی تحویل داده شدند. رئیس پلیس فتا گیلان عدم آگاهی از قوانین جرایم رایانه ای را یکی از دلایلی اصلی کسب کنند زبیرا برخی از آسیب های فضای مجازی غیر قابل جبران است. سرهنگ تقی مهر از هموطنان درخواست کرد: در صورت مواجهه با موارد مشکوک و وقوع هرگونه مشکل در فضای مجازی مراتب را از طریق سایت پلیس فتا به آدرس www.cyberpolice.ir با ما در میان بگذارند.

پایداری جبران گاز ۷ شهر گیلان افزایش یافت

سوال جواب: عملیات ساخت و نصب خرپا بر روی رودخانه سفیدرود طبق برنامه زمانبندی با موفقیت به انجام رسید. عباسی جمال نیکویی سرپرست شرکت گاز استان گیلان با اعلام این خبر اظهار داشت: برای تحقق این مهم ۵ مورد شمع، پایه های بتنی و ۴ دهنه خرپا جمعاً به طول ۲۲۰ متر نصب شده است. وی در ادامه افزود: با نصب این خرپا، لوله گاز ۱۶ اینچ عبوری از عرض رودخانه سفیدرود در محل روستای چهارده آستانه اشریفیه، موجب تکمیل خط تغذیه ۲۵۰ پوند تازه آباد جانگاه به لولمان شده است. جمال نیکویی گفت: با بهره برداری از این پروژه و استفاده از ظرفیت خالی ایستگاه تقلیل فشار گاز روستای تازه آباد جانگاه، پایداری جریان گاز ایستگاه ها و خطوط تغذیه شهرهای سنگر، کوجصفهان، لولمان، لشت نشاء و خشکبیجار و همچنین ایستگاه CGS و خطوط تغذیه شهرستان آستانه اشریفیه و گیشهر افزایش می یابد. سرپرست شرکت گاز استان گیلان در خاتمه با قدردانی از همکاران واحد مهندسی و اجرایی طرحها و همچنین پیمانکار پروژه به جهت اجرای دقیق و به موقع این طرح، تحویل پایدار و ایمن گاز طبیعی به مردم و ذینفعان سازمان را از مهم ترین اهداف شرکت گاز عنوان کرد.

مضرات و فواید گردو که از آنها بی خبرید

ایرنا: گردو یکی از مغذی‌ترین خوراکی‌هایی است که مصرف زیاد آن می‌تواند بر روی کبد و سایر اندام‌های دستگاه گوارش فشار وارد کند.



گردو علاوه بر فواید بسیار می‌تواند مضر نیز باشد، زیرا این محصول برای افراد ریسک پذیر می‌تواند ایجاد آلرژی نسبتاً قوی داشته باشد، بنابراین مصرف این مواد غذایی باید و به تدریج در رژیم غذایی باشد تا واکنش بدن را کنترل کند.

فواید حذف شکر برای سلامتی

مهر: زیاده روی در مصرف شکر و تنقلات شیرین، زمینه‌ساز بروز بیماری‌های مختلف می‌شود. شکر به عنوان خطرناک‌ترین ماده شناخته شده است. مصرف شکر در انواع نوشیدنی‌ها، میان‌وعده‌ها و دسرهای به وفور دیده می‌شود. بر اساس گزارش انجمن قلب آمریکا، افراد ساکن در ایالات متحده به‌طور متوسط ۷۷ گرم قند در روز مصرف می‌کنند. این میزان گزارش شده تقریباً سه برابر توصیه‌شده برای پائولان است. ۷۷ گرم شکر معادل نصف فنجان شکر است و میزان توصیه‌شده معادل یک قاشق چای خوری است.

