

**ضیغمی**– «الهه حصراری» در فیلم سینمایی «بالن» بازی می‌کند و با این فیلم قرار است در جشنواره فیلم فجر حضور یابد. این بازیگر سینما و تلویزیون در گفت و گو با خبرنگار ما با بیان این که فیلم سینمایی «بالن» با بازی اش احتمالاً در جشنواره فیلم فجر اکران شود، افزود: کارگردانی فیلم را مسعود تکاور بر عهده

### الهه حصراری با «بالن» در راه جشنواره



### «۱۲ صندلی» به خانه ها آمد

کمدی «۱۲ صندلی» اسماعیل براری به شبکه نمایش خانگی آمد. فیلم نامه این کمدی برداشتی آزاد از رمانی به همین نام نوشته «ایلیا ایلف» و «یوژنی پتروف» نویسدگان روسی است. «۱۲ صندلی» فیلم پربازگرای است و به غیر از فرزاد دزدمه که هم بازیگر نقش اصلی و هم سرمایه گذار آن بوده بازیگرانی نظیر احمد نجفی، داریوش اسدزاده، افسر اسدی، ارزنگ امیر فضلی، رامتین خدایناهی، علیرضا اوسینود، رضا توکلی و مهران رجبی در آن ایفای نقش کرده اند. داستان «۱۲ صندلی» درباره یافتن گنجی است که در صندلی عقب یک پیکان جاسازی شده است.

### کافه سینما

در این شماره، اخبار و نقل قول های مهم سینما و تلویزیون در هفته گذشته را در اختیارتان قرار می دهیم.
\*علیرضا امینی کارگردان سینما در خصوص جدیدترین فعالیت سینمایی خود گفت: درخواست پروانه ساخت اثری با نام «جعبه سیاه» را داده‌ام و منتظر جواب هستم.
\*بهروز شعبی سربالی به نام «گلشیفته» را برای شبکه خانگی می‌سازد.
\*جشنواره فیلم «سالونیکا» از ۱۱ تا ۲۱ آبان در کشور یونان برگزار می‌شود. پیمان معادی در بین اعضای هیئت داوران و فیلم «بدون تاریخ، بدون امضا» هم در میان فیلم های بخش مسابقه این جشنواره حضور دارد.
\* امیرعباس اشرف مدیر روابط عمومی شبکه نسیم گفت: بر اساس درخواست گروه رامبد جوان قرار بود بخش فصل جدید خندوانه در روز اول نوروز ۹۷ صورت بگیرد اما شبکه نسیم به عوامل خندوانه اعلام کرده که برای دهه فجر آمادگی کامل داشته باشند.

### از «سیلواستر استالونه» تا «تام کروز»

# قهرمانان پرده نقره ای

**ضیغمی** – سینمای پر مخاطب و جذاب اکشن یکی از اصلی ترین منابع درآمد فیلم سازان جهان به خصوص سینمای هالیوود است. فیلم‌های این ژانر به دلیل جذابیت‌های بصری و پرحادثه بودن و گاهی داستان‌های زیبایی که دارد برای مخاطبان سینما بسیار جذاب است و گاهی هم فیلم‌های این ژانر مورد توجه منتقدان و جشنواره های سینمایی قرار گرفته است. بازیگران مشهور بسیاری در این ژانر به ایفای نقش پرداخته‌اند ولی تعدادی از آن ها محبوبیت و جذابیت بیشتری برای مخاطبان داشته‌اند؛ بازیگرانی که برای بازی در نقش‌های مهیج و گاهی سخت فیلم‌های اکشن خودشان را در شمایل یک قهرمان در ذهن مخاطبان این هنر قرار داده‌اند. در مطلب پیش روی تان آسامی برخی از بهترین بازیگران ژانر اکشن را مرور می‌کنیم که بر پرده نقره ای سینماهای جهان به خوبی هنرنمایی کردند.

#### سیلواستر استالونه

این بازیگر که به خاطر بازی در نقش «رمبو» به شهرت جهانی و محبوبیت زیادی در بین مخاطبان ژانر اکشن رسید، علاوه بر بازیگری، کارگردانی و نویسندگی رانیز تجربه کرده‌است. کمتر پیش می‌آید که یک بازیگر برای فیلم‌های اکشن جوایز هنری دریافت کند ولی این بازیگر دریافت جایزه گلدن گلوب و نامزدی در اسکار را در کارنامه خود دارد. مخاطبان سینما او را بیشتر به خاطر بازی در سری فیلم‌های راکی به‌یادمی‌آورند که علاوه بر بازیگری، نویسندگی این آثار را هم در کارنامه خود دارد.

