رفقا سلام!
یک کم با هم حرف بزنیم؟ حرف زدن همیشه جوابه، به خصوص وقتی با رفیق همدل باشه. این شماره‌ها رو که می‌بینی، برای همینن. گاهی هم با حرف زدن دنبال نتیجه‌ای بیشتر از آروم شدن موقتی هستیم. مثل وقت‌هایی که مضطربیم، ناراحتی‌مون ادامه‌دار می شه، ترس و نگرانی دست از سرمون برنمی‌داره. این جور وقت‌ها یه درمانگر خوب و کاربلد می‌تونه بهمون کمک کنه.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۰۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

گالری

عکس از: guardian.com

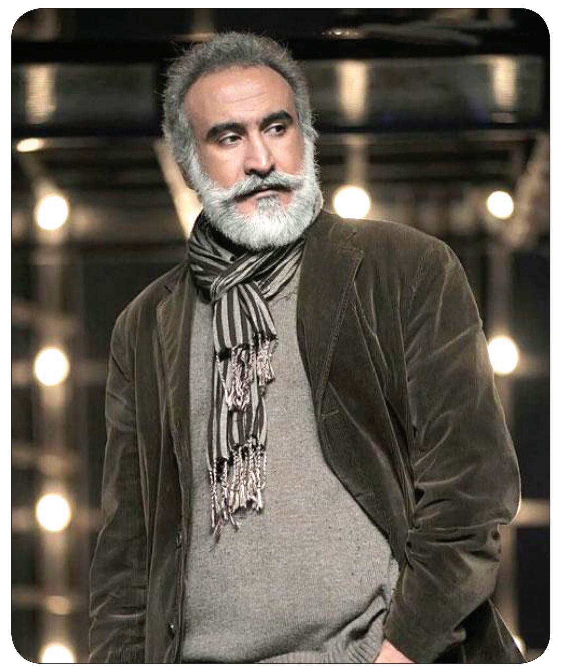
خرس قطبی در خانه‌ای متروکه

مسیر

هنرمند باید صاحب تنهایی شود!

راه‌ورسم ورود به حوزه هنرهای نمایشی در گفت‌وگو با یک کارگردان و هنرپیشه تئاتر

الهه توانا | روزنامه‌نگار



من کی‌ام؟

حمیدرضا نعیمی هستم، متولد ۱۳۵۳ در سرپل‌ذهاب. جنگ که شروع شد، آواره شدیم و هرکدام‌مان به شهری پناه بردیم. ما به اسلام‌آباد غرب رفتیم و آن‌جا بود که با دنیای نمایش آشنا شدم. یک فیلم از آقای «ایرج قادری» دیدم و دو نمایش –یکی کمدی ویکی تعزیه– و عاشق هنرهای نمایشی شدم. در دبیرستان وقتی می‌خواستم در بخش نقاشی انجمن‌های اسلامی مدرسه ثبت‌نام کنم، دوستی پیشنهاد کرد با هم در قسمت تئاتر شرکت کنیم و این‌طوری بود که سرنوشت من عوض شد.

چطور خودمان را برای ورود به دنیای هنر آماده کنیم؟

اول از همه باید گرایش موردعلاقه‌تان را تعیین کنید، دقیقا به کدام بخش هنرهای نمایشی علاقه دارید؟ بازیگری، نمایش‌نامه‌نویسی، فیلم‌نامه‌نویسی، کارگردانی تئاتر، کارگردانی سینما، طراحی صحنه‌ولباس؟ بعضی از شما اهل شعر گفتن و داستان نوشتن هستید و احتمالا با دنیای نویسندگی مأنوس‌تر خواهید بود. بعضی‌های‌تان در جمع‌ها اهل نمایش دادن هستید و بازیگری، بیشتر به کارتان می‌آید. حوزه موردعلاقه‌تان هرچه که هست، ژیمناستیک کار کنید. آواز و موسیقی تمرین کنید تا با ریتم آشنا شوید، شنا بلد باشید و زیرنظر مربی‌های مجرب، بیان و بدن‌تان را آماده کنید. تامی‌توانید رمان و شعر و داستان بخوانید. یک کارگردان باید بتواند خوب نقاشی بکشد، معماری را بشناسد و از تاریخ سردربیاورد. یک هنرپیشه باید بتواند خوب تقلید کند، تقلید از رفتار یک معتاد، یک جاهل، یک ورزشکار، یک پادشاه، یک گدا. ادای دیگران را درآوردن، غیراخلاقی نیست چون هنرمند قصد تمسخر ندارد بلکه می‌خواهد بعدا آن‌ها را روی صحنه نشان بدهد یعنی تبدیل به هنر کند.

در کلاس‌های آزاد شرکت کنیم یا نه؟

اگر آموزشگاه مدنظرتان معتبر است، بله ولی یادتان باشد آموزش رشته‌های هنری در تمام دنیا بسیار گران است. نکته مهم دیگر این است که بدانید آموزشگاه خوب، آموزشگاهی است که استادهای بنام در آن تدریس می‌کنند البته استثنا هم وجود دارد و ممکن است زیرنظر یک معلم گمنام، خوب آموزش ببینید و رشد کنید اما از آن‌جایی که امروزه موسسات هنری بی‌قاعده زیادی وجود دارند، بهتر است به نام‌های بزرگ، اعتماد و البته درباره‌شان تحقیق کنید. یکی از حسن‌های شرکت در کلاس‌های آزاد این است که کمک می‌کند عده‌ای متوجه شوند نباید وارد این حرفه شوند. شادروان «محمد نوری» ابتدا می‌خواست بازیگر شود اما چندماه بعد از ورودش به مدرسه هنرپیشگی، استادی به ایشان می‌گوید: «همین الان از این جا برو و در مدرسه موسیقی ثبت‌نام کن.» و این تشخیص درست، باعث شد که استاد نوری و آوازهای زیبایش در قلب ما ماندگار شود.