خواص بی شمار عرق نعنا برای درمان مشکلات معده

ایرنا: عرق نعنا دارای خواص فراوانی است که می‌تواند برای درمان مشکلات معده هم موثر باشد. همه ما کم و بیش با خواص عرق نعنا آشنا هستیم و از گذشته‌های دور وقتی درد معده عذابمان می‌داد با مصرف نعنا که از آن همه چیز به همان روز اول خودش می‌گشت و انگار ته نگار که دردی وجود داشته است. عرق نعنا به عنوان دارویی ضد نفخ برای درمان‌های مختلف، اسهال، استفراغ و ... کاربردهای گوناگونی دارد که در خانه همه یا بیشتر افراد یافت می‌شود. امروزه با مصرف غذاهای نامناسب مانند فست فود و انواع تنقلات تقریباً دستگاه گوارش بیشتر افراد ضعیف شده و مشکلات درد معده امان آن‌ها را بریده است. اما عرق نعنا به عنوان مسکن، درمان خوبی است. نعنا گیاهی است که با هزاران خواص دارویی کشف شده است و برای درمان بیماری‌های مختلف موثر خواهد بود و طرفداران زیادی در کشورهای مختلف، هند، خاورمیانه و اروپا دارد از این گیاه در آشپزی هم استفاده می‌شود و می‌تواند طعم خوبی به غذای شما بدهد. ۳۸ گرم پروتئین، ۵۳ گرم کربوهیدرات و ۱۱۰ میلی‌گرم کلسیم است. افرادی که فقر آهن دارند با مصرف نعنا می‌توانند آن را رفع کنند؛ چرا که عرق نعنا حاوی مقدار زیادی فولات است.

کاهش ریسک زوال عقل با مصرف رژیم غذایی پر فیبر



مهر: محققان دریافته‌اند که میزان بالاتر فیبر غذایی با کاهش خطر ابتلا به زوال عقل مرتبط است. مصرف فیبر برای یک سیستم گوارشی سالم بسیار مهم است. دارای فواید قلبی عروقی مانند کاهش کلسترول است. اکنون، شواهدی در حال ظهور هستند که نشان می‌دهند فیبر برای مغز سالم نیز مفید است.

موز، میوه ضد افسردگی



موز دارای خواص بی شماری است که از افسردگی جلوگیری می‌کند. بسیاری از افراد، از مصرف موز به دلیل کالری بالایی که دارد، اجتناب می‌کنند. موز فواید بسیاری برای سلامتی دارد. از بهبود خلق و خو گرفته تا محافظت از سلامت قلب. در این مطلب، تمام فواید موز مورد بررسی قرار گرفته است. شما با خواندن این مطلب خواهید فهمید که موز، میوه ضد افسردگی است. برخی از افراد هر روز موز می‌خورند؛ در حالی که برخی دیگر به دلیل ترس از اضافه وزن از آن اجتناب می‌کنند. موز سرشار از کربوهیدرات و کالری است. بنابراین، آیا باید در رژیم غذایی محدود خود ما تمام جوانب مثبت و منفی موز را تجزیه و تحلیل خواهیم کرد. موز منبع عالی پناسیم است که برای عملکرد طبیعی سیستم قلبی عروقی، فعالیت بافت عضلانی و حفظ تعادل آب بدن ضروری است. این عنصر مهم را فقط با ۱۰۰ گرم موز حدود ۳۴۰ میلی‌گرم پناسیم دارد. موز سرشار از ویتامین‌های مختلف است. ۱۰۰ گرم موز حاوی حدود ۱۱ درصد از نیاز روزانه ویتامین C است که برای عملکرد طبیعی سیستم ایمنی ضروری است. ۱۰۰ گرم موز نیز حدود ۱۱ درصد از نیاز ویتامین B6 را تأمین می‌کند که برای عملکرد سیستم عصبی ضروری است. ویتامین‌های A و E موجود در موز با اثرات آنتی

فواید ترکیب ماست و زردچوبه

مهر: ماست و زردچوبه که به دلیل خواص چربی سوزی و فواید شناخته شده، در هنگام خواب برای بدن شما بسیار مفید است. اثرات زردچوبه که در میان ادویه‌ها به پلا معروف است، در ترکیب با ماست که منبع پروبیوتیک است؛ بسیار زیاد است. پس هر کسی که این فواید را می‌داند، به‌طور معمول شروع به مصرف آن می‌کند. زردچوبه به لطف ترکیب به نام کورکومین در محتوای آن، با تعادل هورمونی، تقویت سیستم ایمنی، جلوگیری از التهاب و تسریع چربی سوزی برجسته است.



