

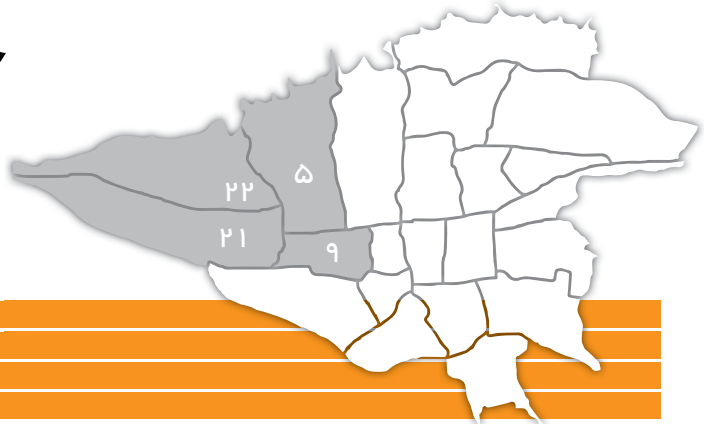


تکمیل پروژه گازرسانی در ۱۳ روستای بخش کن

خانه‌ات گرم و آباد

۱۳ روستا در بخش روستایی «کن» در حریم شهر تهران قرار دارند. سولقان، واریش، وردیج، کیگا، سنگانات، طالون، رندان، امامزاده داود(ع) و کشاورها از جمله این روستاها هستند. پس از سال‌ها، اکنون بستر مناسبی برای تأمین سوخت دائمی این روستاها ایجاد شده است و در همین راستا ماشین‌آلات و ادوات گازرسانی، کوه و دره را شکافته‌اند و لوله‌های قطور آماده شده‌اند...

- دوشنبه
- ۲۰ بهمن ۱۳۹۹
- سال شانزدهم / شماره ۷۹۰
- صفحه ۱۶



مجموعه‌های ورزشی تخصصی کودکان
در غرب تهران ساخته می‌شود

شش دانگ به نام بچه‌ها

صفحه ۱۲

عکس: سهر حبیبی



داور بین‌المللی بوکس
و مربی کوهنوردی هم‌محله‌ای:

پرچم منطقه را برفراز قله دماوند نصب می‌کنم

«علی الیاسی»، پیشکسوت، مربی و داور بین‌المللی «بوکس» ایران، یکی از چهره‌ها و مفاخر ورزشی ایران است که بالغ بر ۳۵ سال می‌شود که در شهرک «نصر» در محله «آزادی» سکونت دارد...

صفحه ۱۴



گفت‌وگو با هنرمندی که تصویرگری
از شهدا زندگی‌اش را دگرگون کرد

من مرتضی نقاش شهیدای حرمم

اگر از میان هنرها به نقاشی علاقه‌مند باشید و به شهیدای «مدافع حرم» هم کمی دل‌بستگی داشته باشید، بی‌شک نام «مرتضی شهریاری»...

صفحه ۷



۱۸۱۹

جهت کسب اطلاعات بیشتر و سفارش آگهی
با نزدیکترین دفتر قبول آگهی تماس بگیرید

شرح در صفحه ۳

با تبلیغات در همیشه‌های
درست به هدف بزنید



آنتن ریک

مشاوره از نخبگان محله برای اجرای طرح‌های شهری



نخبگان و فعالان اجتماعی ساکن منطقه ۹ برای مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و به‌رهمندی از نظرات آنها فرا خوانده شدند.

سرپرست معاونت اجتماعی و فرهنگی شهرداری منطقه ۹، پس از برپایی نشست هم‌اندیشی با تعدادی از نخبگان منطقه گفت: «استفاده از ظرفیت و نظرات نخبگان در اجرای برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی به‌ویژه پروژه‌ها و فعالیت‌های پیش رو می‌تواند گامی مهم و ارزنده در جهت پیشبرد اهداف مدیریت شهری باشد، به همین دلیل در تکه نهم پایتخت، تشکیل «بانک اطلاعاتی از نخبگان» در دستور کار قرار گرفته است.»

«علیرضا خامسپان» با اشاره به اینکه در صورت تشکیل بانک اطلاعاتی از نخبگان منطقه، برگزاری رویدادهای و مسائل مربوط به مدیریت شهری با هم‌اندیشی اعضا خواهد بود، افزود: «نخبگان می‌توانند به‌عنوان مشاوران توانمند در کنار مدیریت شهری، این نهاد را به اهداف خود برسانند. هم‌چنین می‌توان محورهای مورد نظر در مدیریت شهری از جمله کاهش آسیب‌های اجتماعی، توانمندسازی بانوان و فضاهای بی‌افعال شهری را با کمک و استفاده از ظرفیت نخبگان، نهادهای غیردولتی و فعالان اجتماعی بررسی و مشکلات را رفع کرد.» او یکی از محل‌های اجرای برنامه‌ها را برای رویدادهای فرهنگی و اجتماعی، خیابان «چتماسی» در انتهای بلوار «استادمین» دانست و گفت: «این مکان و میدان «هاشمی» می‌تواند محلی مناسب برای تعاملات اجتماعی و فرهنگی شهروندان باشد. بنابراین از همه نخبگان و فعالان اجتماعی درخواست می‌شود، شهرداری منطقه را در حوزه‌های مختلف فرهنگی و اجتماعی از جمله آموزش شهروندی، توانمندسازی بانوان، کاهش آسیب‌های اجتماعی باری دهند تا به کمک هم بتوانیم گام‌های بزرگ و مؤثری برای همه شهروندان منطقه برداریم.»

منطقه ۲۲ صاحب پارک ترافیک شد



نخستین پارک «آموزش ترافیک» در بلوار «کوهک» منطقه ۲۲ به بهره‌برداری می‌رسد. معاون حمل‌ونقل و ترافیک شهردار منطقه ۲۲ گفت: «نخستین پارک آموزش ترافیک منطقه با هدف ارتقای آگاهی کودکان و نوجوانان با موارد راهنمایی و رانندگی در بلوار کوهک و ضلع شرقی بوستان جنگلی «چیتگر» در حال ساخت است.» «هریم نخعی پور» با اشاره به اینکه پارک ترافیک در زمینی به وسعت ۵ هزار و ۸۰۰ مترمربع ساخته خواهد شد، افزود: «این پروژه عمرانی ۶۰ درصد پیش‌رفت داشته و پیش‌بینی شده است پس از پایان عملیات عمرانی، در آن، المان‌های ترافیکی در ابعاد کوچک از جمله ایستگاه مترو و علائم راهنمایی و رانندگی با بهترین کیفیت قرار گیرد تا کودکان هنگام آموزش با شهر و قوانین شهری هم آشنا شوند.»

خیابان «نوروزی» نونوار می‌شود

همه مشکلات عمرانی خیابان «نوروزی» با پیگیری شهروندان و بررسی کارشناسان به‌زودی رفع می‌شود. سرپرست شهرداری ناحیه ۲ منطقه ۹ گفت: «وجود چند مدرسه و مجتمع مسکونی در خیابان نوروزی محله «شمشیری» و تردد بالای شهروندان در آن موجب شد تا مشکلات این معبر بیشتر به چشم بیاید و پیام‌هایی در زمینه پیاده‌روسازی، جدول‌گذاری و آسفالت به ثبت برسد که پس از بررسی درخواست اهالی در قالب پروژه‌های کوچک مقیاس، رفع مشکلات در دستور کار قرار گرفت.» «غلامحسین خدابخشیان» افزود: «برای افزایش ایمنی در عبور و مرور عابران و خودروها، عملیات پیاده‌روسازی و جداسازی مسیر عبور وسایل نقلیه با احداث «کانیو جانی» به طول ۱۵۰ متر آغاز شده است.» او با اشاره به پیشرفت ۸۰ درصدی پروژه گفت: «پس از پایان عملیات جدول‌گذاری، خیابان آسفالت می‌شود.»

ایمن‌سازی برج‌ها و ساختمان‌ها در منطقه ۵



طرح «ایمن‌سازی ساختمان‌های بلندمرتبه و برج‌ها» در منطقه ۵ اجرا می‌شود. شهردار ناحیه یک منطقه ۵ گفت: «این طرح با هدف ارتقای ایمنی ساختمان‌ها و برج‌ها در ۲ مرحله اجرا خواهد شد. در مرحله نخست، نمایندگان آتش‌نشانی از وضعیت ساختمان‌ها و سیستم اطفای حریق ششان بازدید می‌کنند. در مرحله بعد، ساکنان با مخاطرات استفاده نکردن از تجهیزات ایمنی آشنا و برای آنها درباره آموختن روش‌های محافظت از خود در هنگام بروز حوادث، کلاس‌های آموزشی برپا می‌شود.» «علی دوستی خطیب» افزود: «در گام نخست، این طرح در مجتمع‌های مسکونی PPS، کوهپایه، بزشکان و برج‌های کاشانه اجرا می‌شود.»

آخر هفته‌ها با طرح بهسازی فضاهای سبز

طرح ضربتی «بهسازی فضاهای سبز» در منطقه ۲۱ اجرا می‌شود. رئیس اداره فضای سبز شهرداری منطقه ۲۱ گفت: «این طرح هر هفته روزهای چهارشنبه و پنجشنبه در یک محدوده از منطقه اجرایی می‌شود و در آن همه نیروهای فضای سبز اقدام به بهسازی فضاهای سبز می‌کنند.» «اکرامان مریدپور» با اشاره به اینکه به‌زودی این طرح



در محله‌های منتخب مانند شهرک «کازمیه»، شهرک «زادی»، بزرگراه «شهید لشکری»، خیابان «پنجم» و شهرک «شهرداری» اجرایی خواهد شد. افزود: «در این طرح، عملیات هرس، نخاله‌کشی، کندوکوب، ایجاد تشتک، علف زنی، حذف شاخه‌های خشک، پاچوش و تنه جوش و واکاری فضاهای سبز انجام خواهد شد.»

میز خبر

«دژباغ» در محله کن ساخته می‌شود



مجموعه فرهنگی، اجتماعی «دژباغ» در محله «کن» ویژه مادران و کودکان طراحی و ایجاد می‌شود. شهردار منطقه ۵ با اعلام این خبر گفت: «محله کن، یکی از محله‌های قدیمی شهر تهران است که بافت بسیار ارزشمند و سنتی دارد و وجود مراکز تاریخی و باغ‌های به هم پیوسته می‌تواند گردشگران زیادی را به این محدوده از منطقه ۵ جذب کند. اما علاوه بر این موارد، پیش‌بینی شده است تا «دژباغ کن» برای استفاده اهالی و گردشگران طراحی شود.

«محمود کلهری» افزود: «در طراحی دژباغ، ۲ گروه اجتماعی کودکان و مادران مورد توجه قرار گرفته‌اند و این مجموعه شامل فضایی برای تفریح و گذران مفید اوقات فراغت برای مادران و کودکان خواهد بود. همچنین علاوه بر سالن اجتماعات، کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی، فضای همگانی و عمومی هم به‌صورت میدان‌گاه طراحی شده است که می‌تواند محل برگزاری جشنواره‌های محلی، فصلی و کشاورزی و سایر مراسم ملی و مذهبی یا بازارچه‌های هنفتی باشد.»

افتتاح خط ۱۰ مترو؛ ۳ سال دیگر



کارگاه عمرانی خط ۱۰ مترو در میدان دریاچه «چیتگر» تجهیز شد. شهردار منطقه ۲۲ با اعلام این خبر گفت: «طول کلی خط ۱۰ مترو، حدود ۴۳ کیلومتر است که شمال شرق تا شمال غرب پایتخت را متصل می‌کند. نزدیک به ۱۱ کیلومتر و ۳۰۰ متر آن در محدوده منطقه ۲۲ واقع شده و پیش‌بینی شده است بین ۹ تا ۱۰ ایستگاه مترو در محله‌های منطقه داشته باشد و در انتها هم به محله «وردآورد» برسد.»

«مرتضی رحمان‌زاده» با اشاره به اینکه براساس برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، خط ۱۰ مترو، سال ۱۴۰۳ به بهره‌برداری می‌رسد، افزود: «در حال حاضر، در میدان دریاچه کارگاه عمرانی این خط مترو احداث شده است و فعالیت‌های عمرانی آن در ۲ جبهه به طول ۲۱ کیلومتر پیگیری می‌شود که یک جبهه از میدان دریاچه در منطقه ۲۲ و جبهه دیگر از میدان «کتاب» در منطقه ۲ خواهد بود.»

۱۲

تن آسفالت برای همسطح‌سازی دریاچه‌های فلزی محدوده ناحیه ۲ منطقه ۵ استفاده شد. به گفته «پوری غلامی» شهردار این ناحیه، برای روان‌سازی ترافیک و سهولت در تردد خودروها، معابر نیازمند به ترمیم دریاچه‌های فلزی غیر همسطح هستند که این فعالیت در ناحیه با پخش ۱۲ تن آسفالت انجام شد.

۲

محدوده از منطقه ۲۱ برای اجرای طرح مناسب‌سازی پیاده‌رو و انتخاب شده است. بلوار گلها و خیابان پلیس قضایی محدوده‌های پیش‌بینی شده‌ای هستند که پروژه مناسب‌سازی و تسهیل شرایط برای حضور افراد دارای معلولیت در آن اجرا می‌شود.



سرای محله

جواهردوزی در زیبادشت

ثبت نام کلاس‌های «جواهردوزی» در سرای محله «زیبادشت» آغاز شد. به گزارش خبرنگار همشهری محله، سرای محله زیبادشت با هدف ارتقای آگاهی شهروندان و راه‌اندازی کسب و کار خانگی، ثبت‌نام کلاس‌های جواهردوزی را آغاز کرده است. شرکت‌کنندگان در این کلاس‌ها پس از پایان دوره، مدرک عالی از سازمان فنی و حرفه‌ای و میراث فرهنگی و صنایع‌دستی دریافت می‌کنند. علاقه‌مندان برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۴۴۷۴۵۸۰۰ تماس بگیرند یا به بلوار دهکده المپیک، زیبادشت بالا، جنب تره‌بار مراجعه کنند.