> آواز و موسیقی تمرین کنید تا با ریتم آشنا شوید، شنا بلد باشید و زیرنظر مربی‌های مجرب، بیان و بدن‌تان را آماده کنید. تا می‌توانید رمان و شعر و داستان بخوانید

مخالفت خانواده با رشته‌های هنری را چه کنیم؟

من معلم‌ها، مهندس‌ها، پزشک‌ها و وکیل‌های زیادی را می‌شناسم که آدم‌های موفقی نیستند. در هر حرفه‌ای، موفقیت معطوف به تمرکز و تلاش فرد است. من همه زندگی‌ام را از تئاتر دارم اما چطور؟ ۲۰ ساعت در شبانه‌روز کار می‌کنم. کتاب می‌خوانم، می‌نویسم، بازی می‌کنم، تمرین می‌کنم، اتودهای نمایشی را انجام می‌دهم، فیلم می‌بینم، می‌روم بیرون و مردم را تماشا می‌کنم و با آن‌ها حرف می‌زنم. مگر ممکن است بیشتر زمانم را صرف حرفه‌ای کنم که عاشقانه دوستش دارم و موفق نشوم؟ شاید بگویید شانس هم دخیل است، بله ولی شانس سراغ آدم‌های بی‌استعداد و غیرکوشا نمی‌رود. پس خانواده‌های‌تان را متقاعد کنید که ما فقط یک‌بار به این جهان پا می‌گذاریم و حق داریم چیزی را تجربه کنیم که دوست داریم. فراموش نکنید افراد موفق در حوزه هنر، عمرشان را به بطالت نگذرانده‌اند و به‌جای پرداختن به کارهای بی‌ثمر روی خواسته‌شان متمرکز شده‌اند.

در دنیای کارگردانی چه چیزی منتظر ماست؟

خیلی‌ها می‌توانند بازیگر و نویسنده شوند اما آدم‌های کمی می‌توانند به این موهبت الهی دست پیدا کنند که خودشان آفریننده باشند. کارگردانی کردن یعنی آفرینندگی و کار بسیار دشواری است. همه اعضای تیم از بازیگر و طراح صحنه و گریم تا فیلم‌بردار و صدابردار در مسیری حرکت می‌کنند که شما می‌خواهید. شما باید روان‌شناس خوبی باشید تا بدانید با تک‌تک اعضای تیم‌تان چطور برخورد کنید. باید از همین الان یادبگیرید که همه‌چیز را متفاوت ببینید و صاحب تنهایی شوید. یعنی حتی وقتی در جمع هستید، بتوانید احساس کنید که فقط خودتان هستید و خودتان و به‌تخیل‌تان پروبال بدهید.

اطلاعات عمومی

رنگ‌های ناشناس!

در دنیا رنگ‌های کمیاب و کمتر شناخته‌شده‌ای وجود دارد که خیلی‌های‌مان حتی اسم‌شان را هم نشنیده‌ایم

شما جزو آن‌هایی هستید که همه رنگ‌ها را با یک پسوند «پررنگ» و «کم‌رنگ» صدا می‌زنند و کار خودشان را آسان می‌کنند؟ یا جزو آن‌هایی که در رنگ‌شناسی خبره‌اند و به‌جای دسته‌بندی تنبلانه آبی پررنگ و آبی کم‌رنگ، از «آبی فیروزه‌ای»، «آبی زنگاری»، «آبی درباری» و «آبی نفتی» حرف می‌زنند؟ جزو هر گروهی که باشید، احتمالا چیزی درباره رنگ‌های نادر و ناشناس نشنیده‌اید. ما آن‌ها را به شما معرفی می‌کنیم.

۱ تاج‌خروس

رنگ تاج‌خروس، اسمش را از گیاهی به همین نام گرفته است. درباره این که تاج‌خروس دقیقا چه رنگی است، اتفاق نظر وجود ندارد. یک منبع می‌گوید این رنگ به گونه‌ای از صورتی اشاره دارد که رنگ کلیشه‌ای آدامس است. منبع دیگری می‌گوید تاج‌خروس، سایه‌ای از قرمز است و فقط در همین گیاه یافت می‌شود. به‌هرحال هرچه هست، اسم و ظاهر این رنگ، بسیار خاص و نادر است.

۲ استرالیایی

رنگ استرالیایی آن‌قدر ناشناخته است که اگر عبارت «Australien» را جست‌وجو کنید، چیزهایی درباره استرالیا پیدا خواهید کرد. خب این کلمه درواقع نام آلمانی استرالیاست و الهام‌بخش آن، منطقه‌ای وسیع به‌نام «Outback» است که بیشتر قلمرو استرالیا را تشکیل داده است. Outback مثل بسیاری از بیابان‌ها رنگی قهوه‌ای دارد منتها تاحدودی مایل به قرمز است. این رنگ در انگلستان ویکتوریایی بسیار محبوب بود و بسیاری از لباس‌های زنانه، رنگ استرالیایی داشتند.

Australien

۳ برلیوود

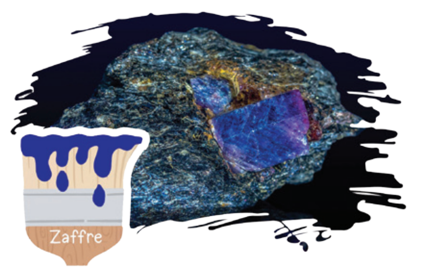
برلیوود یکی از آن رنگ‌های کمیاب است که منشأ عجیبی دارد. این رنگ که سایه‌ای از قهوه‌ای است، نام خود را از درخت بومی هند گرفته است. به‌طور خاص، برلیوود به سایه قهوه‌ای رنگی که در چوب تهیه‌شده از این درخت دیده می‌شود، اشاره دارد. درخت موردبحث، «Butea frondosa» نام دارد که در جنوب و جنوب‌شرق آسیا هم یافت می‌شود.