#### رابرت دنیرو

این بازیگر که در خانواده‌ای اهل هنر به دنیا آمد، در انواع و اقسام ژانر ها به ایفای نقش پرداخته واز عهده همه آن ها به خوبی برآمده است. از بهترین فیلم های ژانر اکشن او می‌توان به شکارچی گوزن، روزی روزگاری در آمریکا و گریز نیمه شب اشاره کرد.

#### جیسون استاتهام

بازیگر، تهیه‌کننده، ورزشکار و صدایشه مشهور بریتانیایی را بیشتر به خاطر بازی در فیلم‌های اکشن به یاد می‌آوریم. این بازیگر ۵۰ ساله بر ورزش‌های رزمی کاراته، کیک بوکسینگ، کونگ فو و ووشو تسلط دارد و به همین دلیل به طور معمول صحنه‌های رزمی فیلم‌هایش را خودش بازی می‌کند. وی ۱۲ سال عضو تیم شیرجه بریتانیا بود. از سری فیلم‌های اکشن او می‌توان به «مامور انتقال» اشاره کرد.

#### بروس ویلیس

بروس ویلیس علاوه بر بازیگری، کارگردانی و نوازندگی هم می‌کند. این بازیگر دور که آلمانی – آمریکایی بیشتر به خاطر بازی در نقش فیلم «جان سخت» شناخته می‌شود و بعد از آن در فیلم‌های دیگری در همین ژانر درخشید. نکته جالب در خصوص نقش این بازیگر در فیلم جان سخت این است که این نقش قبل از او به سیلواستر استالونه پیشنهاد داده شده بود که با

دارد. وی که اولین بار در سال ۱۳۸۶ با فیلم «نطفه شوم» وارد سینما شد در ادامه گفت: فیلم نامه را که خواندم متوجه تفاوت آن با همه کارها و نقش های قبلی ام شدم و از این جهت خوشحالم چون فکر می‌کنم اتفاق خوبی در سینمای ایران و زندگی هنری ام باشد. به گفته وی در فیلم سینمایی «بالن»

رد این پیشنهاد توسط او، این نقش به یادماندنی به بروس ویلیس رسید. بروس ویلیس را بازیگر گیشه ها نیز می‌دانند. فیلم‌هایی که او بازی کرده، اکثرا فروش قابل توجهی داشته‌است.

#### آل پاچینو

آل پاچینو با لقب «سلطان» در سینمای جهان شناخته می‌شود. وی بیشتر برای شیوه بازیگری پرشور و برون گرای خود شناخته می‌شود. این بازیگر و کارگردان محبوب با بازی در سه گانه پدرخوانده شناخته می‌شود. او یکی از رکوردداران در نامزدی جایزه اسکار با هشت بار نامزدی است ولی تنها یک بار این جایزه را به دست آورد. شیوه بازیگری او باعث می‌شود که در فیلم‌های اکشن به خوبی ظاهر شود؛ مانند تمام ژانر هایی که تجربه کرده است.

#### آرنولد شوارتزنگر

آرنولد متولد یک روستا در اتریش است و زمانی که در آن روستا به تمرینات بدن سازی خود مشغول بود، شاید هرگز فکر نمی‌کرد روزی تبدیل به یکی از بازیگران مطرح سینما شود. از وی به عنوان بزرگترین بازیگر اکشن به مدد فیلم‌های موفقی همچون ترمیناتور ، دروغ‌های حقیقی، یادآوری مطلق و گوماندو یاد می‌شود.

#### مل گیسون

بازیگر، کارگردان و تهیه‌کننده جنجالی هالیوود که همیشه مواضع سیاسی و اجتماعی جالبی داشته است، برای کارگردانی فیلم «شجاع دل» دو جایزه اسکار را در کارنامه خود دارد. از جمله اقداماتی که او انجام داد و خبر ساز شد، کارگردانی فیلم «مصائب مسیح» و همین طور حمایت از فیلم «۹/۱۱» فرانچتایت» ساخته مایکل مور بود که به انتقاد از جنگ عراق پرداخت. از جمله فیلم‌های اکشن جنگی او می‌توان اسلحه مرگبار و مکس دیوانه را نام برد.

#### راسل کرو

راسل کرو که مخاطبان سینما او را با بازی درخشانش در فیلم «گلادیاتور» به یاد می‌آورند، فیلم‌های دیگری نیز در ژانر اکشن، جنگی و حماسی داشته است که از جمله آن‌ها می‌توان به گنگستر آمریکایی، ماشین جنگ و شهر ویران اشاره کرد.