خدمات مشاوره در کن

خدمات مشاوره و روان‌شناسی در سرای محله «کن» به شهروندان ارائه می‌شود. به گزارش خبرنگار همشهری محله، سرای محله کن، خدمات مشاوره و روان‌شناسی را آغاز کرده است که شامل مشاوره خانواده، زوج درمانی، مشاوره فردی، کودک و نوجوان، مشاوره ازدواج و تحصیلی می‌شود. علاقه‌مندان برای تعیین وقت مشاوره با شماره ۴۴۳۵۰۵۸۰ تماس بگیرند یا به بلوار کوهسار، خیابان فرهنگ، جنب میدان میوه و تره‌بار کن، سرای محله کن مراجعه کنند.

Table with 2 columns: Name and Phone Number. Includes contact info for various services like 'آرادی آیت...', 'بلوار فردوس', 'تویجت', etc.

Table with 3 columns: Region (غرب, شمال, مرکز, جنوب), Name, and Phone Number. Lists various businesses and their contact details.

Table with 2 columns: Name and Phone Number. Lists contact info for 'Rahnamamedia' and other services.

تلفن پذیرش آگهی ۱۸۱۹ شبانه روزی



سدر جعفریان

سرقت تجهیزات شهری یکی

از پدیده‌های اجتماعی است که در سال‌های اخیر با توجه به وضع اقتصادی، افزایش آمار مصرف‌کنندگان مواد مخدر و سهولت در سرقت، به آسیمی جدی و فراگیر در کلانشهر تهران تبدیل شده است. آسیمی که سالانه هزینه‌های بسیاری را به نهادها و مراکز مانند شهرداری مناطق و اداره «آبفا»

تحمل می‌کند. البته از پیامدهای خطر آفرین آن نیز نباید غافل ماند که براساس مستندات به‌طور میانگین، سالانه بین ۸ تا ۱۰ نفر جان خود را بر اثر سقوط در منهول‌های فاضلاب (کودال‌ها و جوی‌های بزرگ فاضلاب) از دست می‌دهند. این روزها، سرقت خورد درجه و پل‌های قلی در نهمین تکه از پایتخت با سرعت قابل توجهی در حال افزایش است. برای همین مدیران شهری در پی ارائه راهکارهای مناسب با هدف کاهش آمار تلفات جانی و عواقب مالی آن هستند. در این گزارش

و در گفت‌وگو با اهالی، شورایاران و مدیران شهری به بررسی ابعاد گوناگون سرقت درجه و پل‌های قلی پرداخته‌ایم.

افزایش سرقت‌های خرد اعتراض اهالی منطقه ۹ و مدیران شهری را به دنبالش داشته است

اتهام: سرقت موضوع جرم: دریچه دزدی!

محل «مهرآبادجنوبی»، ساعت ۱۲ ظهر است و هوا سرد و مازوتی. موتورسیکلت‌سوار به داخل کوچه «شهید مددیپور» حرکت می‌کند. کمی جلوتر چرخ‌های گل‌گرفته موتورش داخل جوی تقریباً بزرگ کوچگیر می‌کند. روزهای گذشته، پل فلزی دهانه جوی، مانع از این اتفاق می‌شد. اما اکنون جای پل‌های دهانه جوی از ابتدا تا انتها که حدود ۸متر می‌شود، خالی است. گویی دریچه جوی دوباره به سرقت رفته‌است. با زحمت، موتور سپر شکسته‌اش را بیرون می‌کشند. روی ساک بنزین موتور نیز فسو رفتگی‌هایی دیده می‌شود. پایش هم حسابی درد می‌کند. این اتفاق پرتکرار این روزهای محله است که «عبدالله نجفیان» ساکن قدیمی دربارہ آن می‌گوید: «تا مدتی پیش شاید سالی یکی دو بار شاهد سرقت دریچه‌ها و پل‌های آهنی بودیم اما اکنون هر چند ماه در میان، دریچه‌ها دزدیده می‌شوند. گاهی حتی به رنگ فلزی دور در دریچه‌های بزرگ فاضلاب هم رحم نمی‌کنند. اصلاً خسارت‌های مالی‌اش به کنار، آنچه گاهی جبران‌ناپذیر می‌شود، آسیب‌های جسمی ناشی از آن است. یکی پایش می‌شکند یکی دستش» «ابراهیم داداشی» نیز از ساکنان محله است که می‌گوید: «به گمانم کلاثرتی محله می‌تواند این سرقت‌های کوچک را بسیار زود جمع کند و مانع از درشت شدن آمار وقوع این سرقت‌های خرد شود.

گشترتی‌های پیاپی و مجازات‌های سنگین تا حدودی می‌تواند راهگشا باشد.» محمد کارخانه» یکی از اعضای شورایاری محله مهرآبادجنوبی از فعالیت چند تیم قراضه فروش در محله‌های هم‌جوار می‌گوید: «یک بار همراه چند نفر از اهالی توانستیم یک دریچه دزد را آن هم در روز روشن تعقیب کنیم. معناد بود. این را می‌شد از ظاهر

فعال حوزه پسماند منطقه در این‌باره می‌گوید: «جنس اغلب دریچه‌های فاضلاب و کانال‌های آب و مخابرات، آهن و چدن است و وزنی در حدود ۲۰ تا ۵۰ کیلوگرم دارد. در حالت عادی، آهن کیلویی ۱۰ هزار تومان و چدن تا کیلویی ۸۰ هزار تومان هم به فروش می‌رسند. با این اوصاف، یک دریچه آهنی ۲۰۰ تا ۵۰۰ هزار تومان و یک دریچه چدنی از یک میلیون و ۶۰۰ هزار تومان تا ۴ میلیون تومان ارزش مالی دارد. ارزش مالی که در هنگام فروش از

زولیده، قامت خمیده و جان بی‌رقاش فهمید. خود را به حوالی محله «امامزاده عبدالله»(ع) رساند. گاری زباله‌گردی غیرمجاز نزدیکش شد و دریچه را تحویل گرفت. خیلی زود کلاثرتی را خبر کردیم. به احتمال زیاد سارقان این نوع از سرقت‌ها، بیشتر معتادان یا سرقت اولی‌ها هستند. از طرفی به نظر باید دنبال علت این پدیده در جای دیگر باشیم. آموزش نامناسب و ناکافی، اقتصاد نابسامان، بازار کار آشفته و گسترش روزافزون مواد مخدر از جمله مهم‌ترین علت‌های دریچه دزدی در مناطق جنوبی شهر و مهاجرپذیر است.»



امیرحسین خداییشیان شهردار ناحیه ۲ منطقه ۹

فروش آهن آلات چند میلیونی، صد هزار تومان تهیه و نصب دریچه و پل‌های فلزی در محله‌ها هزینه‌های زیادی برای نهادها و مراکز مرتبط به همراه دارد. این در حالی است که سارقان پس از سرقت دریچه‌ها، آنها را به قیمت‌های ناچیزی به فروش می‌رسانند. «محمد رضا کشاورز»



نگاه کارشناس دریچه‌هایی محکم‌تر و ارزان‌تر نصب شود

راهکار مؤثر در جلوگیری از وقوع دزدی دریچه و به پل به‌عنوان سرقتی آسان، تغییر دریچه‌هاست. این را «ماهان رحیمیان»، کارشناس شهرسازی، می‌گوید: «بسیاری از شرکت‌های دانش‌بنیان هستند که توانایی و تخصص تولید دریچه‌هایی با «تانوس کامپوزیت» به پایه بتن یا دریچه‌های «پلیمری» مقاوم دارند. دریچه‌هایی سبک‌تر، محکم‌تر و بسیار ارزان‌تر که برای سارقان هیچ بار مالی به همراه ندارد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود مدیران شهری در عرصه‌های مرتبط با این موضوع و با توجه به فراخور تنوع و موقعیت بهره‌مندی، از دریچه‌های

مسئولان شهرداری منطقه ۲۲ «سه‌شنبه‌ها بدون خودرو» با دو چرخه به کوچه پس‌کوچه‌های محله می‌روند

گردشگر با دوچرخه



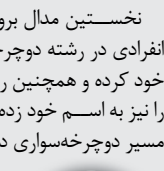
نویا روزیهانی

بیست و دومین تکه از پایتخت در مقایسه با سایر مناطق شهر تهران، مسیر دوچرخه‌سواری بیشتری دارد و قرار است این مسیر با تدابیر اندیشیده شده از سسوی مدیران شهری در این منطقه باز هم توسعه پیدا کند. مدیران شهری این منطقه باور دارند، استفاده از دوچرخه می‌تواند راهی برای رهایی از ترافیک‌های سنگین درون شهری محسوب شود و بهترین وسیله برای تردد در محدوده‌های محلی و منطقه‌ای باشد. در همین راستا، برای نهادینه شدن این فرهنگ و استفاده دوچرخه به جای خودروهای شخصی به‌عنوان وسیله‌ای پاک، حتی «مرتضی رحمان‌زاده»، شهردار منطقه ۲۲، در بازدیدهای خود از محله‌ها با دوچرخه تردد می‌کند. مسسؤلان منطقه ۲۲ با هدف کاهش آلودگی هوا و استفاده از حمل‌ونقل پاک، برای ترویج فرهنگ دوچرخه‌سواری تلاش می‌کنند.

عبدالله(ع)، مهرآبادجنوبی و «شمشیری» رخ می‌دهد که برای پیشگیری از وقوع سرقت‌های احتمالی بعدی، اقداماتی مانند ایمن‌سازی و ایجاد استحکام در نصب دریچه‌ها با همکاری واحد فوریت‌های ۱۳۷، اداره فنی و عمران ناحیه ۲ و اداره حمل‌ونقل و ترافیک ناحیه انجام شده است. البته از سوی شهرداری تهران نیز تغییراتی در ساخت و نصب دریچه‌ها در حال بررسی است.»

«آتوسا عباسی» قهرمان دوچرخه‌سواری و رکورددار این رشته

دوچرخه، بهترین وسیله برای تردد در محله



آتوسا عباسی قهرمان دوچرخه‌سواری

نخستین مدال برون مرزی بزرگسالان را به‌صورت انفرادی در رشته دوچرخه‌سواری «آتوسا عباسی» از آن خود کرده و همچنین رکورد سرعت بانوان در این رشته نیز به اسم خود زده کرده است. او درباره گسترش مسیر دوچرخه‌سواری در منطقه ۲۲ می‌گوید: «استفاده از دوچرخه در ترده‌های روزانه می‌تواند نقش مؤثری در کاهش آلودگی شهر تهران داشته باشد. در همین راستا برای استفاده کمتر از سسوخ‌های فسیلی در وسایل نقلیه، مسیرهای دوچرخه‌سواری در نقاط مختلف راه‌اندازی شده است و به دنبال توسعه آن در منطقه هستند. در منطقه ۲۲ موقعیت و ظرفیت‌های خوبی وجود دارد تا با تعبیه و ساخت مسیر اختصاصی دوچرخه‌سواری، شهروندان برای تردد از دوچرخه استفاده کنند. تنها کافی است شهروندان را نسبت به انجام این موضوع تشویق کرد و به ساکنان آموخت که برای یک مسافت کوتاه تا جایی که امکان دارد با خودرو تردد نکنند و به جای آن از دوچرخه استفاده کنند که بهترین وسیله برای ترده‌های محلی است. با محقق شدن این ایده ساکنان با دوچرخه‌سواری هم جسم و روح‌شان سالم می‌ماند و هم به کاهش آلودگی هوا کمک می‌کنند.»

پوش بدون خودرو

رحمان‌زاده به همراه مدیران شهری منطقه در قالب پوش «سه‌شنبه‌های بدون خودرو» با استفاده از دوچرخه از نواحی مختلف منطقه بازدید و شیوه خدمت‌رسانی به شهروندان را بررسی می‌کنند. شهردار منطقه درباره این طرح می‌گوید: «در نظر دارم با جدیت برای توسعه دوچرخه‌سواری در مسیرهای تردد دوچرخه‌سواری را توسعه دهیم تا استفاده از حمل‌ونقل پاک با جدیت دنبال شود. هنگامی که جدیت شهردار تهران در این حوزه مشهود شد، مشخص شد که پشت این جدیت، پیوسته‌های فرهنگی، اقتصادی، زیست‌محیطی و ورزشی متنوعی وجود دارد. باید به این مسئله توجه داشت که ایجاد و توسعه مسیر امن دوچرخه‌سواری برای این منطقه ضروری است. این منطقه به دلیل تازه تأسیس بودن و وجود مراکز فرهنگی، تفریحی و ورزشی متنوع به این ساختار نیاز دارد. به همین دلیل برای نهادینه شدن این فرهنگ و نشانیدن الگوی صحیح رفتاری در استفاده از این وسیله پاک، سه‌شنبه‌های هر هفته به همراه مدیران شهری با دوچرخه در نواحی گشت می‌زنیم و از نزدیک مشکلات و معضلات هر محله را بررسی و دستور لازم را صادر می‌کنیم.»



مرتضی رحمان‌زاده شهردار منطقه ۲۲

راه‌اندازی پارک ترافیک

پارک‌های آموزش «ترافیک» با هدف آموزش رفتارهای صحیح ترافیکی به کودکان و نوجوانان ساخته شده‌اند. منطقه ۲۲ تاکنون از داشتن این بوستان آموزشی محروم بود، اما مدتی است که مراحل ساخت بزرگ‌ترین بوستان ترافیک پایتخت در این منطقه آغاز شده است و به‌زودی این ظرفیت آموزشی به دیگر امکانات فرهنگی منطقه افزوده می‌شود. رحمان‌زاده درباره این پارک می‌گوید: «پارک آموزشی ترافیک در بلسار «کوهک» جنب ورودی شرقی بوستان جنگلی چیتگر احداث می‌شود. پارک‌های آموزش ترافیک با هدف معرفی الگوهای درست رانندگی، استفاده از وسیله حمل‌ونقل پاک و آموزش به کودکان راه‌اندازی می‌شود و در آن المان‌های ترافیکی در ابعاد کوچک از جمله ایستگاه مترو و علائم راهنمایی و رانندگی با بهترین کیفیت ساخته خواهد شد تا کودکان در حین آموزش به شهر و قوانین شهری نیز آشنا شوند. اکنون ۶۰ درصد فعالیت عمرانی این پروژه در مساحت ۵هزار و ۸۰۰ مترمربع به پایان رسیده است و به‌زودی این مجموعه آموزشی ویژه کودکان و دانش‌آموزان به بهره‌برداری خواهد رسید.»