۴ فالو

خاستگاه رنگ فالو، شهر معدنی «فالون» در سوئد است. فالون با معادن مس شناخته می‌شود. معادنی که البته حدودا ۳۰ سال پیش بسته شدند اما در اوج زمان فعالیت‌شان، بیش از نیمی از مس جهان را تولید می‌کردند. رنگ فالو، به قرمز مسی اشاره دارد که در سوئد و کشورهای همسایه برای رنگ‌آمیزی انبارها به کار می‌رود.

۵ زافره

زافره، یک سایه آبی است که نام خود را از کلمه ایتالیایی «zaffira» به‌معنای یاقوت کبود گرفته است. با این حال، زافره درواقع از «کبالت» تولید می‌شود. فرایندهای شیمیایی خاصی شامل ترکیبات کبالت می‌تواند رنگ‌های آبی خاصی ایجاد کند. یاقوت کبود علاوه‌بر این که به رنگ موردبحث ما شناخته می‌شود، به‌رنگ‌های سبز، زرد و صورتی هم وجود دارد.



۶ میکادو

«میکادو» به چندین رنگ اشاره دارد؛ سایه زرد و سایه‌های قهوه‌ای و نارنجی. واژه میکادو به‌معنای «دروازه شریف» است که شاید به دروازه‌های کاخ‌های امپراتوری اشاره داشته باشد. کشورهای آسیای شرقی، زرد را رنگ سلطنتی می‌دانستند و ژاپن هم از این قاعده مستثنا نبود. میکادو هم شبیه به رنگ گل داوودی، گل امپراتوری ژاپن است.

منبع: facts.net

سفرنامه

افسرده‌ترین و سردترین شهر روی زمین

شهر دورافتاده «نوریلسک» در روسیه با رودی به‌رنگ خون، هوای آلوده و ۴۵ روز تاریکی به افسرده‌ترین شهر روی زمین مشهور است. امید به زندگی مردم در این شهر با ۱۷۰ هزار نفر جمعیت، ۱۰ سال کمتر از میانگین کشور روسیه است. دسترسی به نوریلسک از طریق جاده بسیار سخت است و تنها یک خط راه‌آهن باری فعال دارد که مسیری را برای رسیدن به شهر از طریق دریا فراهم می‌کند که آن هم در زمستان یخ‌زده است. تنها مسیر ممکن در تمام طول سال به این شهر دورافتاده، پرواز پنج‌ساعته از مسکو است که به‌دلیل بدی آب‌وهوا گاهی با چند هفته تأخیر انجام می‌شود. در اوایل قرن بیستم یک زمین‌شناس، ذخایر غنی نیکل، مس و کبالت را در دامنه کوه‌های پیرامون «نوریلسک» کشف کرد. درواقع این شهر روی بزرگ‌ترین ذخایر نیکل، مس و پالادیوم زمین قرار دارد. نوریلسک امروز آلوده‌ترین شهر روسیه و یکی از ۱۰ شهر آلوده جهان است. هرسال کارخانه نیکل بیش از ۲ میلیون تن گاز سمی تولید می‌کند و حدود یک درصد از کل انتشار دی‌اکسید گوگرد جهانی از همین شهر است. آلودگی هوای این شهر گاهی به‌حدی است که منجر به بارش باران اسیدی و برفی به‌رنگ سیاه و زرد می‌شود. به‌دلیل خاک آلوده و نامناسب، پوشش گیاهی در این منطقه رشد کم و ضعیفی دارد و تنها مزیت خاک نوریلسک، وجود مواد معدنی در آن است. در سپتامبر ۲۰۱۶ رودخانه «دالدیکان» نزدیک شهر به شکل ترسناکی به‌رنگ خون درآمد. برای این پدیده نادر هیچ توضیح رسمی ارائه نشد اما احتمال دارد دلیل آن، کارخانه ذوب مجاورش بوده باشد. نوریلسک با داشتن عنوان شمالی‌ترین شهر جهان، دو ماه از سال در تاریکی مطلق و در یخبندان دایمی قطب است. دوسوم سال، شهر و پیرامونش پوشیده از برف با میانگین دمای ۳۰- درجه سانتی‌گراد است.

> نوریلسک با داشتن عنوان شمالی‌ترین شهر جهان، دو ماه از سال در تاریکی مطلق و در یخبندان دایمی قطب است

یکی از دلایل مهم اثربخش نبودن بعضی از تبلیغات، باور نداشتن تبلیغ توسط سفارش دهنده است

برگ سبز و سند خودرو و کارت سوخت سواری پژو ۴۰۵ جی ال ایکس مدل ۱۳۸۰
شماره پلاک ۵۸۲د۷۷ ایران ۳۲ ش موتور ۲۲۵۲۸۰۰۱۵۳۱ ش شاسی ۰۰۸۰۳۰۱۲۲۵ بنام رحیم رمضانی فرد مفقود و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد ۱۴۰۱۸۸۸۵۰/ج

پروانه ساخت آرد ستاره به شماره ۵۰/۱۱۲۹۵
به تاریخ ۱۳۸۷/۱۰/۱۲ مربوط به شرکت آرد سربداران نیشابور مفقود شده وفاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۸۸۵۸/ش

برگ سبز و برگ کمپانی خودرو پراید صبا مدل ۸۴
به شماره پلاک ۴۸۴س۹۹ایران ۱۲ به شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۴۵۶۹۰۱۱ به شماره موتور ۰۱۲۰۵۱۱۹ بنام سید علی محمدزاده طوفال مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۴۷/م