مهمترین ویژگی درمان ماست و زردچوبه ویژگی کاهش وزن است. به این ترتیب برای کسانی که می‌خواهند لاغر شوند بسیار عالی است. از جمله فواید ماست و زردچوبه این است که برای درد مفاصل مفید است. ترکیب ماست و زردچوبه از سلامت استخوان‌ها حمایت می‌کند. این ترکیب به تنظیم سیستم گوارش شما نیز کمک می‌کند. به کاهش مشکلات شما مانند بیوست، نفخ و گاز نیز کمک می‌کند.

در استفاده منظم از کبد چرب جلوگیری می‌کند. قند خون شما را متعادل می‌کند، احساس گرسنگی را کاهش می‌دهد. احساس سیری برای مدت طولانی به شما می‌دهد. به لطف خواص ضد التهابی خود، به کاهش درد و التهاب ناشی از التهاب کمک می‌کند. میزان ترکیب زردچوبه و ماست: در ۲۰۰ گرم ماست، می‌توانید نصف قاشق چای خوری سرخالی، زردچوبه پودر شده اضافه کنید. دو هفته به صورت مداوم در رژیم غذایی خود استفاده کنید. نتیجه شگفت‌انگیز خواهد بود.

جدول سودوکو شماره ۱۹۵۶

طراح: سمیرا دلیرش

برای حل جدول سودوکو کافی است ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های خالی جدول قرار دهید که در هر سطر، هر ستون و هر مربع کوچک ۳ در ۳ اعداد تکراری نباشد.

Sudoku grid with numbers 1-9 in a 9x9 pattern.

جواب دیروز

Sudoku grid with numbers 1-9 in a 9x9 pattern.

قابل توجه خوانندگان محترم هر نوع خبر، عکس و مقاله‌ای را می‌توانید از طریق Email:soaljavabdaily@gmail.com ارسال نمایید. تلفن: ۰۵۰۳۳۳۳۶ - ۰۷۷۲۳۳۱۰۳ فکس: ۰۳۳۳۲۰۳۲۶

روده زندگی می‌کنند و همچنین فواید دیگری برای سلامتی دارند، مهم هستند. فیبرهای نامحلول موجود در غلات کامل، سبزیجات و برخی مواد غذایی دیگر برای سلامت روده مهم هستند. محققان دریافته‌اند که ارتباط بین مصرف فیبر و زوال عقل برای فیبرهای محلول بارزتر است.

پروفسور یاماگیچی گفت: مکانیسم‌ها در حال حاضر ناشناخته هستند؛ اما ممکن است شامل فعل و انفعالاتی باشند که بین روده و مغز اتفاق می‌افتد. یک احتمال این است که فیبر محلول ترکیب باکتری‌های روده را تنظیم می‌کند. این ترکیب ممکن است بر التهاب عصبی تأثیر بگذارد که در شروع زوال عقل نقش دارد. ممکن است فیبر رژیم، سایر عوامل خطر زوال عقل مانند وزن بدن، فشارخون، لیپیدها و سطوح گلوکز را کاهش دهد.

امروزه در بسیاری از کشورها، بسیاری از مردم فیبر کمتری نسبت به توصیه متخصصان تغذیه مصرف می‌کنند. با شایع شدن عادات غذایی سالم با فیبر غذایی بالا، ممکن است بتوان بروز زوال عقل را کاهش داد.

به جلوگیری از فشارخون بالا کمک می‌کند. موز سرشار از فیبر است که می‌تواند به هضم منظم کمک کند. ویتامین B6 همچنین ممکن است به محافظت در برابر دیابت نوع ۲ و کاهش وزن کمک کند. مطالعات نشان می‌دهند که نشانه‌های مقاوم موجود در موز سلامت روده را حفظ کرده و قند خون را کنترل می‌کند.