شهروندان چه می‌گویند؟ در انتظار توسعه

«نورا محمدیان» یکی از ساکنان پایگاه محله «ابشار» می‌گوید: «دوچرخه‌سواری هم نوعی ورزش به شمار می‌رود. خوشبختانه بیست دوچرخه‌سواری مجهزی در بوستان جنگلی «چیتگر» برای بانوان وجود دارد. از سوی دیگر برخی از خیابان‌های منطقه هم برای دوچرخه‌سواری مناسب‌سازی شده‌اند. برای همین، حداقل هفته‌ای چند ساعت دوچرخه‌سواری می‌کنم. حتی برخی اوقات، برای خرید روزانه به جای خودرو از دوچرخه استفاده می‌کنم.» او باور دارد اغلب شهروندان به دوچرخه‌سواری علاقه‌مند هستند، اما شاید خودشان دوچرخه نداشته باشند. به همین دلیل اگر ایستگاه‌های کرایه دوچرخه در نقاط مختلفی منطقه دایر شود، اهالی هم می‌توانند برای ترده‌های محلی‌شان، سوار دوچرخه شوند. محمدیان در ادامه می‌افزاید: «همچنین نباید از این موضوع غافل شد که منطقه ۲۲ بزرگ‌ترین منطقه شهر تهران و بافت مسکونی‌اش بسیار وسیع و پراکنده است. برای همین بهتر است این دوچرخه‌ها به سیستمی مجهز باشند که شهروندان بتوانند آن را در هر نقطه از منطقه قرار دهند تا فرد دیگری هم اگر خواهد از این وسیله استفاده کند، به آسانی موقعیت مکانی آن را بیابد.» «نادر هاشمی» از ساکنان محله «خلیج‌فارس»، ظرفیت‌های موجود در زمینه دوچرخه‌سواری را در منطقه آندک، اما قابل افزایش می‌داند و می‌گوید: «در بوستان «شهادی خلیج‌فارس» ایستگاه دوچرخه مستقر شده است و شهروندان از این دوچرخه‌ها تنها برای گردش در محوطه دریاچه استفاده می‌کنند. این دوچرخه‌ها باید در شهرک‌های مسکونی برجمعت، در پایانه‌ها و ایستگاه‌های مترو هم جانمایی و برای استفاده شهروندان مهیا شوند تا اهالی به شکل مطلوب‌تری از این وسیله بهره‌برند.»



کمبود و مشکلات پمپ بنزین و گاز در گفت‌وگو با معتمدان محلی و معاون حمل‌ونقل و ترافیک شهردار منطقه ۲۱

طرح جایگاه‌های سوخت محلی در بن بست!

پمپ بنزین بزرگراه فتح به مخروبه تبدیل شده است

نمی‌رسد و به جانمایی آنها هم انتقادهایی وارد است. «سلمان احمدی»، دبیر شوراباری محله وردآورد و دبیر کارگروه ترافیک منطقه، درباره کمبود جایگاه‌های سوخت و موضوع دسترسی آسان خودروها به این ایستگاه‌ها می‌گوید: «در محله وردآورد با توجه به اینکه یک جایگاه سوخت در پایین محله و یکی در شمال محله داریم که البته این یکی در محدوده منطقه ۲۲ واقع شده است، مشکلی از این نظر وجود ندارد. اما در محله‌های دیگر مانند «چیتگر» و «پلاشهر» دسترسی به جایگاه سوخت، مشکل است. با توجه به تردد بالای خودروهای سنگین و سنگین‌های بنزینی، گازسوز و هم گازوئیل سوز هستند، منطقه به جایگاه‌های بیشتری نیاز دارد. البته مسئله مهم‌تر از تعداد و جانمایی جایگاه‌های سوخت منطقه، موضوع کیفیت بنزین آنها است که اغلب نسبت به آن گلابه دارند و بر این باورند که هوا دارد و از کیفیت خوبی برخوردار نیست و لازم است تا نظارت و بررسی دقیقی بر روی آن صورت گیرد.»

سوخت کپوری بالا در شهرک استقلال
جایگاه ۱۸۹ سوخت که بنزین و گازوئیل عرضه می‌کند، در شهرک «استقلال» واقع شده است. «یوسف غیاثوند»، دبیر شوراباری این محله، درباره مشکلات این

مهدی اسماعیل پور

روزانه تعداد زیادی وسیله نقلیه از سمت شهرها و استان‌های غربی به داخل پایتخت تردد دارند و در حال ورود و خروج از تهران هستند. این رفت و آمدها در منطقه ۲۱ به دلیل اینکه دروازه غربی تهران محسوب می‌شود و کارخانه‌ها و صنایع بزرگ و کوچک را در دل خود جای داده است، بیشتر است. از وسایل نقلیه سنگینی که برای ترانزیت کالا و جابه‌جایی مواد اولیه و محصولات، به‌طور شبانه‌روز در این محدوده از شهر تردد دارند تا اتوبوسها و مینی‌بوس‌ها و خودروهای شخصی که متعلق به کارکنان و کارمندان صنایع در شیفتهای کاری روز و شب، به این منطقه رفت‌وآمد می‌کنند. همین موضوع باعث است تا تراکم جمعیت و در نتیجه تعداد خودروها در محدوده غربی تهران زیاد شود. در کنار اینها، فعال شدن مراکز تجاری مانند ۲ بازار بزرگ «فرش» و بازار «گل و گیاه» در حاشیه بزرگراه «شهید لشکری» به این رفت و آمدها دامن زده است. در چنین شرایطی، تعداد و جانمایی ایستگاه‌های سوخت در این منطقه کافی و مناسب به نظر نمی‌رسد. چه جایگاه‌های عرضه سوخت بنزینی و چه جایگاه‌های CNG و گازوئیل که در این گزارش به بررسی آن پرداخته‌ایم. ▶

منطقه ۲۱ در مجموع ۴ جایگاه عرضه سوخت بنزینی دارد که در بزرگراه «فتح» ضلع جنوب شهرک «دانشگاه»، بزرگراه شهید لشکری مقابل «عاشوری»، شهرک «استقلال» کنار گذر بزرگراه‌های «آزادگان» و شهید لشکری داخل محله «وردآورد» واقع شده‌اند. جایگاه سوخت شهرک استقلال علاوه بر بنزین، برای خودروهای سنگین

جایگاه سوخت متروکه، ورتهای است

معاون حمل‌ونقل و ترافیک شهردار منطقه ۲۱ درباره انتقادهای مطرح شده درباره تعداد و جانمایی جایگاه‌های سوخت می‌گوید: «هر چقدر تعداد جایگاه‌های سوخت بیشتر باشد، بهتر است و ما از این موضوع استقبال می‌کنیم. اما برای مثال، درباره جایگاه‌های سوخت CNG، با توجه به شرایط تحریم که چند سالی است وجود دارد، دستگاه‌ها و قطعاتی که برای راه‌اندازی پمپ‌های سوخت‌کاز مورد نیاز است، در حال حاضر موجود نیست. درباره جایگاه‌های سوخت بنزینی هم مشکل پس‌زدگی صف انتظار نداریم. هر چند اگر تعداد جایگاه بیشتر شود، به طبع بهتر است. پمپ بنزین شهرک استقلال در حاشیه بزرگراه آزادگان قرار دارد و ارتباطی با بخش مسکوئی محله ندارد. از سوی دیگر با توجه به طول خودروهای سنگین، طبیعی است که اگر ۴ کامیون در صف

گفت‌وگو با هنرمندی که تصویرگری از شهدا زندگی‌اش را دگرگون کرد

من مرتضی نقاش شهدای حرم

◀ اگر از میان هنرها به نقاشی علاقه‌مند باشید و به شهدای «مدافع حرم» هم کمی دل‌بستگی داشته باشید، بی‌شک نام «مرتضی شهریاری» را شنیده‌اید. او شهید نیست، اما علاقه ویژه‌اش به فرهنگ ایثار و شهادت نامش را همیای شهدای مدافع حرم بر سر زبان‌ها انداخته است. مرتضی شهریاری را با برجست نقاش شهدای مدافع حرم می‌شناسند. او به سبب ارادتی که به این شهدا دارد، با شیوهای نوکاری می‌کند تا تصویر شهدا به اندازه ظرفیت فضای مجازی قابلیت دیده شدن پیدا کند. مرتضی شهریاری، کارشناسی ارشد مدیریت فرهنگی، اهل «کن»، ۲۴ ساله، دانش‌آموز مدرسه «شهدا» و رهرو مکتب حاج «قاسم سلیمانی» است که از ۶ سال پیش کار نقاشی شهدای مدافع حرم را آغاز کرده و تا امروز ده‌ها تصویر از این فرشتگان زمینی به خانواده‌شان تقدیم کرده است. نام او پس از شهادت حاج قاسم سلیمانی به سبب تصویری که از او کشیده بود و در نخستین یادواره شهدای کن (۱۳۹۶) تقدیم این شهید بزرگوار کرده بود، بیشتر بر سر زبان‌ها افتاد. روایت دل‌بستگی به این راه، مسیری که طی کرده و تجربیاتی که اندوخته است از زبان خودش باید شنید. ▶

مرتضی شهریاری به جرئت جزو معدود نقاشانی است که نقاشی از چهره شهدای مدافع حرم را به‌عنوان تخصص خود برگزیده است و چه عنوانی زیباتر از اینکه بگویند تو نقاش شهدای مدافع حرم هستی، خودش از برجسی که به او خورده است، بسیار راضی است: «من حدود ۲۰سال است که سبک‌های مختلف نقاشی را تجربه کرده‌ام. از ۱۳-۱۴ سالگی این کار را پای درس استادان نقاشی آموختم. آن زمان، کشیدن شمایل انمه با مناد «کنته» بسیار رایج بود. با این عشق، حدود ۳ سال دوره نقاشی را گذراندم. سپس روش‌های مختلف دیگری را در حوزه نقاشی تجربه کردم تا اینکه نزدیک به ۶سال پیش، مظلومیت شهدای مدافع حرم مرا آزار می‌داد.»

از خدا کمک خواستم

شهریاری درباره آغاز این راه بیشتر توضیح می‌دهد: «از خدا کمک طلبیدم که بتوانم تصویر شهدا را نقاشی کنم و به‌صورت تخصصی وارد این کار شدم. نخستین تصویر را هم با شهید «محمد حسین عطسری» از شهدای

پاسدار قم آغاز کردم. ایشان زندگی بسیار درس‌آموزی دارد. او برای اینکه فرزندان‌ش را بهتر تربیت کند، به قم نقل مکان می‌کند و از آنجا هم برای دفاع از حرم حضرت «زینب(س) راهی «سوریه» می‌شود. او از شهدای مشهور و صاحب نفسی است که در زندگی کاری من هم تأثیرات زیادی گذاشته است. در واقع با نقاشی او من در این راه قدم گذاشتم.» مرتضی شهریاری روایت خاطره‌انگیز این چهره‌نگاری را برای ما می‌گوید: «وقتی این نقاشی را کشیدم برای دوستانم در فضای مجازی به اشتراک گذاشتم. خیلی زود خانواده این شهید، نقاشی من را دیدند و باب آشنایی باز شد. اجازه خواستم تا خدمت این خانواده بزرگ برسم و نقاشی را تقدیم‌شان کنم. به منزل‌شان که رفتم ایشان دو فرزند داشتند که با دیدن تصویر پدرشان بسیار خوش‌حال شدند. پس از این دیدار، تصویری از غذا خوردن فرزندان شهید عطری با تصویر نقاشی شده منتشر شد که بازخوردهای بسیار زیادی پیدا کرد و من هم مصمم شدم برای شهدای مدافع حرم که فرزند کوچک دارند، نقاشی‌های بیشتری بکشم تا بتوانم از این طریق فرهنگ ناب ایثار را از آنان بیاموزم.»

پشتی که از ۴۰ گذشت و ادامه‌دار شد!

این نقاش و هنرمند انقلابی، با اشاره به اینکه در ابتدا نیت کرده بود این راه را ادامه بدهد، گفت: «ابتدا نیت کردم ۴۰ شهید مدافع حرم را نقاشی کنم و تصویرشان را هم به خانواده‌هایشان تقدیم کنم. البته این نیت را به جا آوردم و خوشبختانه ادامه‌دار هم شده است. به سبب همین نیت، بسیاری از شهرها رفته‌ام تا تصاویر را تقدیم خانواده شهدا کنم.»

او ادامه می‌دهد: «چهره بسیاری از شهدای مشهور و با کرامت مدافع حرم را نقاشی کردم، جز شهید «حججی». این را یک‌جای دیگر در مصاحبه‌های رفتیم که به غیر از شهید حججی که تابلوی او را خدا نقاشی کرده است. سایر شهدای مدافع حرم بسیار غریب هستند و برای مردم ناشناخته‌اند. در حالی که حق بزرگی بر گردن ما دارند؛ امروز دل‌کندن از زندگی از زمان جنگ تحمیلی بسیار سخت‌تر است؛ بیشتر شهدای مدافع حرم جوان و متأهل هستند و در اوج جوانی و امیال دنیوی از زندگی دل می‌کنند و به محیط جنگ وارد می‌شوند. در کشور ما هنرمندان در فضاهای مختلفی فعالیت می‌کنند اما تعداد هنرمندانی که به‌طور تخصصی در حیطه شهدای مدافع حرم کار می‌کنند، بسیار کم و انگشت‌شمار است. پس این جبهه نیازمند هنرمندانی است که به‌طور تخصصی در آن به فعالیت بپردازند.»