برگ سبز اتومبیل وانت پیکان OHV۱۶۰۰ دوگانه سوز CNG مدل ۱۳۸۶ به رنگ سفید روغنی به شماره پلاک ایران ۳۲-۴۷۲ه۴۳ وشماره موتور ۱۱۴۸۶۰۰۵۸۴۷ وشماره شاسی ۳۱۶۱۳۹۴۰ به نام محمد علی پور پساوه مفقود شده وفاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۸۸۴۶/ش

آگهی مزایده - به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۹۹۰۰۴۴۱ یک دستگاه خودرو کامیونت نیسان کمپرسی ۲۴۰۰ ابی رنگ به شماره انتظامی ۳۵۴ ط ۲۴ ایران ۴۲ در محل پارکینگ حمایت چناران متعلق به اقای سعید کرامتی(مدیون) که طبق نظر کارشناس رسمی به مبلغ ۱/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰ (یکصد و شصت میلیون تومان) ارزیابی شده ،از ساعت۹ الی۱۲ روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۷/۱۶ در اداره ثبت اسناد و املاک چناران واقع در چهارراه دولت از طریق مزایده به فروش می رسد .الف : مشخصات فنی وسیله نقلیه نوع و نوع سیستم خودرو .. کامیونت نیسان کمپرسی ۲۴۰۰ ابی رنگ به شماره انتظامی۳۵۴ط۲۴ ایران۴۲ ۲-رنگ: ابی رنگ ۳..مدل ۱۳۸۸ ۴.. شماره انتظامی ۲۰۴۴۲۵ . ب - وضعیت ظاهری و کارشناسی بدنه خودرو:وضعیت ظاهری خودرو و بازدید اطاق جلو به صورت کامل نیاز به صافکاری و رنگ امیزی دارد گلگیر های جلو دو طرف اسیب دارد لاستیک های جلو وعقب ۵۰درصد مستعمل سپرها سالم اطاق کمپرس عقب سالم شاسی ها و ستون ها سالم صندلیها مستعمل ضبط صوت معمولی و کهنه جلو داشبورد سالم و بدون ضربه و مستعمل میباشد. ج - وضعیت موتوری و فنی خودرو وضعیت موتوری به دلیل عدم دسترسی به سویچ قابل ازمایش نبوده و به ظاهر سالم و بدون دود کار می کند اثار ریزش روغن خودرو نیز ندارد با توجه به مدل خودرو متوسط کار بوده و اما کارکرد کیلومتر خودرو در دسترس نبود. مزایده از مبلغ ۱/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (یکصد و شصت میلیون تومان)شروع و به بالا ترین قیمت پیشنهادی نقداً فروخته می شد و کلیه هزینه های قانونی به عهده برنده مزایده است و نیم عشر و حق مزایده نقداً وصول خواهد شد ضمناً چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی اعلام گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد.ثبت کننده : هانیه اقائی ۱۴۰۱۸۸۸۹۷/ش

پروانه دفتر مهندسی طراحی ساختمان
به شماره ۷۷۹ با مسئولیت الهام سقابی مفقود شده است و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱۸۸۸۰۷/م

برگ سبز خودرو کوئیک بنام امیرحسین خاکسار شانعمتی
به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۷۲۴ ی ۳۹ و شماره موتور M15/9128885 و شماره شاسی NAS841100M3359644 مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۴۰۱۸۸۸۶/پ

مدارک اسناد رسمی منزل ویلایی به متراژ ۸۳ متر مربع
به حوزه ثبتی منطقه۵ مشهد به شماره پلاک فرعی ۱۱۷۱۴ انتقال قطعی شماره ۳۳۹۰۳ مورخ ۱۳۹۷/۰۱/۲۸ دفتر خانه ۱۶۳ به آدرس : بین مسلم شمالی ۱۲ و ۱۴ پلاک ۲۹۰ بنام رجبعلی برزنونی مفقود وفاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۶۵/ف

برگ سبز خودرو ال ۹۰ مدل ۱۳۹۱ شماره انتظامی ایران ۴۲-۶۲۵ج۶۴ شماره موتور 100014067RD160228 و شماره شاسی NAALSRALDCA213966 بنام پریسا طیرانی همایونی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱۸۸۸۲۰/د

برگ سبز خودرو جک S3 بنام فائزه روحانی
به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۱۵۱ ق ۹۵ و شماره موتور ۸۶۰۹ و شماره شاسی NAKSG7422JB109792 مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۴۰۱۸۸۸۲۴/پ

آگهی فقدان سند مالکیت
آقای رمضانعلی بازوی برابر وکالتنامه شماره ۲۴۵۹مورخ ۱۴۰۱/۵/۱۰ دفتر اسناد رسمی ۳۴شاهرود با ارائه دوبرگ استشهادیه و تقاضای کتبی به وکالت از آقای ابوالفضل قنبری جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت اول به این اداره مراجعه و مدعی است سند مالکیت تمامت ۵۰۰سهم مشاع از ۲۹۵۵۰۰۰سهم ششدانگ پلاک ۴۱فرعی از ۱۸۸ اصلی بخش ۷چناران بعلت اسباب کشی مفقود شده است و برابر سیستم جامع املاک تمامت مورد نظر ذیل ثبت ۱۰۰۱۹۸صفحه ۳۷ دفتر ۷۱۳به نام ابوالفضل قنبری ثبت و سند مالکیت به شماره سریال ۹۱۶۵۱۲سری ب ۹۰ صادر گردیده است سامانه جامع املاک بیش از این حکایتی ندارد.لذا به استناد ماده ۱۲۰ایین نامه قانون ثبت املاک متذکر می گردد هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای انجام داده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود میباشد باید ظرف مدت ۱۰روز پس از انتشار آگهی به این اداره مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تنظیم شده تسلیم نماید . در غیر اینصورت پس از انقضای مهلت مقرر و عدم ارسال اعتراض سند مالکیت المثنی طبق مقررات صادر و به متقاضی تحویل خواهد شد. ۱۴۰۱۸۸۸۶۴/ش
مرتضی ولایتی –رییس ثبت اسناد و املاک چناران