هیچ‌کس محبوب‌ترین میوه برای کمک به سلامت چشم است؛ اما موز نیز سهم خود را دارد. توت‌ها حاوی مقدار کمی، اما قابل توجه ویتامین A هستند که برای محافظت از چشم‌ها، حفظ دید طبیعی و بهبود دید در شب ضروری است. ویتامین A حاوی ترکیباتی است که از غذاهای اطراف چشم محافظت می‌کند. این میوه به حفظ استخوان‌های قوی کمک می‌کند. موز حاوی مقادیر زیادی فروکتولیگوساکارید است. این‌ها کربوهیدرات‌هایی هستند که پروبیوتیک‌هایی را تحریک می‌کنند که به هضم کمک می‌کنند و توانایی بدن برای جذب کلسیم را افزایش می‌دهند. برخی از مطالعات نشان می‌دهند که خوردن موز در حد اعتدال ممکن است از سرطان کلیه محافظت کند. تحقیقات نشان می‌دهند کسانی که ۴ تا ۶ موز در هفته می‌خورند، می‌توانند خطر ابتلا به سرطان کلیه را به نصف کاهش دهند. موز ممکن است در پیشگیری از سرطان کلیه و سایر سرطان‌ها به دلیل سطوح بالای ترکیبات فنلی آنتی‌اکسیدانی مفید باشد.

تقویت ایمنی بدن با سیب

می‌تواند منجر به زندگی سالم و بدون بیماری شود. سیب: کلیدی برای کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن است. همچنین این میوه مفید برای کاهش چربی شکم در سال ۲۰۲۲ شناخته شده است. افزودن چند سیب به برنامه رژیم غذایی موجب سلامتی قلب می‌شود. بر اساس یک مطالعه در سال ۲۰۱۹ که در مجله آمریکایی تغذیه بالینی منتشر شد، میزان کلسترول بد افرادی که در برنامه غذایی خود از سیب استفاده کردند به میزان قابل توجهی کاهش پیدا کرد. همچنین استفاده از این ماده غذایی ارزشمند موجب گشادشدن رگ‌های خونی می‌شود که می‌تواند خطر



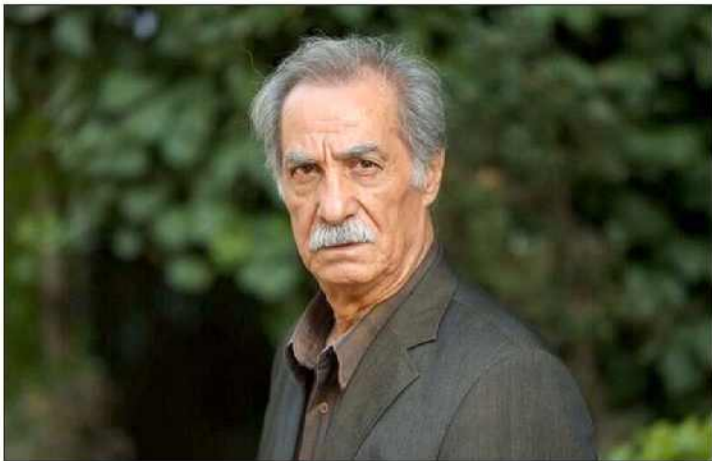
سیب دارای توانایی‌های ضدسرطان قوی است که بدن را از شر سلول‌های سرطانی ایمن نگه می‌دارد. میوه و سبزیجات یکی از



سیاوش طهمورث:

بازیگران ایران در سن پختگی به حاشیه رانده می شوند

طهمورث گلابه کرد: من هیچ! ولی آقای نصیریان دست کم ۱۰ کار بی نظیر در کارنامه دارند چرا این‌ها را در نظر نمی‌گیرند و تنها در طول دوران کار هنری ایشان باید شاهد اهدای جایزه مکمل فجر به این هنرمند باید باشیم. وی در ادامه درباره بازی درخشان خود در سریال زخم کاری (۱۴۰۰)، محمدحسین مهدویان گفت: هر نقشی که قبول می‌کنم آن کاراکتر را حس می‌کنم و دوست دارم در زندگی او شریک باشم. بازیگر سریال زیر تیغ (۱۳۸۵)، محمدرضا هنرمند درباره برنامه‌های خود برای نوروز امسال نیز تصریح کرد: در خانه می‌مانم. کتاب می‌خوانم، تلویزیون نگاه می‌کنم و به دید و بازدید می‌روم.



