



روزی به نام استاد سخن...

«ابومحمّد مُشرِف الدین مُصلِح بن عبدالله بن مشرّف» متخلص به

سعدی (۶۹۰-۶۰۶ هجری قمری)، شاعر و نویسنده پارسی گوی

ایرانی است.

اول اردیبهشت‌ماه هر سال بنابر تاریخ نگارش گلستان با عنوان روز

سعدی نامگذاری شده است.

فیلم



ویلای ساحلی

خانواده‌ای روستایی به‌عنوان سرایدار

قرار است برای شش ماه از یک ویلا

نگهداری کنند، چاوش (صاحب

ویلا) قرار است برای دانشگاه رفتن

دخترش شش ماه در خارج از ایران

زندگی کند.او ویلا را به یونس (پژمان

جمشیدی) و همسرش (ریما رامین‌فر) می‌سپارد و آن‌ها

با سه فرزندشان به ویلا نقل مکان می‌کنند، اما برادر زن

یونس (رضا عطاران) با ورود به خانه داستان‌هایی را رقم

می‌زند... این خلاصه‌ای است از ماجرای فیلمی کم‌دی که

این روزها مخاطبان زیادی را به سینما جذب کرده است.

فیلم «ویلای ساحلی» جدیدترین ساخته کیانوش عیاری

است که در سینما اکران شده است. حضور بازیگران متحان

پس داده‌ای چون پژمان جمشیدی و رضا عطاران در فیلمی

که کارگردانش قواعد ساخت فیلم به هر شکلی را به خوبی

بلد است نشان می‌دهد که مخاطب باید منتظر یک اتفاق

ویژه در سینما باشد. اتفاق جالب فیلم «ویلای ساحلی»،

آخرین حضور سینمایی شادروان «کیومرث پوراحمد» در

نقش خودش است، که در دقایقی از فیلم به‌طور افتخاری

حضور دارد. کیانوش عیاری در ۷۲ سالگی توانسته بالاخره

اثری بسازد که در گیشه بفروشد و آن‌طور که خودش در

مصاحبه‌هایش گفته، این کار را کرده تا هم کمی دلش شاد

باشد و هم بتواند با پول و درآمد این فیلم، به سراغ ساخت



انیمیشن



فیل شعبده‌باز

انیمیشن «فیل شعبده‌باز»

جدیدترین انیمیشن تولید شده

توسط شبکه تفلیکس محسوب

می‌شود. این انیمیشن اقتباسی

از رمانی به همین نام اثر «کیت

دی کامیلو» است، رمان فوق داستان



یک پسر بچه یتیم به‌نام پیتر را دنبال می‌کند که یک

پیشگو به او می‌گوید خواهرش زنده است و او باید به‌دنبال

یک فیل جادویی برای یافتن خواهرش برگردد و در همان

زمان یک شعبده‌باز به‌شکل اتفاقی یک فیل را فرامی‌خواند.

انیمیشن فیل شعبده‌باز قصد دارد داستان دوستی انسان با

یک حیوان و کمک به یکدیگر برای رسیدن به خانواده خود

را روایت کند که داستان آشنایی در انیمیشن هاست و چیز

جدیدی هم‌فراز نیست در این انیمیشن شاهد باشیم، به‌طور

کلی این موضوع قرار نیست یک نکته منفی در انیمیشن

باشد؛ بخصوص زمانی‌که از یک انیمیشن صحبت می‌کنیم

که هدفش گروهی خاص است و نمی‌خواهد خیلی اثر

ساختار شکن و متفاوتی باشد، اما همیشه می‌توان انتظار

داشت که سازندگان با اضافه کردن چند عنصر تازه باعث

تمایز شدن آن شوند. داستان ساده، بر احساس و تأحدودی

غم‌انگیز که البته پایان شادی دارد. برخلاف بیشتر داستان‌ها

که شخصیت‌های خوب و بد مقابل هم قرار می‌گیرند، این

داستان مردم شهری است که بعد از جنگ رنگ‌خوشی به

خود ندیده است. مردم بدون امید، انگیزه و نشاط نشان

داده می‌شوند. شخصیت‌های اصلی نیز خوشحال به نظر

نمی‌رسند، انگار زندگی‌شان چیزی کم دارد. از پسر بچه‌ای

یتیم تا زوجی که صاحب فرزند نیستند.