یک عدد پروانه وکالت مرکز وکلای قوه قضاییه
به شماره ۵۱۰۰۳ متعلق به خانم زینب پیامی مفقود گردیده فلذا بدینوسیله اعلام می گردد مدرک و پروانه مذکور فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۸۸۳۰/ش

برگ سبز و سند خودرو و کارت سوخت سواری پژو ۴۰۵ اس ال ایکس مدل۱۳۹۹
شماره پلاک ۲۳۱ص ۶۱ ایران ۵۲ ش موتور ۱۳۹B۰۱۷۲۲۲۸ ش شاسی NAAM۳۱FE۷LK۶۰۵۵۵۵ بنام محمد تقی باقری اسفاد مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۱۴۰۱۸۸۹۰۴/ج

برگ سبز و کارت خودرو کامیون یخچالدار فوتون مدل ۱۳۹۹ شماره انتظامی ایران ۶۸ - ۵۷۴ ع ۲۸
شماره موتور ISF38S415476399350
شماره شاسی NADV4PBBOLE541381
بنام حسین کاردوست مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۸۵/ف

برگ سبز خودرو وانت مزدا ۱۶۰۰ مدل ۱۳۷۳ به شماره انتظامی ایران ۷۴-۶۵۶د۳۲ به شماره موتور ۲۱۳۷۳۷ و شماره شاسی ۷۳۶۰۰۶۱۳ به نام کامیار صادقی پور مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۳۹/

اینجانب فاطمه علی کردی مالک خودرو پژو۲۰۶تیپ ۲مدل ۹۵به شماره انتظامی ۵۴۷ب۳۱ ایران ۷۴
به شماره شاسی NAAP03EE0GJ825487 و شماره موتور 165A0061400 به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی سند اسناد مذکور را نموده است. لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید . بدیهی است پس از تقاضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد . ۱۴۰۱۸۸۸۹۵/ف

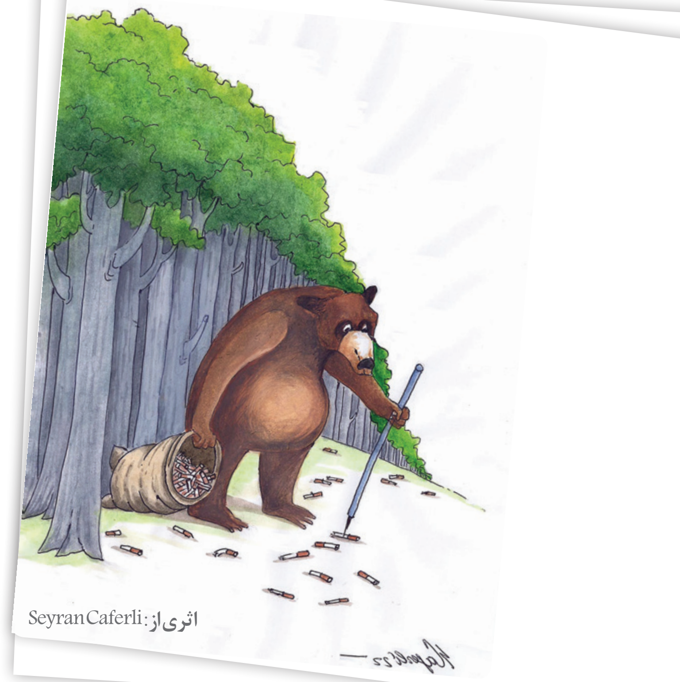
کارت رمپ خدمات فرودگاهی
به نام مجید بریانی دولت آبادی به کدملی ۰۹۴۱۵۶۶۵۵۲ مفقودشده وفاقداعتبارمیباشد ۱۴۰۱۸۸۸۱۴/ر

برگ سبز خودرو سواری پژو ۴۰۵ جی ال ایکس آی ۱/۸
مدل ۱۳۸۳ به شماره پلاک ۳۱۱ ط ۱۷ ایران ۴۲و شماره موتور ۱۲۴۸۳۱۴۰۱۹۰و شماره شاسی ۸۳۰۶۴۰۸۶بنام خانم ملیحه توانا مفقود گردیده و اعتبار ندارد . ۱۴۰۱۸۸۸۴۹/ش

مدرک تحصیلی اینجانب مهشید قربان زاده باجگیران
فرزند مظفر متولد ۱۳۶۵ به شماره شناسنامه ۵۱۸۹ وشماره تاییدیه سازمان مرکزی ۱۳۸۸۲۰۶۰۰۶۸۵ از دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان مفقود شده وفاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۸۸۹۴/ش

برگ سبز خودرو سواری پژو تیپ ۲۰۶ آریان مدل ۱۳۸۷ سفید-روغنی
به شماره انتظامی ۳۲- ۶۳۴ س ۶۸ شماره موتور ۱۳۳۸۷۰۰۷۶۵۵ و شماره شاسی NAAP41FD49J258154 به نام محمد علی امانی مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۸۸۵۳/و

بدون شرح


اثری از: Seyran Caferli

سینماتوگراف

چطور یک فیلم‌نامه کمدی بنویسیم؟

تا حالا فکر نوشتن یک فیلم‌نامه کمدی به سرتان زده؟ اگر اهل نوشتن و عاشق سینما باشید و دوست و آشنا شما را به بامزه بودن بشناسند، بعید نیست وسوسه شده باشید اما آیا داشتن این ویژگی‌ها کافی است؟ برای نوشتن یک فیلم‌نامه کمدی باید چه کار کنیم؟ در سینماتوگراف این هفته، چند پیشنهاد برای‌تان داریم تا به شما کمک کند به‌صورت اصولی و مفید، نوشتن برای یک اثر نمایشی کمدی را تمرین کنید.