جای آنها دوستان و آشنایان دست قدرکاران جشنواره را می‌بینیم. پس این جشنواره برای کیست؟ گلابه من از این بودم. این بازیگر پیشکسوت دلیل این بی توجهی را عدم آشنایی و اشرف کامل برای هنر ارزش قائل شوند.

ایرنا: بازیگر سریال «زخم کاری» گفت: بازیگران پر عکس تمام دنیا در ایران وقتی به سن پختگی و میانسالی می‌رسند به حاشیه رانده می‌شوند که بخشی از این مساله بخاطر ناآشنایی به هنر است. سیاوش طهمورث با گلابه از اینکه بازیگران برخلاف تمام دنیا که در سنین بالاتر و درخشش مورد توجه و اهمیت بیشتری قرار می‌گیرند، اظهار داشت: این روند در ایران برعکس است و مناسفانه شاهد کنار گذاشته شدن بازیگران در زمان میانسالی و در عین پختگی و تجربه کاری بالا هستیم. وی یکی از مصداق‌های این بی توجهی را غیبت هنرمندان پیشکسوت در مراسم افتتاحیه و اختتامیه جشنواره فجر عنوان کرد و افزود: ۵۷ سال است در حرفه بازیگری هستم اما یک بار هم به این انتحابیه جشنواره فجر دعوت نشدم. حرم در نشست خبری فیلم هناس هم این بود که چرا هنرمندان در افتتاحیه و اختتامیه جشنواره فجر حضور ندارند و به

با جدیت تمام پیگیر تکمیل و تجهیز ساختمان کتابخانه مرکزی رشت هستیم



فرماندار رشت در حاشیه بازدید از کتابخانه مرکزی، عنوان کرد: سوال جواب: فرماندار رشت با اشاره به اینکه برای به پایان رساندن پروژه‌های نیمه تمام باید همه دستگاه‌های دولتی پای کار باشند، تأکید کرد: مجموعه فرمانداری رشت با جدیت پیگیر تکمیل مراحل ساخت و تجهیز کتابخانه مرکزی رشت خواهد بود. به نقل از پایگاه اطلاع رسانی فرمانداری رشت، امام پناهی با همراهی خاتم کریمی مدیرکل کتابخانه‌های عمومی استان گیلان در جریان بازدید از ساختمان کتابخانه مرکزی رشت، ضمن بررسی روند اجرایی و مراحل پیشرفت پروژه، اظهار داشت: تکمیل و تجهیز ساختمان کتابخانه مرکزی رشت به عنوان بزرگترین کتابخانه عمومی شمال کشور، هدیه دولت سیزدهم به مردم شایسته و فرهنگ دوست استان گیلان و شهرستان رشت خواهد بود. فرماندار رشت در حاشیه این بازدید با اشاره به پیشرفت ۹۱ درصدی این پروژه مهم فرهنگی، اظهار داشت: این ساختمان با اسکلت بتنی و در ۶ طبقه، با زیربنای بیش از ۸۰۰۰ متر مربع و دارای بخش‌های مختلفی همچون سالن آمفی تئاتر، سالن‌های جلسات، مخزن کتاب، سالن‌های مطالعه مجزا ویژه آقایان و خانم‌ها، بخش ویژه گویا و بریل ویژه روشندان، بخش کتب مرجع، بخش امانت، بخش ویژه و مستقل مادر و کودک و دیگر بخش‌های استاندارد کتابخانه‌ای است. وی ادامه داد: برای تکمیل مراحل باقی مانده پروژه به ۲۵ میلیارد تومان اعتبار نیاز است که بخشی از آن از محل اعتبارات تخصیصی سفر ریاست محترم جمهوری به استان گیلان تامین خواهد شد. نماینده عالی دولت در مرکز استان با تأکید بر ضرورت همکاری و تلاش بیشتر مجموعه دستگاه‌های دولتی مرتبط نظیر اداره کل راه و شهرسازی و شهرداری در جهت تکمیل مراحل انجام پروژه، تصریح کرد: لازم است تا شهرداری نسبت به صدور مجوزهای لازم در این زمینه همکاری کامل را داشته باشد. فرماندار رشت ضمن تشکر از حمایت‌های استاندار محترم در راستای تکمیل و تجهیز این پروژه، افزود: مجموعه فرمانداری رشت با حساسیت و جدیت پیگیر تکمیل و تجهیز ساختمان کتابخانه مرکزی رشت بوده و برای جذب اعتبارات مورد نیاز جهت تجهیز ساختمان کتابخانه، از محل اعتبارات تخصیص یافته سفر ریاست محترم جمهوری به استان گیلان در تلاش هستیم. امام پناهی در پایان اظهار داشت: با تکمیل و بهره‌برداری نهایی از ساختمان کتابخانه مرکزی رشت، شاهد افزایش ۸۰ درصدی فضای سرتاه مطالعه در شهرستان رشت خواهیم بود.