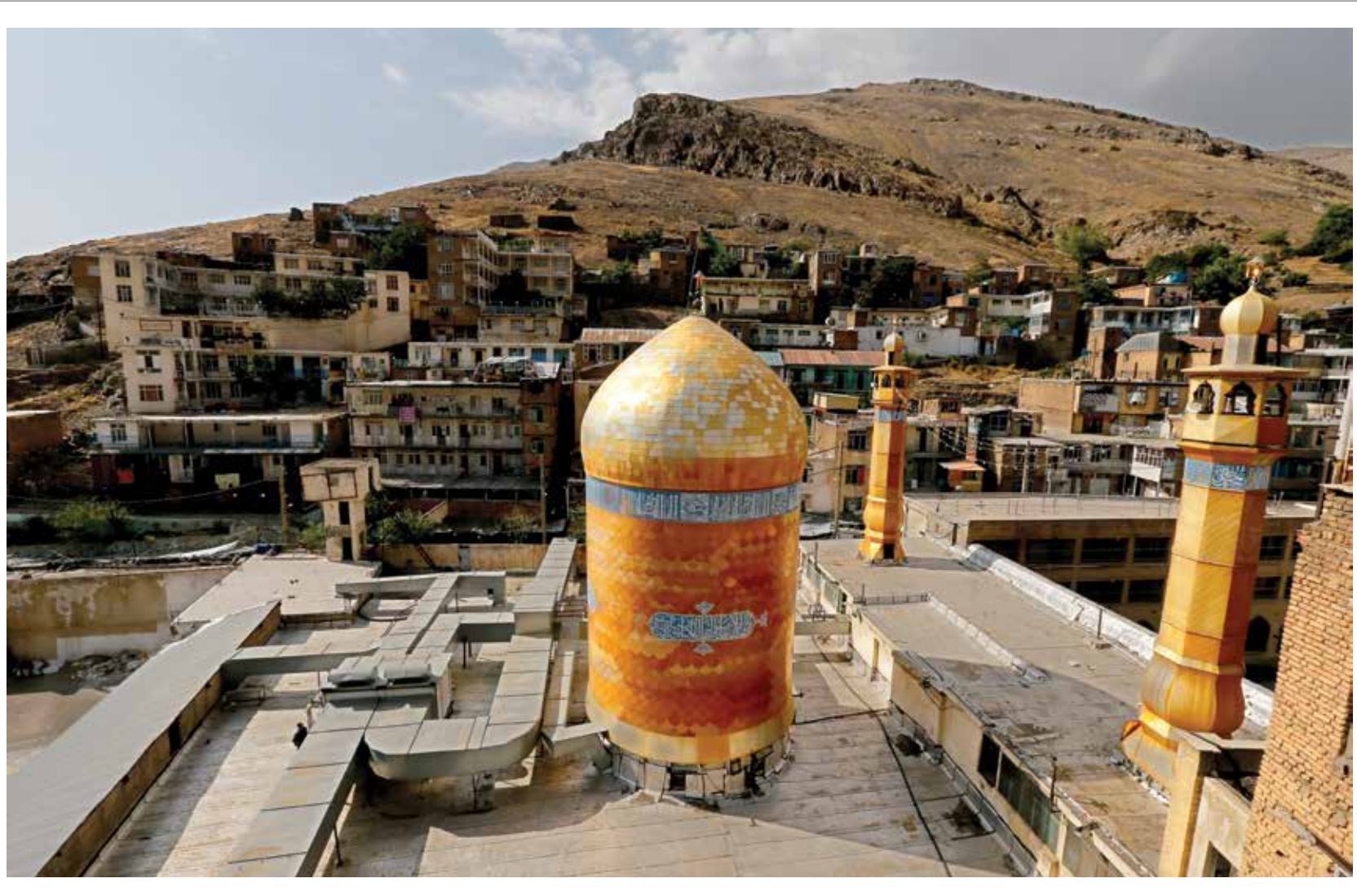
کسب فیض از خانواده شهدا به سبب نقاشی

مرتضی شهریاری دیدار با خانواده شهدا را یکی از بزرگ‌ترین دستاوردهایش در هنر نقاشی‌اش می‌داند: «سیره مقام معظم رهبری این است که به دیدار خانواده شهدا می‌روند و از نزدیک شاهد غم‌ها و مشکلات فرزندان شهدا هستند؛ نقاشی موجب شد تا با خانواده شهدا بیشتر دم‌خور شوم. برای مثال، از طریق فضای مجازی با شهید عطری آشنا شدم و سپس به همراه همسر و فرزندان به منزل این شهید بزرگوار رفتم؛ فهمیدم ایشان چقدر بزرگوار بوده و پیش از شهادت کراماتی داشته است. همسر ایشان می‌گفت که ما از دو سه ماه پیش از شهادتش متوجه شده بودیم که او ماندنی نیست.» او ادامه می‌دهد: « زمانی که من تصویر شهید عطری را به خانواده‌اش اهدا کردم؛ پسر خردسال این شهید، خود را بر روی عکس پدر انداخته بود؛ هم‌چنین به دیدن خانواده شهید «قاعبداللهی» رفتم. ایشان از شهدای جاویدالاندر مدافع حرم هستند. پدرشان می‌گفت که ایشان برای شناسایی در منطقه «خان‌طومان» حدود ۳۰۰متر را در برف سینه‌خیز رفته بود. زمانی که پدر و مادر این شهید بزرگوار را دیدم، آنها را در اوج صلابت احساس کردم و لذت بردم.»



حاج قاسم آمد و کنارم نشست

مرتضی شهریاری به موجب اخلاصی که در کارش داشته، بازخوردهای خوبی دریافت کرده است. او از خاطره اهدای تصویر نقاشی حاج قاسم سلیمانی در نخستین «یادواره شهدای کن» می‌گوید: «چند ماه پیش از برگزاری نخستین یادواره شهدای کن، به همت بسیج «سلمان» کن، چهره ۳۰ تن از شهدای سادات منطقه نقاشی شد که من تعداد دوازدهم حدود ۲۵ چهره را نقاشی کنم تا به خانواده‌شان تقدیم شود. به همین سبب وقتی قرار بر برگزاری نخستین یادواره شهدای کن شد، یک شب پیش از برنامه از من خواستند تا تصویر شهید حاج قاسم سلیمانی را بکشم و روز مراسم تقدیم‌شان کنم.» او ادامه می‌دهد: «در روز برگزاری مراسم، من میان جمعیت نشسته بودم و مانند بقیه مردم منتظر بودم که ایشان وارد شود. بدون هیچ پیش‌زمینه‌ای وقتی وارد شد، از میان جمعیت رد شد و آمد کنار من نشست. واقعیتش برای من این‌همه شگفتی چند ساعته بسیار سعادت بزرگی بود. همان ابتدا ایست برنامه را درخواست کرد و بخش‌هایی که مربوط به تقدیر از ایشان بود، حذف کرد. برای همین مجال نشد تا تابلو را تقدیم ایشان کنم. اما دوستان نقاشی را به ایشان رساندند و خدا را شاکرم که این کار انجام شد. پس از شهادت ایشان، همین نقاشی را دست جوانان بغدادی دیدم و موجب شد تا کارم بهتر دیده شود. جالب اینجا است که همان سال در نمایشگاه نقاشی که برای شهدای مدافع حرم برگزار کرده بودم، تصویر حاج قاسم را هم در میان تابلوهای نمایشگاه گذاشته بودم.»



مسیر کوهستانی این روستاها انجام عملیات را دشوارتر کرده بود، اما این موانع با همکاری همه دستگاه‌ها و نهادهای متولی از جمله فرمانداری تهران و راهداری استان برطرف شد. چراکه بهره‌بردار پروژهای مهم و حائز اهمیتی همچون عملیات گازرسانی می‌تواند در توسعه این مناطق تأثیر قابل توجهی داشته باشد. «محمود کلپری»، شهردار منطقه ۵، درباره عملیات گازرسانی به آخرین روستاهای بخش کن می‌گوید: «در دهه مبارک «فجر»، پروژه گازرسانی به روستاهای کن به همت شرکت گاز، فرمانداری و حمایت‌های استانداری تهران اجرا و مشعل گاز این پروژه در امامزاده داود(ع) روشن شد. با اجرای این عملیات، روستاهای امامزاده داود(ع)، کیگا، زندان و طالون هم از نعمت گاز برخوردار شدند. شهرداری و اداره حریم با حمایت‌های همه جانبه و استفاده از اعتبارات داخلی برای بازسازی مسیر و راه‌ها تلاش می‌کنند تا با دقت کافی و مشارکت یکدیگر خدمات مطلوب‌تری را به شهروندان این بخش ارائه دهند تا کیفیت زندگی آنها ارتقا پیدا کند. تلاش می‌کنیم با تعامل و همکاری شرایط خوب و مناسبی را برای حضور مردم و گردشگران در این مکان ارزشمند فراهم سازیم. در همین راستا، شهرداری منطقه ۵ هماهنگی‌های لازم را درباره ارسال نقشه‌های کلی اجرایی حفاری برای تأیید اداره کل حریم شهرداری تهران انجام داد و سال گذشته هم عملیات گازرسانی به روستای سولقان در بخش کن به پایان رسید و با اتمام عملیات گازرسانی در سایر روستاهای کن، بالغ بر ۱۰ هزار نفر از نعمت گاز برخوردار شدند.»

تکمیل پروژه گازرسانی در ۱۳ روستای بخش کن

خانه‌ها گرم و آباد

نویسنده: نریا روزبهانی گنگ

۱۳ روستا در بخش روستایی «کن» در حریم شهر تهران قرار دارند. سولقان، واریش، وردیج، کیگا، سنگانات، طالون، زندان، امامزاده داود(ع) و کشارها از جمله این روستاها هستند. پس از سال‌ها، اکنون بستر مناسبی برای تأمین سوخت دائمی این روستاها ایجاد شده است و در همین راستا ماشین‌آلات و ادوات گازرسانی، کوه و دره را شگفتانده و لوله‌های قطور آماده شده‌اند تا گرما را راهی خانه‌های روستایی کنند. به تازگی با اجرای ۱۵ کیلومتر لوله‌گذاری گاز در ارتفاع ۴ هزار و ۵۰۰ متری، چهار روستای امامزاده داود(ع)، کیگا، زندان و طالون هم از نعمت گاز بهره‌مند شدند و پروژه گازرسانی به ۱۳ روستای شهرستان تهران قرار دارند، تکمیل شد. اکنون با اتمام عملیات گازرسانی به این ۱۳ روستا، نزدیک به ۱۸ هزار نفر از شهروندان این بخش، از گرمای گاز طبیعی استفاده و با نفت و گازوئیل خداحافظی می‌کنند.

سخت‌گذر در شهرستان تهران هستند. به همین دلیل اجرای این عملیات بسیار سخت و زمان‌بر بود. اکنون گازرسانی به همه روستاهای بخش کن به همت شرکت گاز استان و فرمانداری تهران محقق شده است. با فعالسازی مشعل گازرسانی در ۴ روستای پایانی، بیش از ۱۳۰۰ خانوار روستایی دیگر هم از این خدمات بهره‌مند شدند. دسترسی به انرژی، یکی از پیشران‌های توسعه محسوب می‌شود و امید داریم که با بهره‌برداری از این پروژه تأثیرگذار شاهد ایجاد امید در جامعه روستایی به‌ویژه در شهرستان تهران باشیم.» همچنین «مجتبی فتحعلی» از ساکنان روستای امامزاده داود(ع) درباره گازرسانی به این روستا می‌گوید: «روستای امامزاده داود(ع) موقعیت حساسی از نظر جغرافیایی و زیارتی دارد. این روستا



عملیات گازرسانی به ۶ روستا در تابستان با ۲۲ هزار و ۴۰۰ متر طول و ظرفیت هزار و ۶۰۰ مصرف‌کننده اجرا شد و در حال حاضر نیز با اجرای ۱۵ کیلومتر لوله‌گذاری گاز در ارتفاع ۲ هزار و ۵۰۰ متری، ۴ روستای امامزاده داود(ع)، کیگا، زندان و طالون هم از نعمت گاز بهره‌مند شدند



نیاز را مهیا و کاستی‌ها را برای توسعه روستاها برطرف کند. روستاهای واریش و وردیج در بخش غربی با جمعیتی حدود هزار نفر و ۱۱ روستای دیگر از جمله سولقان با جمعیت ۵۰۰ نفری، کشار علیا و سفلا با هزار و ۵۰۰ نفر، سنگان بالا و پایین حدود ۴ هزار نفر، زندان ۷۰۰ نفر، طالون ۳۰۰ نفر، کیگا ۸۰۰ نفر و امامزاده داود(ع) ۳۰۰ نفر روستاهای این بخش را شامل می‌شوند. بخشدار کن، باور دارد گازرسانی به روستاها علاوه بر افزایش رفاه در این مناطق، منجر به ایجاد امید به زندگی و اشتغالزایی در روستاها شده است و یکی از عوامل مهاجرت معکوس به حساب می‌آید. او در این باره می‌گوید: «خدمات‌رسانی و بهره‌مندی روستاییان از امکانات مطلوب زندگی به‌ویژه برخورداری از گاز شهری در روستاها می‌تواند در بازگشت اهالی به مناطق روستایی تأثیر چشمگیری داشته باشد و احتمال سکونت دائمی اقدامات حدود ۱۸ هزار نفر از روستاییان این بخش از خدمات گاز، برق، آب و غیره بهره‌مند هستند. از زمانی که روستاها از نعمت گاز بهره‌مند شده‌اند، به شهر تقریباً شاهد ۱۰ تا ۲۰ درصد مهاجرت معکوس در این بخش بودیم. اغلب ساکنان این روستاها به دلیل نزدیکی به پایتخت و کمبود امکانات، به شهر مهاجرت کرده‌اند، اما اکنون با فراهم شدن امکانات مهم و ضروری زندگی در روستاهای این بخش، آرزای بودن خانه‌ها و همچنین داشتن آب و هوای بکر، کسانی که به شهر آمده بودند، به روستا برگشتند. اکنون منتظریم با این اتفاق چرخه تولید بچرخد و در این روستاها باغداری و مشاغل در ارتباط با آن توسعه پیدا کنند.»