#### تام کروز

بدون شک تام کروز یکی از ستاره های ماندگار در ژانر اکشن در سینمای هالیوود است. تام کروز را می‌توان با سری فیلم‌های ماموریت غیر ممکن به یاد آورد. این بازیگر سابقه نامزدی جایزه اسکار را دارد و برنده جایزه گلدن گلوب نیز شده است. وی در فیلم‌های اکشنی همچون گزارش اقلیت، مومیایی، شوالیه و روز بازی کرده است.

### جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه



۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲
۴	۱	۳	۸	۱	۴	۷	۹	۶	۵	۳	۲

۹- (۵ حرفی) برای جلوگیری از بیماری نقرس، پروتئین مورد نیاز خود را بیشتر از لبنیات ..... تأمین کنید.
۱۰- (۲ حرفی) لیموترش حاوی ویتامین ..... است که به دفع اسید اوریک اضافی از بدن کمک می‌کند.
۱۱- (۳ حرفی) گروه ورزشی ..... (۶ حرفی) نوعی اسلحه
۱۲- (۳ حرفی) قیمت جنس .....
۱۴- (۴ حرفی) عرب گرامی تر
۱۵- (۶ حرفی) نتایج مطالعات دانشگاه میشیگان نشان می‌دهد که ترکیب EGCG (اپی گالوکاتچین گالات) چای سبز، از ایجاد ..... در مفاصل جلوگیری می‌کند.
۱۶- (۲ حرفی) ضربه سرفوقتالیست
۱۷- (۶ حرفی) از قش آسبیب پذیر جامعه
۱۸- (۴ حرفی) ماندگاری داشتن
۱۹- (۶ حرفی) خلاقیت و نوآوری در کار
۲۰- (۴ حرفی) کثبت‌کننده لحظات
۲۱- (۶ حرفی) ابزار زمین شوی
۲۲- (۶ حرفی) برای کاهش حمله های نقرس، ورزش کنید و رژیم غذایی ..... داشته باشید.

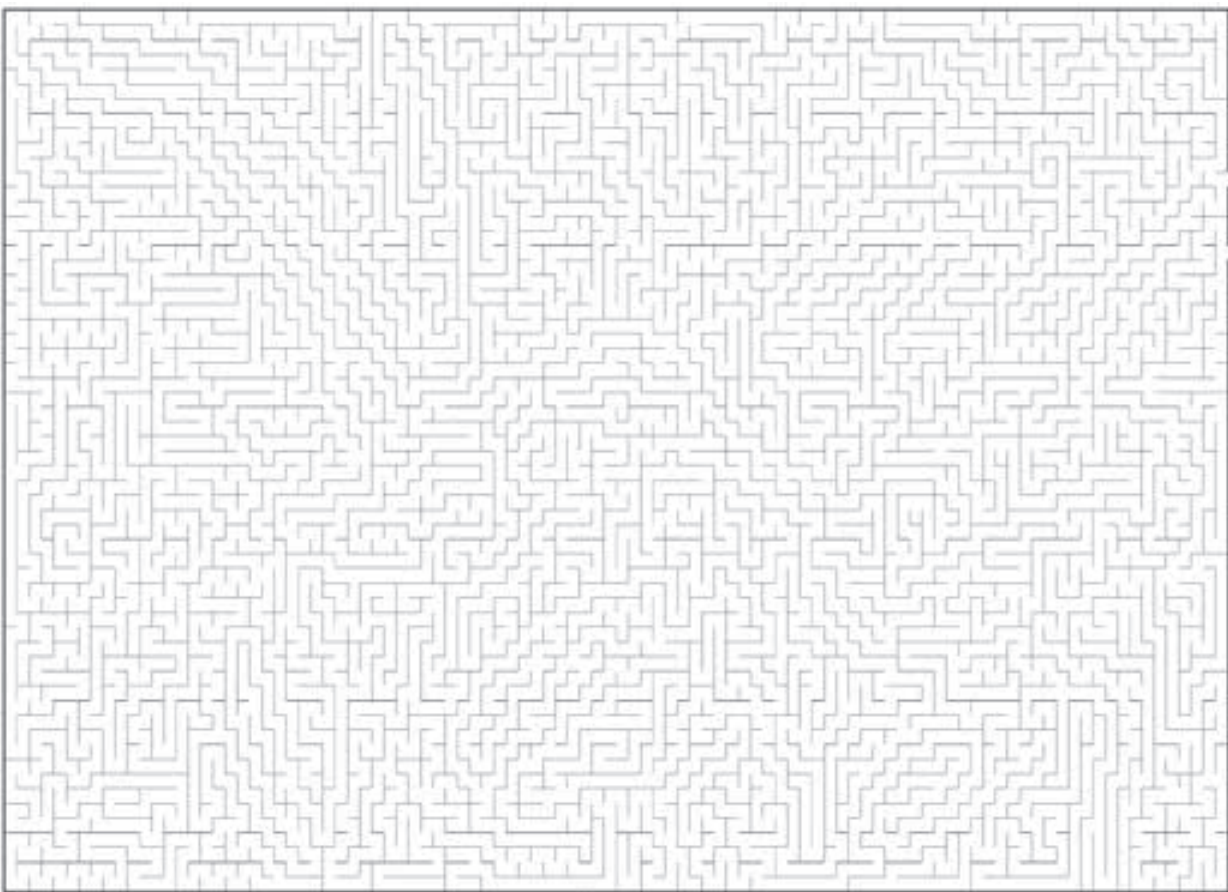
۱- (۴ حرفی) علایم ابتلا به تومور های کلیه، احساس سنگینی و ..... در پهلوها، درد در ناحیه کلیه، دفع خون در ادرار و لمس توده در ناحیه پهلو است.
۲- (۵ حرفی) نقرس از بیماری های مفاصل است که به علت افزایش ناگهانی اسید اوریک در خون ایجاد می شود و در دو التهاب ابتدا ..... را فرا می گیرد.
۳- (۶ حرفی) طبق نتایج تحقیقات، مصرف روزانه حدود ۲۲۰ گرم کیلاس یا ..... به مدت دو هفته ورم مفاصل را کاهش می دهد.
۴- (۴ حرفی) قبل از ورزش سنگین انجام دهید.
۵- (۵ حرفی) برای کاهش حمله های نقرس، آب کافی مصرف کنید و از مصرف نوشیدنی های ..... بپرهیزید.