دیدار مدیر کل ارشاد گیلان با خانواده شهید بزرگی راد

سوال جواب: مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان با حضور در منزل شهید سعید بزرگی راد با مادر این شهید دیدار کرد. به گزارش روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان، رضا قنقی، روز پنجشنبه (۱۲ اسفند) که برای سخنرانی در همایش ادبی موعود از سری برنامه‌های دومین جشنواره استانی منجی با حضور مصطفی صابر خراسانی از شاعران آئینی برجسته کشور به فومن سفر کرده بود، با حضور در منزل شهید سعید بزرگی راد با مادر این شهید دیدار کرد. وی در این دیدار گفت: شهید حق بزرگی بر گردن ما دارند چون به منظور دفاع از شرف و ناموس کشور برای وطن جنگیدند و در این راه به شهادت رسیدند تا کشور را از گزند دشمنان محفوظ نگه دارند. قنقی در این دیدار همچنین درگذشت پدر شهید بزرگی راد را به خانواده این شهید تسلیت گفت و تصریح کرد: پدران و مادران شهدا در راه رضای خداوند از بهترین سرمایه‌های خویش گذشتند و فرزندان خود را در راه خدمت به وطن، دین و نظام هدیه کردند. آنان اسوه‌های ایثار و نمونه‌های ارزنده استقامت و فداکاری اند.



مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی گیلان همچنین با حضور در آموزشگاه آزاد هنرهای نمایشی سوژه و موسسه فرهنگی قرآن و عترت سراج المعتبر فومن، دستور مساعدت و پیگیری برای رفع مشکلات این دو مجموعه را صادر کرد.

رقابت «زنگ تفریح» در جشنواره آمریکایی



ایرنا: «زنگ تفریح» ساخته نوید نیکخواه آزاد در دوازدهمین دوره جشنواره فیلم «گرین‌بی» آمریکا به رقابت می‌پردازد. زنگ تفریح ساخته نوید نیکخواه آزاد، در هشتادمین حضور جهانی در بخش مسابقه دوازدهمین دوره جشنواره فیلم «گرین‌بی» آمریکا (Green Bay Film Festival) روی پرده می‌رود. این جشنواره ۱۵ اسفند (۶ مارس میلادی) به کار خود پایان می‌دهد. طبق اعلام رسمی وبگاه جشنواره، فیلم کوتاه زنگ تفریح روز ۱۴ اسفند (۵ مارس میلادی) در مرکز هنرهای نمایشی دانشکده سن‌نوربرت (St. Norbert College - Performing Arts Center)، سالن هنرهای زیبای آبوت پنینگر (Abbot Pennings Hall of Fine Arts)، و سالن سینمایی والتر (Walter Theatre) به نمایش درمی‌آید. فیلم کوتاه زنگ تفریح با نام بین المللی «The Recess» در هشتاد جشنواره بین‌المللی از جمله جشنواره‌های مورد تأیید اسکارس، «قیافه» و جوایز گویا به رقابت پرداخته و یازده جایزه جهانی کسب کرده است. دوازدهمین دوره جشنواره فیلم «گرین‌بی» آمریکا (۱۲ Green Bay Film Festival) بهمن (۱ فوریه میلادی) آغاز به کار کرد و تا ۱۵ اسفند (۶ مارس میلادی) ادامه داشت.