بخشدار کن:

از زمانی که روستاها از نعمت گاز بهره‌مند شده‌اند، تقریباً شاهد ۱۰ تا ۲۰ درصد مهاجرت معکوس در این بخش بودیم

در این روستاها سرمایه‌گذاری کنند. برای اینکه ما بتوانیم تولید را در روستاها گسترش بدهیم، نیاز است تا امکانات مطلوب‌تری در اختیار روستایی‌ها قرار داده شود تا از طریق این امکانات از مهاجرت آنها جلوگیری کنیم.»

روستاها آباد می‌شوند.

روستاهای بخش کن به سبب شرایط آب و هوایی شان، نقاط زیبا و بکری برای جذب گردشگر محسوب می‌شوند. به همین دلیل اقدامات عمرانی و طرح گازرسانی به روستاهای محدوده غربی پایتخت، علاوه بر تأمین گاز بخش خانگی، نقش عمده‌ای در توسعه صنعتی این استان و اشتغال‌آفرینی ایفا خواهد کرد. به همین دلیل در عملیات گازرسانی به روستاها نباید تنها بعد گرمایشی آن در نظر گرفته شود و صاحبان صنایع و سرمایه‌گذاران برای برطرف کردن مشکلات بیکاری با ایجاد شرکت‌های صنعتی باید از این فرصت استفاده و از مسیر پارکینگ امامزاده تا بقعه امامزاده داود(ع) انجام می‌شود.»

روستاییان در این سال‌ها برای گرمایش منازل مسکونی‌شان از گازوئیل، نفت و برق استفاده می‌کنند و اغلب ساکنان برای پرداخت بهای قبض خود باید مبالغ گزاف و سنگینی بپردازند. به همین دلیل روستاییان در این زمینه با مشکلات بسیاری مواجه شده‌اند و برخی از آنها توان پرداخت این مبالغ را ندارند. بخشدار کن، برای رفع این مشکل اهالی هم اقدام کرده است. صابری، بخشدار کن، در ادامه به رایزنی‌هایی که در این مدت برای دریافت خدمات از مراکز دولتی و همچنین ارائه تسهیلات بیشتر به روستاییان این بخش انجام شده است، اشاره می‌کند و می‌گوید: «چون روستاهای این بخش در حریم شهر تهران واقع شده‌اند، بهای گاز مصرفی آنها براساس تعرفه‌های شهری محاسبه می‌شود. با توجه به اینکه روستاها در منطقه کوهستانی قرار گرفته‌اند و مصرف ساکنانش در مقایسه با مناطق شهری بیشتر خواهد بود، مکانباتی را با شرکت گاز انجام داده‌ایم تا بهای گاز مصرفی ساکنان این محدوده براساس تعرفه‌های روستایی اعمال شود. اکنون با توجه جلسات مختلف با مسئولان شرکت گاز مقرر شد تا بهای مصرفی روستاییان براساس تعرفه‌های روستایی و نقاط سردسیری محاسبه و لحاظ شود.»



عملیات عمرانی میدانی قدیمی در منطقه ۹ رو به پایان است

محله هاشمی تغییر چهره داد

سید مصطفی موسوی

«محله هاشمی» یکی از قدیمی‌ترین محله‌های شهر و منطقه ۹ است که قدمتی بیش از یک قرن دارد. محله‌ای در ضلع جنوب غربی منطقه که بخش‌هایی از یکی از طولانی‌ترین خیابان‌های پایتخت یعنی خیابان غرب به شرق هاشمی را در خود جای داده است. میدان کوچک و قدیمی این خیابان طویل، اوایل دهه ۷۰ با احداث بزرگراه «یادگار امام» (ره)، دچار تغییرات کالبدی و ساختاری شد. میدانی که اهالی منطقه ۹ و ۱۰ خاطرات فراوانی از رویدادهای مختلف اجتماعی و سیاسی آن داشته‌اند و با گذر زمان به هویتی محلی و تاریخی برایشان تبدیل شده است. هویتی که در سایه گسترش شهرسازی‌های نوین، دستخوش تغییرات ظاهری شده است و فراموشی تاریخ محله، مهم‌ترین پیامد آن به شمار می‌آید. برای همین مدیران شهری بر آن شدند تا با اجرای طرح «پلازا» و بازسازی میدان هاشمی به حفظ هویت و یادگاری‌های تاریخی محله بپردازند. در این گزارش سری به خیابان و میدان هاشمی زده‌ام تا ضمن گفت‌وگو با اهالی و شورایاران محلی از روند پیشرفت این پروژه انسان‌محور مطلع شوم.



ساخت پلازا ترافیک‌زا است؟

ظاهر که می‌شود، کارگران دست از کار می‌کشند تا استراحتی کنند و لقمه نانی بخورند. «احمد همتی» از کاسبان خیابان هاشمی است که می‌گوید: «بیشترین سود احداث پلازا، متوجه کاسبان است، چراکه با اوج گرفتن رفت و آمدهای محلی، کسب و کار هم رونق می‌گیرد. اما نکته قابل توجه این است که خیابان هاشمی در همه ساعت‌ها از ازدحام خودروها و وانت‌های سدمعبر، مملو است. آنقدر که می‌توان گفت همیشه اینجا ترافیک است. اکنون به نظر می‌رسد با وجود این پلازا شرایط سخت‌تر شود. به هر حال رفت و آمدها افزایش می‌یابد. گمان کنید ممکن است در همین پلازا پس از مدتی دستفروش بساط کند و راه برای عبور عابران تنگ شود. عابر

هم ناگزیر برای حرکت، به خیابان بیاید. این یعنی خطر برای عابر پیاده. به اصلاً موتورسیکلت‌ها مانند اغلب اوقات از پیاده‌روها عبور کنند و درگیری بین آنها و اهالی پدید آید. همه این موارد از کم‌عرض

پلازا ممکن است به بار ترافیکی خیابان هاشمی بی‌افزاید. اما این‌گونه نیست. چراکه مساحت قابل توجه این پلازا در فرورفتگی قرار گرفته که از سال‌ها پیش شهرداری منطقه در حال تملک آن بوده است تا به احیای هویت محدوده هاشمی بپردازد.» «اهد محمدنژاد»، شورایی محله دکتر هوشیار است که بخش‌هایی از پلازای هاشمی در محله او واقع شده است: «اهالی در این محدوده از حداقل رسانه‌های محلی و تفریحی محروم بوده‌اند و اغلب اوقات برای گذران اوقات فراغت ناچار بودند مسافت‌های طولانی را طی کنند. احداث این پلازا می‌تواند فرصت مناسبی برای ایجاد سرگرمی و بروز حس تعلق خاطر اهالی محسوب شود.»

طرحی برای احیای میدان قدیمی

مساحت تقریبی اجرای پلازای هاشمی، ۲۲ هزارمترمربع است. «سید مصطفی موسوی»، شهردار منطقه ۹، با بیان این مطلب می‌گوید: «پلازای هاشمی جزو پروژه‌های اولویت‌دار و انسان‌محور منطقه بوده است که خیلی زود در دستور کار قرار گرفت تا هم سرانه‌های شهری و تفریحی محدوده را افزایش دهد و هم به محلی برای اجرای رویدادهای اجتماعی تبدیل شود. چراکه همجواری با مسجد قدیمی حضرت «علی‌اکبر» (ع) این ظرفیت را تا میزان قابل

توجهی ارتقا می‌بخشد.» موسوی هم‌چنین با اشاره به وضعیت پیشین میدان هاشمی ادامه می‌دهد: «در زمان احداث بزرگراه یادگار امام (ره) میدان هاشمی به تقاطع زمان‌دار تبدیل شد. بنابراین برای احیای معنوی این بخش از هویت محله به اجرای پروژه پلازای هاشمی در قالب احداث «پروگولا» (ال‌جیق)، نصب چادری رنگی و مقاوم، اجرای مه‌پاش، نورپردازی‌های نوین، آرام‌سازی و نصب سکوهای نشیمن پرداختیم که پیش‌بینی می‌شود تا پیش از پایان بهمن ماه جاری به پایان برسد.» وی با اعلام این مطلب که پروژه پلازای هاشمی ۸۰درصد پیشرفت فیزیکی داشته است، می‌افزاید: «طبیعی است که با اجرای کامل طرح پلازا، تقاضای سفر به این محدوده افزایش یابد و در چنین شرایطی، ترافیک هم ۲ برابر شود. بنابراین، مطالعات عرضه‌سنجی ترافیکی خیابان هاشمی نیز آغاز شده است تا از بروز مشکلات احتمالی جلوگیری شود.»



سید مصطفی موسوی شهردار منطقه ۹

ضرورت راه‌اندازی کلینیک حافظه

آلزایمر زمانی که در مرحله «دمانس» یعنی مرحله شناخت اولیه و عوامل تأثیرگذار آن قرار دارد، می‌تواند قابل پیشگیری و حتی درمان قرار گیرد. متخصصان انجمن آلزایمر بر این باورند که عوامل جسمی و فردی زیادی در ابتلای انسان به آلزایمر نقش دارند. بیماری‌هایی همچون «دیابت»، کم‌کاری و یا پرکاری «تیروئید»، مشکلات عصبی، افسردگی و... می‌تواند زمینه‌ساز بروز این بیماری باشد.

برای همین نخستین کلینیک داخلی حافظه در این انجمن راه‌اندازی شد تا شهروندان راحت‌تر و سریع‌تر بتوانند شرایط ایمن و مناسبی را برای دوری از این بیماری کسب کنند.

کلینیک داخلی حافظه هم‌زمان با سالروز تأسیس این انجمن راه‌اندازی شد. «معصومه صالحی»، مؤسس و مدیرعامل انجمن آلزایمر ایران، درباره راه‌اندازی این کلینیک می‌گوید: «در طول مدتی که این انجمن را راه‌اندازی کردیم، بیماران و مراجعه‌کنندگان متعددی داشتیم. بیماران با مشکلات جسمی دیگری به غیر از آلزایمر روبه‌رو بودند و این موضوع مراقبت و درمان آلزایمر را با مشکل روبه‌رو می‌کرد. از سویی بسیاری از بیماری‌های جسمی و روحی زمینه‌ساز دمانس و آلزایمر هستند. در نتیجه، راه‌اندازی یک کلینیک تخصصی داخلی که بتواند با محوریت آلزایمر بیماران را غربالگری کند از ضروریات بود که خوشبختانه محقق شد.»

کلینیک حافظه در شهرک «کباتان» و در ساختمان انجمن فعالیت خود را با پزشکان متخصص آغاز کرده است. معصومی می‌افزاید: «۳ پزشک مغز و اعصاب به‌طور متناوب در این کلینیک مستقر هستند و همچنین متخصصان اعصاب و روان نیز حضور دارند. این کلینیک برای عموم قابل استفاده است. البته هدف اصلی بر این بود که کلینیک ویژه اعصاب و روان باشد، ولی بعد به این نتیجه رسیدیم که بیماری‌هایی مانند دیابت، کم‌کاری و پرکاری تیروئید و بیماری‌های «کبد» و «کوارش» ممکن است زمینه‌ساز بیماری آلزایمر باشند و احتمال ابتلا را افزایش دهند. در نتیجه، تصمیم گرفتیم یک کلینیک داخلی با محوریت درمان همه بیماری‌ها راه‌اندازی کنیم.»

راه‌اندازی ۱۲ انجمن در ۱۲ شهر

مرکز «اختلال شناخت» در دانشگاه «شهید بهشتی» و دانشگاه «علوم پزشکی» در بخش دانشگاهی در زمینه آلزایمر فعال هستند، اما چندان گستردگی ندارند. ولی در انجمن آلزایمر، فعالیت گسترده است و این بیماری را از هر جهت پوشش کامل می‌دهد و از خانواده بیماران در زمینه آموزشی و درمانی حمایت می‌کند. مدیرعامل انجمن آلزایمر در راه‌اندازی ۱۲ انجمن آلزایمر در ۱۲ شهر دیگر کشور خبری دهد و می‌گوید: «این انجمن‌ها عضو انجمن ما شده‌اند و ما از نظر علمی، تجربی و آموزشی حمایتشان می‌کنیم.»



حمایت از بیماران در مرکز قاصدک

مرکز جامع توانبخشی و مراقبت روزانه «قاصدک» با مجوز از سازمان بهزیستی کشور برای حمایت از افراد مبتلا به دمانس و بیماری آلزایمر در انجمن آلزایمر ایران فعال است. معصومه صالحی، درباره فعالیت این مرکز می‌گوید: «مسئولان انجمن آلزایمر ایران با ایجاد فضای مناسب و برنامه‌ریزی فعالیت‌های توانبخشی ذهنی و کار درمانی تلاش می‌کنند تا از افت حافظه افراد مبتلا، پیشگیری کنند و از این طریق کیفیت زندگی افراد مبتلا و خانواده‌ها را بالا ببرند و در نهایت از وابستگی زود هنگام افراد مبتلا به خانواده‌هایشان جلوگیری کنند. این مرکز در روزهای شنبه تا چهارشنبه، از ساعت ۸ تا ۱۴:۳۰، آماده ارائه خدمات به مبتلایان به

دمانس و بیماری آلزایمر است. البته به سبب شیوع «کرونا» در حال حاضر تعطیل است. نمونه‌هایی از فعالیت‌های هدفمند مرکز جامع توانبخشی و مراقبت روزانه قاصدک انجمن آلزایمر ایران عبارت است از: بررسی وضعیت سلامت مددجویان مرکز به‌صورت روزانه شامل کنترل فشارخون، نبض، وزن، پیداشتن... از سسوی کارشناسان پرستاری، بررسی خلق، اختلالات رفتاری، انجام تست‌های روان‌شناختی و ارائه راهکارهای مطلوب روان‌شناسی. برگزاری جشن تولد مددجویان با حضور خانواده و اعیاد رسمی به‌صورت زنده با هدف تداعی خاطرات گذشته، توانبخشی جسمی شامل حرکات اندام‌ها، نرمش، فعالیت با ابزارهای ورزشی، کیسه شن، پرتاب حلقه، توپ و... برای حفظ توانایی باقیمانده و تقویت قوای جسمانی، کسب اعتماد به نفس، ایجاد شور و هیجان، شادابی و آرامش، خوابی آرام در شب، حفظ تعادل به‌ویژه تقویت اندام تحتانی برای پیشگیری از زمین خوردن، افسردگی و انزوای اجتماعی سالمندان در «بازگشت ایمن سالمند» طراحی شده است. در این بانک، اطلاعات افراد مبتلا شامل مشخصات، نشانی و عکس، جمع‌آوری می‌شود تا در صورت بروز مواردی مانند کم شدن این افراد در شهر بتوانیم آنها را به آسانی پیدا کنیم و به خانواده ایشان تحویل دهیم. متأسفانه با وجود کاربردی بودن این بانک اطلاعاتی و اینکه کم‌کم شدن بیمار مبتلا به آلزایمر یکی از دغدغه مهم خانواده‌ها است، ولی هنوز نتوانستیم این بانک را به نتیجه برسانیم و به حمایت بیشتر نیروی نظامی نیازمندیم.»