تئاتر



رجوع

با شروع زندگی مشترک زوجین،

مشکلات شروع می‌شوند. در ابتدا

ممکن است زوجین به دلیل علاقه‌ای

که به یکدیگر دارند با مشکلات

مواجه شده و به هر نحوی با آن‌ها

کنار آمده یا رفشان کنند. اما این



موضوع پس از مدتی موجب تمام شدن صبر طرفین

شده و حتی ممکن است که به طلاق منجر شود. موضوع

تضادهای فکری و عدم تفاهم بین زوج‌های جوان، در بستر

نمایشنامه و فیلمنامه همواره مورد توجه نویسندگان بوده

و برای مخاطب نیز از جذابیت زیادی برخوردار است. نمایش

«رجوع» که ساعت ۲۱ این شب‌ها در پردیس تئاتر شهر زاد

به روی صحنه می‌رود به همین موضوع در بستری طنز و

کم‌دی پرداخته است. در اپیزودهای مختلف این نمایش

شما شاهد تضاد بین زوج‌هایی خواهید بود که راهی دادگاه

خانواده شده و دلایل خود برای پایان دادن به زندگی

مشترک‌شان را بیان می‌کنند. نیما هاشمی‌سرسشت، الهام

احمدی، میناق جمشیدی، پریسا علی‌نیا، کیمیا خلیج،

هومن بنایی، روناک برخوردار، فاطمه توانا، محمدروشنفکر

و افشین سنگ‌چاپ در این نمایش که نویسندگی آن را

«کیمیا خلیج» و کارگردانی آن را «سعید حشمتی» برعهده

دارد، ایفای نقش می‌کنند.

نویسنده: پیتر عطیه

نشر: نوین

کتاب «مانایی: علم و هنر بلند زیستن» فکر اشتباه پزشکی در مورد پیری را زیر سؤال می‌برد. این کتاب رویکردی مبنی بر زندگی با کیفیت تر و

طولانی تر ارائه می‌دهد؛ رویکردی که بر جلوگیری از بیماری‌های مزمن و افزایش سلامتی طولانی مدت تأکید دارد. دکتر پیتر عطیه (Peter

Attia) تغذیه سالم، ورزش و خواب کافی را به‌عنوان راهکارهایی برای افزایش طول عمر و پیشگیری از پیری و بیماری مطرح می‌کند. پزشکی

مدرن با همه پیشرفتی که در زمینه‌های مختلف داشته، نتوانسته بیماری‌های ناشی از افزایش سن را در مان یا از آن‌ها پیشگیری کند. بیماری‌های

قلبی، آلزایمر، سرطان و دیابت نوع دوم بیشترین سهم را در آمار مرگ‌ومیر دارند. مداخله‌های پزشکی در چنین مواردی، خیلی دیر دست به کار

می‌شوند و یا طول عمر را به قیمت کاهش کیفیت زندگی فرد افزایش می‌دهند. پیتر عطیه به این چهارچوب درمانی نقد وارد می‌کند و استراتژی

شخصی‌تر و کارآمدتری را برای درمان و پیشگیری پیشنهاد می‌دهد. او معتقد است می‌توانیم حتی با بالاتر رفتن سن

تقویمی مان، کماکان جوان بمانیم. نویسنده در کتاب «مانایی: علم و هنر بلند زیستن» بر راهکارهایی که به افزایش

طول عمر و افزایش بازه سلامتی می‌انجامند تأکید می‌ورزد. این مؤلف نشان می‌دهد که چگونه خطر بروز بیماری

قلبی عروقی را کاهش دهیم و با قاتلی به نام سرطان مبارزه کنیم. لازم به ذکر است کتاب حاضر از جمله آثار پر فروش

نیویورک تایمز به شمار می‌آید. نویسنده در این کتاب به ما کمک می‌کند تا بهترین روش را برای افزایش طول عمر و

سلامتی خود با توجه به ویژگی‌های فردی به کار گیریم. او مؤثرترین دارو را برای افزایش طول عمر معرفی می‌کند و

همچنین بر اهمیت بیوشیمی تغذیه تأکید می‌ورزد. پیتر عطیه توجه به سلامت عاطفی را در کنار توجه به سلامت

جسمی، به‌شدت توصیه می‌کند.