چالش از بین رفتن ارزش‌ها و روابط انسانی در گذر زمان به روایت «قدغن»

سینماپرس: کارگردان فیلم سینمایی «قدغن» که به زودی در سینماهای کشور اکران خواهد شد اعلام کرده که اقلام تبلیغاتی فیلم آماده است. مجید مافی کارگردان فیلم سینمایی «قدغن» که به عنوان یکی از گزینه‌های اکران نوروزی ۱۴۰۱ قرار است به‌زودی در سینماهای سراسر کشور روی پرده برود به صبا گفت: فیلمنامه اثر با طرحی از محمدحسین فرحبخش تهیه‌کننده کار در مدت زمان حدود سه ماه به نگارش در آمد. بزرگترین چالشی که فیلم سینمایی «قدغن» به آن می‌پردازد روابط انسانی و ارزش‌هایی است که در گذر زمان معنا و مفهوم واقعی خود را از دست می‌دهند. کارگردان فیلم سینمایی «تکخال» بیان کرد: شش ماهه دوم سال ۱۴۰۰ مشغول آماده‌سازی و گذراندن مراحل تولید و سپس مراحل پس از تولید کار بودیم. این فیلمنامه نویس و کارگردان سینما اظهار کرد: با توجه به قصه و موضوع ملتهب فیلم سینمایی «قدغن» این امید را داریم که مخاطب خودش را جذب کند و مورد استقبال قرار بگیرد.



کارگردان فیلم سینمایی «قدغن» با اشاره به تبلیغات این فیلم مطرح کرد: بعضی از اقلام تبلیغاتی کار آماده شده و بعضی دیگر نیز در حال آماده‌سازی‌ست و برنامه‌ریزی شده که از یکی دو روز آینده تبلیغات فیلم به شکل گسترده آغاز شود. مجید مافی در پایان گفت: سایه رکود حاصل از پاندمی کرونا همچنان بر سر سینما سنگینی می‌کند ولی امیدوارم نوروز ۱۴۰۱ شاهد بازگشت رونق و حضور هر چه بیشتر مخاطبان در سالن‌های سینما باشیم. داستان «قدغن» طبق گفته سازندگان درباره بزه‌های خانوادگی و اجتماعی و نیز اتفاقی‌هایی است که در بعضی خانواده‌ها رخ می‌دهد و وارد حریم منوعه می‌شود. سام درخشانی، ساناز سعیدی، افسانه چهره‌آزاد، محمود جعفری، علیرضا استادی، ونوس کانلی، کریم امینی و رزایا بیات در این فیلم بازی کرده‌اند.

در عموم فیلم‌های سینمایی کمتر به تأثیر موسیقی پرداخته می‌شود



سینماپرس: امیرریل ارجمند درباره فعالیت‌های هنری خود و نظراتی که درباره آهنگسازی موسیقی متن فیلم‌های سینمایی دارد توضیح داد. امیرریل ارجمند سابقه حضور در چندین برنامه و سریال تلویزیونی را به عنوان خواننده تیتراژ دارد و البته آهنگسازی فیلم‌های سینمایی و قطعه‌های موسیقی مانند فیلم سینمایی «جرم» ساخته مسعود کیمیایی از جمله فعالیت‌های هنری این هنرمند در کنار بازیگری است. امیرریل ارجمند درباره فعالیت‌های اخیر خود به صبا گفت: خیلی از مردم فکر می‌کنند کم کار شده‌ام ولی در حال حاضر من در فعالیت‌های هنری خود کم کار نیستم، فقط اشعاب کارهای که انجام می‌دهم زیاد است و این باعث می‌شود بعضی از فعالیت‌های من دیده نشود. وی ادامه داد: در جشنواره فیلم فجر در شبکه رادیویی جوان پوشش چهلین جشنواره فیلم فجر را انجام داده‌ام، دو فیلم بلند به تازگی آهنگسازی کرده‌ام که فیلم سینمایی «شهربانو» ساخته مریم پیرعلومی یکی از آن‌ها بود که عنوان بهترین کارگردانی را در جشنواره فیلم «داکا» کسب کرد و الان هم اکران آنلاین است و در کنار این‌ها در چند سریال و فیلم سینمایی هم به عنوان بازیگر مانند «گاندو» حضور داشته‌ام. امیرریل ارجمند درباره فعالیت‌های موسیقی خود توضیح داد: در حال حاضر روی یک آلبوم موسیقی خاص کار می‌کنم که