شخصیت‌ها

شخصیت‌ها مهم‌ترین بخش فیلم‌نامه کمدی هستند، شخصیت‌های جالب، معیوب و خنده‌دار؛ اما چه چیزهایی آن‌ها را به این صفت‌ها مجهز می‌کند؟ چیزی که شخصیت‌ها را جذاب می‌کند، همانی است که برای آن‌ها مشکل ایجاد می‌کند. شخصیت‌ها باید عامل سقوط خودشان باشند؛ آن‌ها تصمیماتی می‌گیرند که در نظر خودشان کاملا منطقی است اما برای بیننده اصلا معنی ندارد. شخصیت‌های کمدی از اشتباهات خود درس نمی‌گیرند و آن‌ها را بارها و بارها تکرار می‌کنند. قبل از شروع به نوشتن مطمئن شوید که شخصیت‌های‌تان را به‌خوبی می‌شناسید. وارد ذهن آن‌ها شوید؛ اگر در یک موقعیت پرتنش قرار بگیرند، چطور رفتار می‌کنند؟ در رستوران چه چیزی سفارش می‌دهند؟ تا جایی که می‌توانید درباره هر شخصیت از خودتان سوال کنید تا زمانی که احساس کنید آن‌ها را کاملا می‌شناسید. شخصیت کمدی یک یا چند ویژگی اغراق‌آمیز دارد، از عیب‌های خود آگاه نیست و بین چیزی که می‌خواهد و چیزی که نیاز دارد، تفاوت بسیاری وجود دارد. مثلا شخصیت شما ممکن است بخواهد همه او را دوست داشته باشند و تحسین کنند اما چیزی که درواقع نیاز دارد این است که بپذیرد او چیزی نیست که خودش فکر می‌کند.

موقعیت و دیالوگ

قانون نوشتن فیلم‌نامه کمدی، خلق موقعیت گیرافتادگی است. همه کمدی‌های خوب حول شخصیت‌هایی می‌چرخند که در محیطی پر از تناقض افتاده‌اند. به همین دلیل است که سریال‌های کمدی خانوادگی اغلب بسیار خوب عمل می‌کنند چون چه بخواهید و چه نخواهید، در کنار خانواده‌تان گیر کرده‌اید و شوخی می‌تواند در این موقعیت‌ها به‌خوبی شکل بگیرد. پس به وضعیتی فکر کنید که شخصیت‌ها نمی‌توانند از آن خارج شوند و درگیری از آن شروع می‌شود. شخصیت‌ها در این موقعیت‌ها چطور با هم گفت‌وگو می‌کنند؟ حواس‌تان باشد که آن‌ها داستان فیلم را برای یکدیگر توضیح ندهند. داستان باید از خلال اتفاق‌ها و حرف‌های شخصیت‌ها نمایش داده شود نه این که شخصیت‌ها آن را برای بیننده بیان کنند. نکته مهم بعدی این است که هر دیالوگی که گفته می‌شود، باید هدفی داشته باشد و هدفش هم پیشبرد داستان است. بیان کردن یک سری جمله‌ها صرفا به‌خاطر خنده‌دار بودن، از کار شما فیلم‌نامه کمدی نمی‌سازد.

جوک‌ها

خیلی‌ها فکر می‌کنند فیلم‌نامه کمدی یعنی تعریف کردن جوک‌هایی که مخاطب را روده‌بر کند. خب آیا چنین جوک‌هایی وجود دارند؟ «ریچارد وایزمن»، محقق بریتانیایی درباره این موضوع تحقیق کرده است. او خنده‌دارترین جوک‌ها را جمع‌آوری کرد و از هزاران نفر خواست به جوک‌های موردعلاقه‌شان امتیاز دهند. این مطالعه چیزهای زیادی درباره ذائقه طنز در میان فرهنگ‌های مختلف نشان داد و وایزمن را از یک نکته ضروری و مهم مطمئن کرد؛ جوک‌ها همیشه به‌نظر عده‌ای، بامزه‌اند و از نظر عده‌ای دیگر، لوس و حتی آزاردهنده! پس چه باید کرد؟ راز کمدی خوب در غافل‌گیری است که در خنداندن همه موفق عمل می‌کند.

منابع: screencraft.org
freelancevideocollective.com

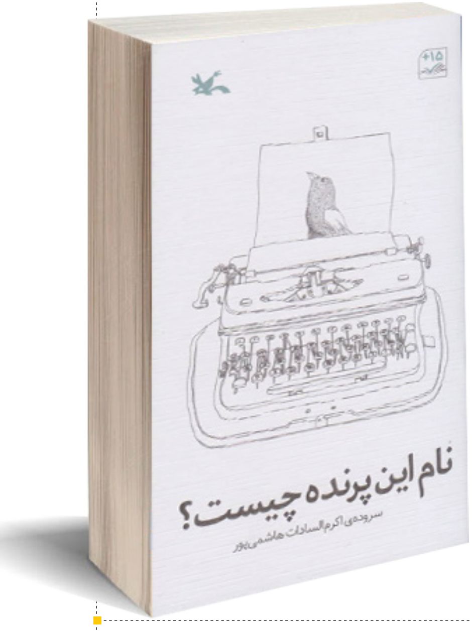
پیشنهاد

نام این پرنده چیست؟

برای تو/ سخت می‌شود
برای من چقدر سخت‌تر/ که شالِ تو رویِ گردنِ من است
و برف/ شانه تو را سپید کرده است