انجمنی برای حمایت از سالمندان در اکباتان

جمعیت سالمند شهرک اکباتان سال ۱۳۸۰ انگیزه‌های شد تا معصومه صالحی به همت دوستانش به فکر راه‌اندازی یک انجمن آلزایمر بیفتند. در نتیجه به کمک عده‌ای از خیران شهرک اکباتان، مؤسسه‌ای برای حمایت از سالمندان تأسیس کردند. این انجمن نخستین تشکل غیردولتی آموزشی، درمانی، مراقبتی و توانبخشی ویژه افراد مبتلا به دمانس و بیماری آلزایمر در کشور است که در بهمن ماه ۱۳۸۰ با هدف ارتقاء کیفیت زندگی افراد مبتلا به بیماری آلزایمر و خانواده ایشان تأسیس شد و به ثبت رسید. این انجمن توانسته است با ایجاد ارتباط و فراهم کردن زمینه همکاری با سازمان‌های مختلف و با بهره‌گیری از اعتماد و حمایت‌های مردم و سخت‌کوشی اعضای داوطلب، خدمات مؤثر و شایسته‌ای را به افراد مبتلا و خانواده‌هایشان ارائه کند. این انجمن عضو انجمن جهانی آلزایمر است و دستاوردهای خوبی در زمینه بین‌المللی کسب کرده است. انجمن آلزایمر از بدو تأسیس تا امروز، بیش از ۸ هزار نفر را تحت پوشش قرار داده است و در حال حاضر با وجود کرونا، ۲۸۰۰ پرونده فعال در انجمن وجود دارد. این افراد تحت درمان، کنترل و مشاوره قرار می‌گیرند. موضوع کنترل دمانس یعنی بخش علامت دهنی بیماری، بسیار مهم است که متخصصان آلزایمر در این زمینه فعالیت‌های خوبی انجام داده‌اند.

نخستین بانک اطلاعاتی آلزایمر و بازگشت ایمن بیمار

راه‌اندازی نخستین «بانک اطلاعاتی آلزایمر»، یکی از مهم‌ترین اهدافی است که مدیریت انجمن آلزایمر سال‌هاست پیگیری می‌کند. صالحی در این باره می‌گوید: «چند سالی است که تلاش داریم با همکاری، معاونت اجتماعی نیروی نظامی، نخستین بانک اطلاعاتی آلزایمر را راه‌اندازی کنیم. این بانک با هدف «بازگشت ایمن سالمند» طراحی شده است. در این بانک، اطلاعات افراد مبتلا شامل مشخصات، نشانی و عکس، جمع‌آوری می‌شود تا در صورت بروز مواردی مانند کم شدن این افراد در شهر بتوانیم آنها را به آسانی پیدا کنیم و به خانواده ایشان تحویل دهیم. متأسفانه با وجود کاربردی بودن این بانک اطلاعاتی و اینکه کم‌کم شدن بیمار مبتلا به آلزایمر یکی از دغدغه مهم خانواده‌ها است، ولی هنوز نتوانستیم این بانک را به نتیجه برسانیم و به حمایت بیشتر نیروی نظامی نیازمندیم.»

مجموعه‌های ورزشی

تخصصی کودکان

در غرب تهران ساخته می‌شود

شش دانگ
به نام بچه‌ها

سمیرا باباجانپور

خطر جاقی، کودکان شهر را تهدید می‌کند. کودکانی که شهروندان فردای پایتخت را شکل می‌دهند، از بی‌حرکتی و فقر حرکتی رنج می‌برند. سبک زندگی اشتباه و نبود بازی‌های مناسب، نگرانی‌ها را بیشتر کرده است. موضوعی که موجب شده است تا نخستین طرح ورزشی مربوط به کودکان با عنوان «ورزش برای ۲ هزار روز اول زندگی کودک» با راه‌اندازی مجموعه‌های ورزشی تخصصی کودکان در ۲۲ منطقه تهران، دنبال شود.

این برنامه در قالب طرح ملی «بازی و نشاط کودکان» شکل گرفته است و با مشارکت سازمان ورزش شهرداری تهران، وزارت ورزش و جوانان، وزارت آموزش و پرورش و وزارت بهداشت دنبال می‌شود و شهرداری تهران در راستای این طرح، طی دستورالعملی برای ۲۲ منطقه پایتخت ۲۲ ورزشگاه تخصصی کودکان در نظر گرفته است.

طرح اقدام مشترک ملی برای ۲ هزار روز اول زندگی کودکان بر آن است تا بتواند بر افزایش فعالیت‌های بدنی و کاهش آثار مخرب جاقی در کودکان اثرگذار باشد. در این طرح اهدافی مانند پیشگیری و درمان معضل جاقی کودکان، فرهنگسازی زندگی فعال و ارتقا نگرش کودکان به فعالیت‌های ورزشی، توسعه فضا و محیط‌های شهری متناسب با بازی کودکان، آموزش مهارت‌های پایه و بنیادی به کودکان اجرایی می‌شود. بی‌تردید سازمان ورزش شهرداری تهران با ۲۸۰ زمین چمن مصنوعی و بیش از ۲۰۰ مجموعه ورزشی چند منظوره می‌تواند گام مؤثری برای ارتقای ورزش کودکان بردارد.

انجام تست غربالگری رفتار حرکتی کودکان در منطقه ۵ انجام شد تا ۲۵۰ کودک در پایش تست‌های استقامتی، حرکتی و عضلانی قرار بگیرند. «بولاقاسم موسوی»، رئیس اداره ورزش شهرداری منطقه ۵، درباره اهمیت این غربالگری می‌گوید: «این برنامه در راستای طرح اصلاح رفتار حرکتی کودکان انجام شده است و کودکان زیر نظر متخصصان، مورد ارزیابی قرار گرفته‌اند. اطلاعات مربوط به هر کودک در بانک اطلاعاتی ثبت شده است و ۱۲ اسفندماه دوباره این برنامه تکرار می‌شود. در این فاصله فیلم‌های آموزشی در اختیار خانواده‌ها قرار می‌گیرد تا براساس الگوهای ورزشی استاندارد، با



ابوالقاسم موسوی
رئیس اداره ورزش
شهرداری منطقه ۵

نخستین طرح غربالگری رفتار
حرکتی کودکان

کودک در خانه تمرین کنند. موسوی در ادامه به راه‌اندازی نخستین مجموعه ورزشی ویژه کودکان در منطقه ۵ اشاره می‌کند و می‌افزاید: «سالنی به مساحت ۴۵۰مترمربع در ورزشگاه «شهید شفیع پور» در خیابان «وفا آذر» محله «فردوس» به کودکان اختصاص یافته است. از سویی در سرای محله «سازمان برنامه جنوبی» فعالیت‌های ورزشی کودکان مدتی است انجام می‌شود که با شیوع ویروس «کرونا» برنامه‌ها به‌صورت آنلاین ادامه دارد. هم‌چنین درمجموعه ورزشی خیریه «عمل» در بزرگراه «سنناری» باشگاه تخصصی کودکان با مربیان مجرب فعال است که شهروندان می‌توانند از آن استفاده کنند.»

ورزش در نخستین پارک دوستدار
کودک پایتخت

منطقه ۹ در غرب پایتخت از نظر سرنه ورزشی، جایگاه مناسبی ندارد. تنها ۴ ورزشگاه خدمات ورزشی به شهروندان ساکن در این منطقه ارائه می‌دهند. از سویی سرنه فضای سبز این منطقه به‌ویژه پارک و بوستان نیز اندک است. همین امر باعث شده تا امکان فراهم کردن شرایط مناسب برای ورزش کودکان مهیا نباشد. با این حال، مدیریت شهری این منطقه با طراحی بزرگ‌ترین پارک «دوستدار کودک» شهر تهران در محله «دستقیب» تحولی چشمگیر در زمینه ورزش و تفریح کودکان ایجاد کرده است. این پارک قرار است در روزهای آخر سال به بهره‌برداری برسد و یکی از مؤلفه‌های اصلی آن ایجاد فضاهای ورزشی و تجهیزات بازی برای کودکان خواهد بود. «هادی کاشانی»، رئیس اداره ورزش منطقه ۹ می‌گوید: «خوشبختانه در زمینه ورزشی برنامه‌ریزی‌های خوبی در منطقه فراهم شد.»

کارشناس

نایب رئیس انجمن توسعه فعالیت بدنی کودکان استان تهران:

بازی و ورزش ضامن سلامت کودکان است

نفس کودکان دارد. موضوعی که نمی‌توان به سادگی از کنار آن گذشت. «مرجان قیدر»، نایب رئیس انجمن توسعه فعالیت بدنی کودکان استان تهران، که سال‌ها است تجربه مربیگری کودکان را در رشته «بازی و ورزش» دارد، درباره اهمیت ورزش و تحرک در کودکان می‌گوید: «در گذشته، خانواده بیشتر بروی ورزش‌هایی همچون ژیمناستیک، کاراته و... برای آموزش کودکان خود تأکید داشتند. با ایجاد رشته ورزشی جدیدی به‌عنوان بازی و ورزش که سال‌ها است در دنیا مورد استقبال کشورهای پیشرفته قرار گرفته، نگرش درباره ورزش کودکان را تغییر داده است. در این رشته تأکید برروی بازی و ورزش است و



مناظره

خیابان‌های
دوستدار ورزش کودک

مجموعه ورزشی «استقلال» برای طرح ملی بازی و نشاط کودکانه برای ۲ هزار روز اول زندگی کودکان در منطقه ۲۱ در نظر گرفته شده است. تنها مجموعه ورزشی که استخر دارد و کودکان می‌توانند ورزش‌های مناسب آبی را هم تجربه کنند. «سید محمد شمس‌آبادی»، رئیس اداره ورزش شهرداری منطقه ۲۱، در این‌باره می‌گوید: «این مجموعه ورزشی ۳۰۰مترمربع مساحت دارد و از امکاناتی مانند زمین چمن مصنوعی نیز برخوردار است. این مجموعه ورزشی که برای کودکان در نظر گرفته شده است، باید به وسایل مربوط به ورزش کودکان تجهیز شود تا بتوانیم از آن بهره‌برداری کنیم.» شمس‌آبادی با اشاره به برنامه‌های ورزشی منطقه ۲۱ برای گروه سنی کودک ادامه می‌دهد: «هفته گذشته، برنامه ارزیابی کودکان ۴ تا ۱۲ سال شهر تهران به میزبانی منطقه ۲۱ طریق فدراسیون «ورزش‌های بنیادی کودکان» انجام شد. هم‌چنین در مجموعه ورزشی «دریا»، گروه «چابک» برای کودکان فعالیت‌های گسترده‌ای انجام می‌دهد و ورزش‌های بنیادی را برای آنها دنبال می‌کند. برنامه‌های این گروه در روزهای کرونایی تعطیل نشده است و کلاس‌ها به‌صورت آنلاین برگزار می‌شود.»

سرنه ورزشی منطقه ۲۱ به نسبت جمعیت آن برای هر نفر نیم‌مترمربع است. این منطقه ۳ مجموعه ورزشی آبی و ۴ مجموعه توبیسی دارد. مجموعه «لژها» (س) منطقه ۲۱ نیز که مربوط به ورزش بانوان بود، به مدیریت بحران تحویل داده شد. در حال حاضر، شهروندان می‌توانند از ۱۷زمین چمن مصنوعی استفاده کنند. رئیس اداره ورزش منطقه ۲۱ می‌گوید: «در پروژه‌های کوچک مقیاس زمین‌های ورزشی رایگان که شهروندان بتوانند از آن استفاده کنند، در نظر گرفته شده است. طرح‌هایی ویژه کودکان به‌عنوان «شهر دوستدار ورزش» در نظر گرفته شده است که کودکان می‌توانند بازی و ورزش را در این خیابان‌ها تجربه کنند. حتی دیوار نگاره‌های این خیابان‌ها هم قرار است کودکان طراحی شود تا برای این گروه سنی جذاب باشد. خیابان «مالک اشتر»، انتهای کوچه «پانزدهم» در بلوار «خزر» و خیابانی در نزدیکی ورزشگاه استقلال، برای این کار در نظر گرفته شده است.»