مانند بامداد افشار و مسعود سخاوت دوست و از طرفی بسیاری از آهنگسازان پیشکسوت و باتجربه‌تر سینمای ایران در بین اسامی جشنواره دیده نمی‌شدند بیان کرد: اینکه یک آهنگساز حرفه‌ای پرکار است هیچ ایرادی ندارد، اما باید توجه کرد که این پرکاری به بی‌کارتی باقی هنرمندان ختم نشود. فیلمسازهای ما ریسک فعالیت و همکاری با آهنگسازهای مختلف با سلیقه‌های موسیقی و هنری متفاوت را انجام نمی‌دهند و ما شاهد هستیم که یک کارگردان با یک آهنگساز سال‌هاست که فعالیت می‌کند و معتقد هستیم که این مساله تنوع را در تولید آثار متفاوت کم می‌کند. وی در پایان گفت: هر آهنگساز یک روحیه خاص دارد و می‌تواند یک اتفاق ویژه را برای یک فیلم رقم بزند به همین دلیل انتخاب درست آهنگسازها و استفاده از پیشکسوت‌های این حوزه می‌تواند اتفاق‌های ویژه‌ای را در این حوزه برای سینمای ایران رقم بزند.

«دست‌هایی که بوی عروسک می‌داد» راهی برزیل شد



ایرنا: فیلم کوتاه «دست‌هایی که بوی عروسک می‌داد» به جشنواره آرنپ برزیل راه یافت. فیلم کوتاه دست‌هایی که بوی عروسک می‌داد به نویسندگی و کارگردانی غزال حسینی به بخش فیلم‌های درام سیزدهمین دوره از جشنواره RNAB برزیل راه یافت. این فیلم روایت کودکی دخترچه‌ای است که در میان دنیای کودکان‌اش چرخ می‌زند تا قد بکشد، غافل از آنکه به زودی باید در مراسم تدفین کودکیش شرکت کند! علیرضا حینقی، مریم بابایی، پلدا نصیری و حسین سلیمانی در این اثر به ایفای نقش می‌پردازند. عوامل این فیلم عبارت از نویسندگان کارگردان غزال حسینی، تهیه‌کننده: فرید رضا پور، مدیر فیلم برداری: حسین سیدیان، مختلف جهان است.

صدا بردار: عرفان رضایی، آهنگساز و تنظیم موسیقی: علی سینا رضائیان، طرح صحنه: پوریا توکل خواه، طرح لباس: مرورید فغاری، طرح گریم: محمدرضا یعقوب کاظمی، تدوین و اصلاح رنگ: مهدی جوادی مقدم، صدا گذار: فرزاد شریفی، مترجمان: مرتضی وطن خواه، فرانک فیلسوف، طرح پوستر: سید قاسم تفاق، عکاس: ماکان قطعی، روابط عمومی و مشاور رسانه: نگار امیری است. سولماز اعتماد پخش بین‌المللی این اثر را به عهده دارد. جشنواره RNAB از ۲۵ الی ۳۱ مارس ۲۰۲۲ (۵ الی ۱۱ فروردین ماه ۱۴۰۱) در برزیل برگزار می‌شود. یکی از اهداف سیزدهمین دور از این رویداد اعتماد سینمایی حمایت و باز کردن راه برای زنان فیلمساز و مستعد از نقاط مختلف جهان است.