۶- (۶ حرفی) راست و بدون خمیدگی
۷- (۳ حرفی) مبتلایان به نقرس برای کاهش علایم بیماری شان روزانه یک بار، دو قاشق مرباخوری مخلوط سرکه سیب و ..... رامیل کنند.
۸- (۴ حرفی) افراد ..... دو برابر دیگران به سرطان کلیه مبتلای می شوند و سرطان کلیه اگر زود تشخیص داده شود، در مان پذیر است.

رخی سفید به ۴ می رود. سیاه در حرکت بعدی مات است! اگر یکی از سربازهای سیاه ردیف پایایی پیشروی کند رخ سفید به ۳ می رود. اگر رخ سیاه به ۴ برود وزیر سفید به ۷ می رود! اگر همین رخ سیاه به ۵ می رفت اسب پایینی سفید به ۱ می رفت و اگر به ۶ می رفت اسب بالایی سفید به ۷ می رفت. اما اگر رخ سیاه به ۶ می رفت پاسباز سیاه ردیف پیشروی می کرد وزیر سفید به ۴ می رفت. اگر هم سرباز سیاه ردیف پیشروی می کرد رخ سفید به ۵ می رفت.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲

## جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۸/۷]



### نقش یاب ماریچج

یک‌شنبه ها و چهار شنبه ها



فرق این ماریچج با دیگر نمونه های مشابه این است که در آن یک تصویر پنهان شده است.

برای کشف تصویر، «یک خط شکسته ماریچج» بیاید که از ورودی ماریچج وارد شود و از خروجی ماریچج بیرون برود. این خط باید بدون «شاخه» و «دوراهی» باشد. وقتی مسیر صحیح پیدا شد آن را پررنگ کنید تا تصویر را ببینید.

پیشنهاد می شود در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بست را با خطوط کم رنگ مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید.

### سودو کو

هر روز

۳	۹	۵	۶	۴	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳

۲	۹	۵	۶	۴	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳

۲	۹	۵	۶	۴	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳
۷	۲	۷	۸	۳	۹	۶	۷	۸	۵	۲	۳

رخ سفید به ۴ می رود. سیاه در حرکت بعدی مات است! اگر یکی از سربازهای سیاه ردیف پایایی پیشروی کند رخ سفید به ۳ می رود. اگر رخ سیاه به ۴ برود وزیر سفید به ۷ می رود! اگر همین رخ سیاه به ۵ می رفت اسب پایینی سفید به ۱ می رفت و اگر به ۶ می رفت اسب بالایی سفید به ۷ می رفت. اما اگر رخ سیاه به ۶ می رفت پاسباز سیاه ردیف پیشروی می کرد وزیر سفید به ۴ می رفت. اگر هم سرباز سیاه ردیف پیشروی می کرد رخ سفید به ۵ می رفت.