عفت زینلی | روزنامه‌نگار

شعر زیبایی که خواندید از کتاب «نام این پرنده چیست؟»، سروده خانم «اکرم‌سادات هاشمی» انتخاب شده است. انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان زمانی به این نتیجه رسید که کتاب‌های شعر نوجوان در بازار کم‌تعدادند و با قیمت مناسب در دسترس نوجوانان نیستند برای همین اقدام به چاپ ۱۰ مجموعه شعر از شاعران جوان کودک و نوجوان کرد. «نام این پرنده چیست»، یکی از این مجموعه‌هاست که شامل ۱۸ شعر نیمایی با موضوعات عاشقانه و آزاد است. عاشقانه‌هایی نوجوانانه و عاشقانه‌هایی که به طبیعت مربوط می‌شود و نوجوانان را به تأمل و دقت در دنیای اطراف وا می‌دارد. اگر به خواندن اشعار نیمایی علاقه‌مند هستید، خواندن این مجموعه شعر را به شما پیشنهاد می‌کنم. با هم یکی دیگر از شعرهای این مجموعه را می‌خوانیم؛



نام این پرنده چیست؟
این پرنده سار نیست
قمری و عقاب و یا کریم
–نه
–نه، کلاغ روی قله چنار نیست
این پرنده که از مداد من
بدون بال
می‌پرد به سمت دشت‌هایِ روشنِ خیال
شعر نیست؟

بدانیم

چطور نگذاریم اضافه‌وزن زندگی‌مان را تحت تأثیر قرار بدهد؟

سال‌های نوجوانی با انواع تغییرات همراه است که ما را با فرازونشیب‌های احساسی زیادی مواجه می‌کند. گاهی موضوعی مثل اضافه‌وزن می‌تواند به این تلاطم‌ها دامن بزند. البته معنی‌اش این نیست که همه افراد دارای اضافه‌وزن، نگران و ناراحت‌اند یا همه لاغرها احساس خوبی دارند اما از آن‌جایی که جامعه ما را برای داشتن ظاهری خاص تحت‌فشار می‌گذارد، داشتن اضافه‌وزن ممکن است در بعضی‌ها باعث احساس ناراحتی شود. آگاهی از احساسات منفی، اولین گام برای تغییر دادن اوضاع است.

روی «شخص» تمرکز کنید نه‌وزن!

ما در دوره نوجوانی اغلب درخصوص آن‌چه دیگران درباره‌مان فکر می‌کنند، حساسیت زیادی داریم. حتی ممکن است پیشنهادهای دوستانه والدین، خواهر و برادر یا دوستان‌مان درباره ورزش و رژیم غذایی، در نظرمان انتقاد تلقی شود و اوضاع را بدتر کند. ترس از قضاوت و طرد شدن، ممکن است ما را از دیگران دور کند. چطور می‌توانیم از خودمان در برابر این شرایط مراقبت کنیم؟ بهترین کار این است که تمرکز خودمان و دیگران را از وزن دور کنیم و به‌سمت «خود» به‌عنوان یک شخص برگردانیم. اما چطور؟

اعتمادبه‌نفس‌تان را بازسازی کنید

به گروه‌هایی بپیوندید که با شما علاقه و هدف مشترکی دارند. در فعالیت‌هایی که دوست دارید، داوطلب شوید و کارهای فوق‌برنامه مدرسه را از دست ندهید. در کتابخانه، گروه تئاتر و... چه خبر است؟ انجام دادن این کارها ممکن است آسان نباشد، مگر این که بدانید همه افراد هنگام ورود به موقعیت‌های جدید و آشنایی با افراد تازه، احساس خجالت می‌کنند حتی آن‌هایی که خیلی بااعتمادبه‌نفس به‌نظر می‌رسند. اگر هدف آزار و اذیت قرار می‌گیرید، با دوستانی که از شما حمایت می‌کنند، حرف بزنید. احساساتی را که از شنیدن نظرات منفی دیگران در شما ایجاد می‌شود، بنویسید. سپس چیزهای مثبتی را که درباره خودتان می‌دانید، یادداشت کنید تا از احساس منفی عبور کنید. اگر کسی شما را با عنوان ناراحت‌کننده‌ای خطاب می‌کند، به خودتان یادآوری کنید که آدم‌ها بدن‌هایی در شکل‌ها و اندازه‌های متفاوت دارند. اگر رفتار قلدری ادامه‌دار است، با یکی از مسئولان مدرسه یا بزرگ‌سال مورداعتمادی درباره‌اش حرف بزنید. اگر می‌خواهید در برابر فرد قلدر واکنش نشان بدهید، از گریه کردن و عصبانی شدن خودداری کنید. آرام ولی با قاطعیت به او بگویید که رفتارش باعث ناراحتی شما می‌شود و نباید ادامه‌اش بدهد. افکار و احساسات منفی درباره بدن ممکن است به سایر بخش‌های زندگی هم سرایت کند، اعتمادبه‌نفس‌تان را تحت‌تأثیر قرار دهد و رسیدن به اهداف را سخت کند. اگر دنبال کاهش وزن هستید به‌خاطر سلامتی باشد نه نظر دیگران البته حین عملی کردن این تصمیم، اوضاع ممکن است سخت‌تر هم بشود چون فرایند کاهش وزن، دشواری‌های خودش را دارد که می‌تواند به انتقاد از خود و عصبانیت منجر شود. برای مقابله با این شرایط، روی توانایی‌ها و ویژگی‌های مثبت‌تان تمرکز کنید. اهداف کوچک و واقع‌بینانه مانند یادگیری یک مهارت تازه برای خود تعیین و میزان پیشرفت‌تان را به‌طور مرتب بررسی کنید تا انگیزه‌تان از دست نرود.