تحرکات ورزشی در غالب بازی به کودکان آموزش داده می‌شود تا قایل فهم‌تر و تأثیرگذارتر باشد. کودکان به‌ویژه تا پیش از ۷ سالگی باید یکسری از مهارت‌های حرکتی اولیه را مانند پریدن، جابه‌جایی، تعادل‌ها و... را تجربه کنند. این موضوع برای بسیاری از والدین عجیب است. چون بر این باورند فرزندشان به اصطلاح از دیوار راست بالا می‌رود. در نتیجه، از تحرک کودک وارد کلاس‌های تخصصی

مهارت‌های حرکتی می‌شود، متوجه می‌شویم او به راحتی نمی‌تواند یک حرکت «لی لی» ساده را انجام دهد، با ۲ جفت پا نمی‌تواند بپرد، در دویدن تعادل ندارد و توپ ساده را نمی‌تواند از طرف مقابل

مناظره
تلاش برای
تغییر سبک زندگی کودکان

توجه به ورزش کودکان آن هم به‌طور تخصصی برای نخستین بار در سازمان ورزش مطرح می‌شود. «غلامحسین ادب»، معاون فرهنگی و اجتماعی شهردار منطقه ۲۲، درباره اهمیت این طرح می‌گوید: «طرح ورزش در ۲ هزار روز اول زندگی، متأسفانه ندارد. متأسفانه سبک زندگی کودکان و نوجوانان به دلایل مختلف و متأثر از زندگی شهرنشینی، به سمت کم تحرکی کشیده شده است. باید بدانیم فعالیت بدنی یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های سلامت به شمار می‌آید. خوشبختانه سازمان ورزش شهرداری در این زمینه ورود پیدا کرده است و تلاش دارد فضای شهری را برای این مهم آماده کند. اگر از سنین کودکی سبک زندگی سالم با ورزش کافی را آموزش بدهیم، بی‌شک این روش تا بزرگسالی تداوم پیدا می‌کند. این روش به تغییر سبک زندگی شهروند در بلندمدت کمک خواهد کرد. طرح ملی بازی و نشاط کودکانه با محوریت ۲ هزار روز اول زندگی کودکان در منطقه ۲۲ در حال پیگیری است و در مرحله جامعی ورزشگاه مورد نظر برای کودکان هستیم. البته در برنامه‌ریزی‌هایی که برای ورزش خانواده در منطقه ۲۲ در نظر گرفته شده است، کودکان به‌عنوان عضو مهمی از خانواده جایگاه ویژه‌ای دارند. برای مثال، در برنامه «خیابان، محلی برای زندگی» که به‌طور ویژه در منطقه ۲۲ انجام شد، همه اعضای خانواده همراهی کردند.»



بهترین رشته‌های ورزشی کودکان

دیوار صخره نوردی، زمین بسکتبال، والیبال، فوتبال، ژیمناستیک، اتاق بازی، آمادگی جسمانی، تعادلی و تمرکزی، چاله ابر، پل معلق، پل تعادلی، دار حلقه، ورزش‌های بدنی شامل تمرینات شاد و مفرح، ورزش‌های تعادلی، تمرکزی، پرتابی و هماهنگی عصب عضله.



سرگرمی‌های ورزشی

اگر ورزش را به گونه‌ای برای کودکان تعریف و برنامه‌ریزی کنیم که آن را دوست داشته باشند، سبب می‌شود بچه‌های کوچک، ورزش را به‌صورت یک بازی ورزشی بشناسند و از انجام آن لذت ببرند.

گرم کردن

گرم کردن نوعی فعالیت ورزشی است که سبب می‌شود بدن کودک تحرک داشته باشد. اما این فعالیت‌ها سخت نیستند و آهسته‌تر از فعالیت‌های ورزشی انجام می‌شوند و برای کودک می‌تواند سرگرم‌کننده باشد. تمرینات گرم کردن را از نوع فعالیت‌های هوازی انتخاب کنید. تمریناتی مانند کشش عضلات، پیاده‌روی ساده، دویدن یا راه رفتن در محل ورزشگاه، می‌تواند ورزش‌های خوبی برای گرم کردن باشد.

دویدن

دویدن ساده‌ترین شکل بازی و ورزش برای بچه‌ها است. بچه‌ها به دویدن علاقه دارند و می‌توانند در خارج از منزل و حتی در خانه با دویدن سرگرم شوند؛ مانند دویدن در یک سالن ورزشی. دویدن در راهرو یا دور یک میز بزرگ، دویدن می‌تواند با سایر حرکت‌ها و بازی‌ها ترکیب شود. می‌توانید دویدن را از حالت یکنواخت خارج کنید برای مثال، با تشویق کردن بچه‌ها از دویدن به جست‌وجوی کردن یا با حرکت درجا زدن سریع. تلاش کنید الگوهای مختلف حرکتی را تغییر دهید. هم‌چنین می‌توانند به‌صورت عقب‌گرد بدوند. برعکس دویدن با تغییر جهت به سمت معکوس، به تقویت عضلات و عملکرد مغز کمک می‌کند و موجب بهبود هوشیاری و تقویت حواس می‌شود.

پریدن

پریدن از ورزش‌های آسان و مهیج است که بچه‌ها مایل به انجام آن هستند، برای این کار پاها را از زمین بلند کرده و به سمت بالا بپرید. این جهش‌ها سبب تقویت عضلات، آمادگی قلبی عروقی و استقامت بدن می‌شوند.

تمرینات کششی

تمرینات کششی برای کودکان باید بخشی از فعالیت‌های روزمره باشد.

اگرچه به نظر می‌رسد که بدن کودکان انعطاف‌پذیری بالایی دارد اما باید به سطح و نوع فعالیت روزانه آنها توجه کنیم تا مطمئن شویم که ورزش‌های کششی در آن گنجانده شده است. انجام ورزش‌های کششی در سنین رشد، ماهیچه‌های کودکان و نوجوانان را محکم می‌کند.

تمرینات کششی مزایای زیادی دارد از جمله جلوگیری از ایجاد آسیب ورزشی، آرام شدن عضلات پس از ورزش، انعطاف‌پذیری در بزرگسالی، چابکی، کاهش تنش ماهیچه‌ای، بهبود سلامت مفاصل، افزایش جریان خون به عضلات و احساس آرامش پس از تمرینات کششی.



داور بین‌المللی بوکس و مربی کوهنوردی هم‌محله‌ای:

پرچم منطقه را بر فراز قله دماوند نصب می‌کنم

مهدی اسماعیل پور

«علی‌الیاسی»، پیشکسوت، مربی و داور بین‌المللی

«بوکس»، یکی از چهره‌ها و مفاخر ورزشی ایران

۳۵ سال است در شهرک «نصر» در محله «آزادی»

سکونت دارد. ایلیاسی که سابقه حضور در جبهه را هم

دارد و جانباز است، علاوه بر رشته ورزشی بوکس که

به شکل حرفه‌ای در آن مشغول است، یک کوهنورد

هم محسوب می‌شود و سرپرست تیم کوهنوردی

اداره وزارت «نفت» است. به قول خودش هیچ قله‌ای

در تهران و ایران باقی‌نمانده است که آن را فتح

نکرده باشد. با این هم‌محله‌ای ۵۴ ساله منطقه ۲۱ به

گفت‌وگونیستیم.

ایلیاسی از چهره‌های شناخته شده و بین‌المللی بوکس ایران است. جالب اینجاست که او پیش از اینکه در این رشته ورزشی فعالیت کند، مانند اغلب مردم ایلام به کشتی علاقه داشت.

ایلیاسی دربارۀ اینکه چگونه دست تقدیر او را از تشک کشتی به سوی رینگ بوکس فرستاد، به همشهری محله می‌گوید: «من در ابتدا کشتی‌گیر بودم تا اینکه در یک تصادف پاهایم آسیب دید و دیگر نتوانستم ادامه دهم. برخلاف کشتی که پای آدم درگیر است، در بوکس بیشتر از دست‌ها استفاده می‌شود و متوجه شدم با وجود آسیب‌دیدگی پا و جانبازی که از ناحیه لگن دارم، می‌توانم در این رشته فعالیت کنم. سال ۱۳۶۸ که دوباره فعالیت بوکس در ایران آزاد شد، کارم را آغاز کردم. چند دوره در مسابقات قهرمانی کشور شرکت کردم که

به موفقیتی نرسیدم و مقامی کسب نکردم. در همان ایلام در دوره‌های مربیگری شرکت کردم و پس از گرفتن مدرک درجه ۳ مربیگری به تهران آمدم. در ادامه، مدارک درجه ۲ و سپس درجه یک مربیگری را گرفتم. پس از آن با شرکت در دوره‌های آموزش داور که اغلب در خارج از کشور برگزار می‌شد، بالاترین مدرک داور این رشته را هم کسب کردم.

درحال حاضر، علاوه بر مربی و داور درجه یک و بین‌المللی بوکس ایران، به‌عنوان دبیر هیئت بوکس شمال غرب تهران فعالیت می‌کنم.»

۳۵ سال کوهنوردی

این چهره ورزشی منطقه ۲۱، علاوه بر بوکس در کوهنوردی هم دستی بر آتش دارد و سال‌ها است سرگرم فتح قله‌های

مختلف کشور است. خودش می‌گوید قله‌ای نمانده است که آن را فتح نکرده باشد: «علاوه بر بوکس، سال‌ها است که کوهنوردی هم می‌کنم و در این رشته مدرک

اینکه بازنشسته وزارت نفت هستم، یک تیم کوهنوردی برای اداره وزارت نفت تشکیل داده‌ام و تقریباً همه قله‌های تهران و ایران را فتح کرده‌ام. در مدت ۳۵ ساله‌ای که کوهنوردی می‌کنم، علاوه بر قله‌ها و ارتفاعات اطراف

تهران مانند توجال و دره، قله‌های دماوند، سبلان، الوند، اشتراک کوه، الم کوه و بینالود را فتح کرده‌ام. کوهنوردی واقعاً ورزش خوب و مفیدی است. با توجه به اینکه در اطراف منطقه ۲۲ ارتفاعات زیبا

و دیدنی مانند وردیج و واریش یا سنگان را داریم، اهالی منطقه باید در این رشته فعال تر باشند. به‌ویژه که می‌توان هم‌راه خانواده به این ارتفاعات رفت که بالا رفتن و صعود کردن به آنها چندان دشوار نیست.»



پیشنهاد صعود دسته‌جمعی به ارتفاعات منطقه ۲۲

ایلیاسی به شهرداری منطقه پیشنهاد می‌دهد که برای کوهنوردی برنامه‌های دسته‌جمعی و خانوادگی برگزار کند و حاضر است در این کار همکاری و مشارکت داشته باشد: «کوهنوردی

ورزشی شاد و مفرح است که می‌توان به شکل خانوادگی آن را برگزار کرد. بسیار بوده است که به همراه خانواده، همکاران و دوستان در قالب اکیپ‌های ۱۰۰ تا ۲۰۰ نفره به کوهنوردی

رفته‌ایم. با توجه به اینکه رشته تحصیلی‌ام «کارشناس مدیریت خانواده» است به

ورزش‌های خانوادگی علاقه دارم. اگر شهرداری و سرای محله تمایل داشته باشند می‌توانیم به شکل هفتگی برنامه کوهنوردی خانوادگی بگذاریم و به ارتفاعات اطراف منطقه ۲۲ که در نزدیکی خودمان است، برویم. در همین برنامه‌ها می‌توانیم اصول اولیه کوهنوردی را هم به مردم آموزش دهیم و یک دوره فشرده کوهنوردی

ب برگزار کنیم. کارهای زیادی می‌توان در این حوزه انجام داد. تاکنون ۵ بار به قله دماوند صعود کرده‌ام و به‌عنوان یکی از اهالی منطقه، اگر بخواهدن حاضر در صعود بعدی پرچم شهرداری منطقه ۲۱ را هم روی قله نصب کنم و به قول معروف، پرچم محله‌ام را بالا ببرم. همه اینها مستلزم این است که شهرداری بخواهد از

چهره‌ها و نخیه‌های ورزشی که در محله‌های مختلف منطقه سکونت دارند، برای ترویج ورزش و تبلیغ و شناساندن محله‌ها استفاده کند و به آنها توجه داشته باشد.»



حال ورزش شهرک آزادی خوب نیست

این ساکن قدیمی شهرک آزادی، امکانات و شرایط محل‌اش را به نسبت خوب می‌داند اما بر این باور است در زمینه ورزش حاش خوب نیست و ضعیف است: «وضعیت محله با توجه به شرایط و امکانات و محدودیت‌هایی که شهرداری دارد، مطلوب است و مشکل خاصی در نگه‌داشت یا نیازهای شهری نداریم.

به گمانم مهم‌ترین ضعف محله به کمبود امکانات ورزشی بر می‌گردد. محله‌ای به بزرگی آزادی و «فرهنگیان» تنها یک مجموعه ورزشی دارد که واقعاً کم است. امکاناتی مانند مسیر دوچرخه‌سواری هم داریم که سال‌ها است رونقی ندارد و استفاده چندانی از آن نمی‌شود. دلیل

آن هم این است که در حوزه ورزش، تبلیغات و فرهنگسازی چندانی صورت نگرفته است. با تبلیغات و فرهنگ‌سازی مسابقات و جشنواره‌ها و استفاده از ظرفیت نخیه‌های ورزشی می‌توانیم مردم را به سوی ورزش سوق دهیم. ترویج

ورزش یعنی داشتن مردم سالم‌تر و محله‌ای با کمترین آسیب‌های اجتماعی و در واقع این کار سرمایه‌گذاری است نه هزینه کردن.»

داستان زندگی جوانی که با کمک مسئول یک گرمخانه پس از رهایی از اعتیاد، ادامه تحصیل داده است

امیر کارتن خواب مددکار اجتماعی شد

سحر جعفریان

«امیر» از جهنم برگشته است. از ته اعتیاد یعنی کارتن‌خوابی، از اوج تنهایی یعنی طردشدگی،

از حشیش، تریاک، هروئین و شیشه که سال‌های جوانی‌اش را لحظه لحظه دود کرده‌اند. او روزها و شب‌های گرم و سرد بسیاری را میان شمشادها و کنار جوی و جدول‌های حاشیه پل‌ها زیست

کرده و با ته مانده غذاهای دیگران به سیری رسیده است. تخریب سال‌های اعتیاد را با انواع مواد سمّتی می‌توان در چین و شکن‌های ریز و درشت صورتش دید: آن هم در حالی که ۲۹ سال بیشتر ندارد و هنوز خیلی از راه‌ها را نرفته است. می‌گوید: «اعتیاد چنانش را نیم‌بند کرده است و عقلش را تمام‌بند». از پاک‌اش زیاد نمی‌گذرد و ۲ سال است که رهایی دارد اما به قول خودش ۲ سالی است که «موسوسه سیاه» سراغش نیامده و ادامه تحصیل و اشتغال شده همه

زندگی‌اش. با «امیر» در پایگاه خدمات اجتماعی شهرداری منطقه ۹ قرار گذاشتیم تا روزهای تاریک و روشن زندگی‌اش را روایت کند.