فناوری

هوش مصنوعی و هدف‌گیری باکتری‌ها

چالش‌های محققان در این زمینه یافتن آنتی‌بیوتیک‌هایی

است که قادر به هدف گرفتن باکتری‌های از لحاظ

متابولیکی خفته باشند. محققان در آزمایشگاه «کولینز»

از هوش مصنوعی برای سرعت دادن به فرایند یافتن

خصوصیات آنتی‌بیوتیک استفاده کردند و کاری که

سال‌ها زمان نیاز داشت در طول یک هفته انجام شد.

پژوهشگران یک ترکیب موسوم به (semapimod)

را پیدا کردند. این ترکیب یک داروی ضدالتهابی برای

درمان بیماری کروناست و محققان کشف کردند که این

دارو همچنین بر ضد دو باکتری (Escherichia coli)

و (Acinetobacter baumannii) در مرحله ایستا

و خفته هم اثر گذار است.

وضعیت ذخیره‌کننده انرژی در بستر اقیانوس آرام کشف

شده‌اند. محققان مؤسسه مهندسی پزشکی دانشگاه

«ام‌آی‌تی» به‌تازگی برای استفاده از هوش مصنوعی

برای کشف کلاس جدیدی از آنتی‌بیوتیک‌ها خبرساز

شدند. این اقدام بخشی از مأموریت بزرگ‌تر این گروه

به منظور کاربرد هوش مصنوعی برای گسترش دایره

آنتی‌بیوتیک‌های در دسترس است.

یک تحقیق در سال ۲۰۱۹ نشان داد که در صورت

آسیب‌پذیر بودن عفونت‌ها در برابر داروها امکان نجات

جان ۱.۲۷ میلیون بیمار در آن سال وجود داشت. یکی از

یک احتمال به‌خوبی مستند شده این است که باکتری

از لحاظ متابولیکی بی‌حرکت و خنثی می‌شود و به این

ترتیب از شناسایی شدن توسط آنتی‌بیوتیک‌های سنتی

فرار می‌کند؛ زیرا این آنتی‌بیوتیک‌ها تنها به فعالیت

متابولیک پاسخ می‌دهند. زمانی که خطر عبور کرده

باشد، آن باکتری‌ها مجدداً به زندگی خود برمی‌گردند

و عفونت پدیدار می‌شود. روایت‌های مربوط به مقاومت

«خفته» باکتریایی خبر تازه‌ای برای جامعه علمی

نیست. گونه‌های باکتریایی باستانی مربوط به ۱۰۰

میلیون سال پیش در سال‌های اخیر به‌طور زنده در یک



شمعدانی

اپلیکیشن «شمعدانی» یا «ورزش افراد دارای معلولیت» کاملاً کاربردی

است و جهت ترویج و تشویق افراد معلول به انجام تمرینات ورزشی تهیه شده

است. در این نرم‌افزار موبایلی اطلاعات پایه و مهمی شامل اسامی بیش از

۱۰ ورزشگاه در سراسر کشور که امکان حضور افراد معلول در آنجا هست و

رشته‌های ورزشی فعال در آن‌ها به تفکیک استانی و شهری، اطلاعات تماس

ادارات و هیأت‌های ورزشی استان‌های کشور برای راهمایی جانبازان و

معلولان و معرفی بالغ بر ۴۰ رشته ورزشی پارالمپیک تابستانی و زمستانی و

ورزش‌های همگانی قرار دارد که عزیزان علاقه‌مند در دورافتاده‌ترین نقاط

کشور می‌توانند از حداقل امکانات ورزشی شهر خود مطلع شوند. با نصب این نرم‌افزار افراد معلول می‌توانند

به پاسخ سؤالاتی نظیر اینکه برای ورزش کجا بروم، چه ورزشی انجام بدهم، در چه زمانی چه رشته‌ای برای

سلامتی من مفیدتر است، چگونه تغذیه‌ای داشته باشم و... دست پیدا کنند. همچنین از اخبار روز ایران و

جهان در زمینه ورزش معلولان آگاه شده و مقالات روز دنیا را مطالعه کنند.

			7		2		4		
			6						
		3	2	3	7	4	8	6	5

به جای علامت سؤال عدد درست را جاگذاری کنید

هوش سنخ