منبع: kidshealth.org

تا جام

معروف‌ترین ترکیب‌های فوتبال روز دنیا

این‌روزها لیگ ملت‌ها در اروپا و بازی‌های دوستانه در دیگر نقاط دنیا، شور فوتبالی ایجاد کرده. لابه‌لای تحلیل‌های فوتبالی، اسم ترکیب‌هایی را می‌شنویم که گویای شیوه چینش بازیکنان یک تیم در زمین است. حالا که تنور فوتبال داغ است و کمتر از دو ماه هم تا جام‌جهانی مانده، بد نیست ویژگی‌های چند ترکیب روز فوتبال را با هم مرور کنیم:

۴-۲-۳-۱ شناور و خاص

در این ترکیب، کنترل تمام نقاط زمین با حضور دو هافبک دفاعی و دو وینگر و یک هافبک طراح ممکن است. در این سیستم یک مهاجم هدف حضور دارد و دو وینگر چپ و راست. (وینگر بازیکنی است که جلوتر از هافبک و عقب‌تر از مهاجم در کناره‌های زمین بازی می‌کند)

۴-۴-۲ کلاسیک و بدون عمق

این سیستم که دو نوع خطی و لوزی (الماسی) دارد، با دو مهاجم کلاسیک و دو مدافع چپ و راست پرنفس و خوش‌تکنیک تعریف می‌شود. هافبک‌های کناری در این سیستم باید توانایی سانتر و تغذیه دو مهاجم را داشته باشند. منچستر در دوران اوجش با این سیستم بازی می‌کرد. اگر یکی از هافبک‌های وسط پشت دو مهاجم بازی کند، سیستم خطی به لوزی تبدیل می‌شود.

۳-۵-۲ خاطره‌انگیز برای ایرانی‌ها

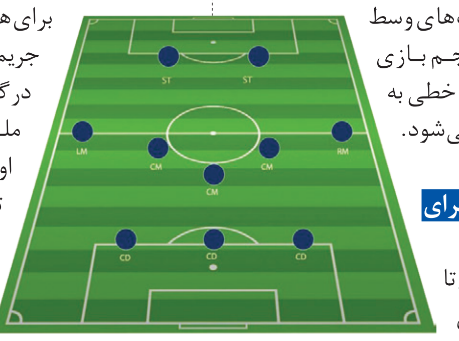
فوتبال ایران تا مدت‌ها مرهون این سیستم بود. تیم‌ها و مربی‌های ایتالیایی استاد پیاده کردن این روش هستند. در این سیستم دو بازیکن کناری به‌جای هافبک، نوعی پیستون و بال هستند که باید درگیرانه و فیزیکی باشند.

۴-۳-۳ تهاجمی و جذاب

در این سیستم دو مهاجم پابه‌توپ، طراح و تکنیکی داریم و یک مهاجم هدف. رئال طی سال‌های اخیر با مثلث «کاسمیرو»، «مودریچ» و «تونی کروز» در خط هافبک این سبک را به بهترین شکل نمایش داد. تیم ملی برزیل هم در مقاطع زیادی با این سیستم بازی می‌کرد.

۴-۱-۴-۱ با مهاجم کاذب

در این روش چهار هافبک داریم و مهاجم اصلی با هدف ایجاد فضا، ریباند و کات‌بک برای هافبک‌ها در محوطه جریمه حریف با مهاجم درگیر می‌شود. تیم ملی ایران در نیمه اول بازی با اروگوئه تقریبا با این سیستم بازی کرد.



شماتیک ترکیب ۳-۵-۲

صفحه آرایی
واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان سفارش می پذیرد
۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

برگ سبز خودرو پژو پارس رنگ خاکستری مدل ۱۳۹۴ به شماره انتظامی ایران ۱۲- ۶۱۷ س ۹۵ به شماره موتور ۱۲۴K۰۶۰۶۰۹۲ به شماره شاسی NAAN01CA6FH167357 بنام علیرضا جابری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۲۶/م

برگ سبز موتورسیکلت دایچی ۲۰۰CC مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ۷۶۵-۳۲۷۳۷ به شماره موتور ۱۶۳FML۲۶۲۰۰ به شماره شاسی N۲G***۲۰۰B۹۰۱۱۱۴۰ بنام محمد زاهدی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۶۹/م

اینجانب علی شاهی مالک خودرو رانا مدل ۹۲ به شماره انتظامی ایران ۱۲- ۶۶۴ م ۵۴ به شماره شاسی NAAU01FE4DT026639 و شماره موتور ۱۶۰B۰۰۴۷۳۷۶ به علت فقدان اسناد فروش برگ سبز و سند کمپانی تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۱۸۸۸۱۳/م

برگ سبز خودرو سواری پراید صبا مدل ۱۳۸۰ رنگ سفید معمولی بشماره انتظامی ایران ۷۴- ۲۶۶ ی ۵۲ به شماره موتور ۰۰۲۳۷۴۴۹ به شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۰۷۰۸۸۶۰ بنام لیلی شمسی مقدم طرقبه مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۰۶/م

برگ سبز خودرو پرایدجی تی ایکس آی مدل ۱۳۸۷ سفید - روغنی بشماره انتظامی ایران ۱۲- ۷۷۹ ی ۶۹ به شماره موتور ۲۵۴۱۵۷۱ به شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۷۴۹۴۲۷۷ بنام احمد عرفانیان رسول نیا رابع مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۶۷/م

برگ سبز وکارت موتور سیکلت تک تاز
مدل TK125S ۱۳۹۵ به رنگ قرمز به شماره پلاک ۷۷۳-۹۸۳۱۷ وشماره موتور 0124NEJ035491 و شماره شاسی NEJ***125G9500197 به نام ابوالقاسم قمری نیا مفقود شده وفاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۸۸۵۱/ش