تخریب از ۱۹ سالگی

قد و قواره‌ای متناسب دارد. چهره‌ای متفکر که جوانی‌اش، پشت رد و نشنان تخریب موادمخدر به‌ویژه شیشه پنهان شده، صدایش آرام و رفتارش متین است. گاهی نگاهش خیره می‌ماند و گاهی با لیختن کمرنگ تلاش دارد، ترازوی سال‌های جوانی‌اش را نادیده بگیرد.

دستی به سر و گوش خاطراتش می‌کشد و از ۱۹ سالگی‌اش می‌گوید: در یکی از مراکز آموزشی «دورود» از توابع «لرستان» می‌خواندم که همراه یکی دو نفر از دوستانم چند باری برای تفریح به کوه رفتم. آنها گاهی حشیش می‌کشیدند و من هم با کنجکاو می‌ان رفتم. آنها گاهی حشیش

لذت‌طلبی کوتامدمت که برای چندین و چند سال مرا از زندگی عقب راند. از مصرف ماهانه و هفتگی که شاید آن زمان بیشتر از ۵ هزار تومان برایم هزینه نداشت، آغاز شد تا مصارف روزانه‌ای که هزینه‌هایی از ۲۰ تا ۵۰ هزار تومان به بار می‌آورد. به هر جان کنده بود، دیپلم گرفتم تا خانواده متوجه تغییرات من نشوند. متأسفانه عروسی برادرم، زمانی بود که من مصرف هروئین را آغاز کرده بودم و پس از آن دیگر مصرف ریداد شده بود.»

بسه اینجا که می‌رسند، آهی می‌کشند و ادامه می‌دهند: «خانواده‌ام نیز پس از مدتی متوجه اعتیاد من شدند و نصیحت‌ها بالا گرفت! اما گوشم بدهکار نبود. یعنی راستش تا زمانی که یک معتاد به ذلت نرسد، گوشش بدهکار هیچ پند و عبرتی نیست. من هم به ترک فکر نمی‌کردم. این میان، ۴ بار اجباری به کمپ رفتم و بیست و بیست از ۱۰ هزار به زور خانوادهم تلاش کردم ترک کنم. تا اینکه تصمیم گرفتم به سبب راحتی خودم و آبروی خانواده‌ام، به تهران بیایم. شنیده بودم «شوش» و «هرندی»، بهشت معتادها است. هم مواد زیاد پیدا می‌شود و هم مکان مصرف به راه است.»

تختین تلنگر

یادآوری خاطرات تلخ و عبرت آموز، گاهی مزه‌هایش را خیس می‌کند. اما با این حال ادامه می‌دهد: «در محدوده شوش و هرندی چندتایی دوست و آشنا داشتم که اوایل چند شب را با آنها گذراندم، ولی خیلی زود به من فهماندن باید به فکر جا و مکان برای خودم باشم. مدتی را کارگری کردم و با پولش روزگار گذراندم.

به مصرف شیشه که روی آوردم از کار کردن واماندم. دیگر شده بودم یک کارتن‌خواب واقعی که همیشه از تصورش هم گریزان بودم. کارتن‌خوابی که سال به سال به خود، جای خواب راحت، حمام و سفرفه غذا نمی‌دید. با سایر معتادان بی‌خانمان هر شب زیر فلان پل یا بهمان بوستان



بحران اعتیاد در جامعه

نگاه کارشناسی

آسیب اجتماعی

«اعتیاد» چنان ریشه دواینده که از سوی جامعه‌شناسان و متخصصان علوم رفتاری به یکی از مهم‌ترین بحران‌های عصر حاضر پس از آلودگی‌های زیست‌محیطی و فقر تبدیل شده است. «پرئسا افکار»، مددکار و مسئول پایگاه

خدمات اجتماعی شهرداری منطقه ۹، درباره اعتیاد که هر روز ابعاد تازه‌ای به خود می‌گیرد، می‌گوید: «ترک اعتیاد یک مسئله بزرگ است و اعتیاد یک بیماری با بازگشت‌های مکرر است که افزایش تنوع موادمخدر صنعتی و کیفیت خارج از فرمول استاندارد اغلب آنها این بازگشت‌ها را

شدت می‌بخشد. به‌طور میانگین ترک مصرف مواد در هر فرد معتاد به بیش از ۳۰ بار رسیده است. بنابراین، شناخت و شناسایی عوامل منجر به بازگشت مصرف، یکی از مهم‌ترین رسالت‌های

مددکاران و پژوهشگران حوزه اعتیاد است.» افکار همچنین می‌افزاید: «نمونه‌هایی مانند

«امیر» در جامعه بی‌شمار هستند که برای اغلبشان تا پیش از رسیدن به آخر خط، می‌توان خدمت‌رسانی کرد. نمونه‌هایی هم هستند که هنوز به اجبار مصرف دائم نرسیده‌اند و می‌توان با اقدامات پیشگیرانه از تخریبشان جلوگیری کرد.

این میان، به افراد متخصص، دلسوز و همچنین پیوست‌های پژوهشی و مطالعاتی دقیق نیاز داریم تا اعتیاد و پیامدهای وحشتناک آن در امان ماند.»



● صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
● سردبیر: مهدی علیپور

● دبیر تحریریه: زکیه سعیدی
● تحریریه: مهدی اسماعیل پور / مریم باقرپور
● سمیرا باباجانیور / ثریا روزبهانی / سحر جعفریان
فاطمه نصیری‌ها

● مدیر هنری: کامران مهرزاده

● صفحه آرایی: محمدرضا محمدی تاش / علی حسینی / امیلاد رفیعی

● فائزه توکلی
● حروفچینی و تصحیح: منیژه خسروآبادی / اعظم آجوربندیان / فهیمه شیرازی

● نشانی: خیابان ولی عصر (عج) نرسیده به پارک وی کوچه تورج پلاک ۱۴ ● کد پستی: ۱۹۶۶۵۳۳۸ ● صندوق پستی: ۴۵۹۵۶-۱۹۶۶۶ ● تلفن: ۰۲۳۰۲۳۱۰۰ ● دورنگار: ۰۲۳۰۲۳۴۸۸

شهروند خبرنگار

گودال در دوساز

منطقه ۵ گودالی در انتهای خیابان پروانه جنوبی ایجاد شده است که به تازگی خودرو وانتبار درون آن افتاد و سبب شد تا خسارتی از ناحیه چرخ عقب به آن خودرو وارد شود. گویا گودال مربوط به حفاری فاضلاب بوده است. اطراف این گودال علامتی نصب نکردند و همین موضوع موجب در دوساز اهالی شده است. از مسئولان تقاضا می‌شود این گودال را پر یا تابلوهای راهنما در اطراف آن نصب کنند.

مهران علیزاده
ساکن خیابان پروانه

چاله‌هایی در کوچه

یوسفی

منطقه ۹ مدت‌ها پیش عملیات حفاری در کوچه یوسفی، خیابان دستغیب انجام شد. پس از آن قرار بود که محل حفاری آسفالت شود، این کار انجام گرفت اما اکنون بیشتر چاله‌های کوچک و بزرگ در این محدوده از منطقه ۹ ایجاد شده است. این کوچه به اندازه کافی تنگ است و مشکلات خود را دارد. از مسئولان درخواست داریم که بازدیدی از محل داشته باشند تا مشکل اهالی رفع شود.

محمد نوابی
ساکن کوچه یوسفی

ترافیک در سهراه باغستان

منطقه ۲۱ در بزرگراه فتح، نرسیده به سهراه باغستان شهریار، هر روز ترافیک زیادی شکل می‌گیرد. یکی از دلایل شکل‌گیری این ترافیک، ورود خودروهای سنگین و اجرای عملیات عمرانی در آن محدوده است که حرکت خودروها را سخت می‌کند. قرار بود که این پروژه با سرعت بیشتری پیش برود تا باری از ترافیک محل برداشته شود، اما اکنون ترافیک در این محدوده کلافه‌کننده است و خبری هم از تکمیل پروژه نیست.

ایمان قهرمانی
محل تهرانسر

توجه به بوستان محل

منطقه ۲۲ بوستان آبشار، یکی از بوستان‌های شاخص منطقه ۲۲ به شمار می‌آید که چند سالی از افتتاح آن می‌گذرد. اما گذر زمان موجب شده است تا تجهیزات این بوستان فرسوده و خراب شوند و نیاز به بهسازی و نوسازی دارند. برای مثال، در برخی بخش‌های بوستان نیمکت‌ها شکسته‌اند و نیاز به تعویض دارند. هم‌چنین آبنمای برخی از بخش‌های آن خراب شده است.

تارا کاظمی
ساکن کوکوح

هویت

از پونک تا یافت‌آباد با جاده طرشت

روزگاری جاده «ده پونک» تا روستای «یافت‌آباد»، به جاده «طرشت» معروف بود و از مسیرهای مهم غرب تهران به شمار می‌آمد که بر اساس اسناد تاریخی در دوران «دارالخلافه» در سال ۱۲۱۷ شمسی ایجاد شد. این جاده با شروع از پونک و گذر از روستاهای «باغ فیض» و طرشت به دهستان «جی» و پس از آن با گذر از ده «مهرآباد» به قریه یافت‌آباد می‌رسید. تنها مسیر اصلی غرب به شرق تهران که با این جاده تلاقی داشت، جاده «کن» یا همان بلوار «آیت‌الله کاشانی» کنونی بود که از روستای کن تا دارالخلافه امتداد داشت. در گذشته و به‌ویژه در دوره «قاجار»، محل تلاقی این ۲ جاده قدیمی، مکان ارزشمندی برای مردم به شمار می‌آمد چراکه از آن برای تبادل کالا و بنگاهداری و به‌ویژه تبادل گندم، آرد و دام استفاده می‌کردند. با گذر زمان، تغییرات زیادی در این جاده صورت گرفت تا جایی که اکنون حدفاصل پونک تا میدان «صادقیه» را با نام «شرفی اصفهانی» می‌شناسیم و از میدان صادقیه تا میدان «آزادی» به نام «محمدعلی جناح» نامگذاری شده است. هم‌چنین محل تلاقی ۲ جاده دیروز، اکنون میدان صادقیه یا همان میدان «آریاشهر» شهرت دارد.



آموزشکده محله

کاشت سنبل نروروز در خانه

اگر از آن دسته شهروندانی هستید که به کاشت گل و گیاه علاقه دارید، بد نیست بدانید که اواخر پاییز و اوایل زمستان، فصل مناسبی برای کاشت پیاز گل معطر و زیبای «سنبل» است. سنبل «ولایتی» همان سنبل‌های ایرانی است که از قدیم در ایران برای ایام نوروز می‌کاشتند. البته باید بدانید که پیاز این گل باید دوره سرما را طی کند. این گیاه را در آپارتمان می‌توان درون پیت، ماسه و آب پرورش داد.

کاشت: برای کاشت پیاز گل در باغچه یا محیط باز، مکانی را در نظر بگیرید که روزانه حدود ۵ ساعت نور مستقیم خورشید را دریافت می‌کند. برای کاشت در باغچه، چاله‌ای به عمق ۱۵ تا ۲۵ سانتیمتر حفر کنید. ته چاله را با خاک برگ و یا پیت ماس یا کمپوست برای زهکشی بهتر خاک پر کنید. جوانه پیاز هنگام کاشت باید رو به بالا باشد. روی پیاز حتماً با خاک پوشانده شود.

نکته: فاصله پیازها از یکدیگر را حدود ۱۰ الی ۱۵ سانتیمتر در نظر بگیرید. پیش از کاشت، پیازها را در پودر زغال بغلتانید. این کار مانع از پوسیدگی پیاز و ابتلا به قارچ می‌شود.

پرورش: پس از کاشت، آنها را یکبار آبیاری کنید و برای آبیاری‌های بعدی، معمولاً بارش‌های پاییزی و زمستانی، رطوبت کافی را در اختیار گیاه قرار می‌دهد، با گرم شدن هوا سنبل به گل می‌نشیند.

زهره کابلی
کارشناس گل و گیاه



شعر هم‌محله‌ای

کن بزرگ

کن شمال مُلک ایران واقع است در شمال غرب تهران واقع است کن خودش بخش است و ده ده در کنار این چنین باشد همیشه ماندگار کن پر از راز است و زیرخاکی و گنج قیمت هر ذره‌اش با زر بسنج قدمتش باشد هزاران سال پیش ساکنانش جمله با فرهنگ و کیش ده نشان باشد نشان اسبقیش یا فنا یا زیر خاک است مابقیش از قدیم آثار بسیاری بجاست کز نگاه معنوی بس پر بهاست شامل چندین زیارتگاه بُود بقعه‌ها و مسجد و درگاه بُود باغ‌هایش همچو فردوس بُرین این سخن باشد برایش کمترین هر که اهل گردش و گردشگریست کوچه باغ‌هایش هنوزم دیدنیست مردمی دارد به غایت بی‌ریا خوش رخ و خوش سیرت و اهل وفا دین‌شان اسلام و شیعه‌زاده‌اند با مرام و با صفا و ساده‌اند شهره در مهمان‌نوازی گشته‌اند اندرین ره هستی خود داده‌اند میوه‌هایش توت و شاتوت و انار جوز و خرما لوی خوش رنگ و نگار فصل خرما لوی که از ره می‌رسد نوبت احستت و به به می‌رسد رنگ نارنجی میان شاخه‌ها می‌دهد بر باغ و بستان‌ها صفا هم در آن انجیر و دار زردآلو هم بُود گیلاس و روید آلبالو پنج محله دارد این شهر قشنگ بین آنان کی نشیند حرف جنگ هر محل با دیگری در سازشست بینشان بکرتگی و آرامشست یک محل نامش بُود سرآسیاب زانکه آنجا بوده در سر؛ آسیاب یک محل چون بوده جای محکمه نام‌دار قاضی برایش آمده چون می‌مانده بین ده دارد قرار نام آن گردیده مونده از قرار چونکه زیر خانه‌ها بالی بُدی زین جهت نام محل بالون سُدی من شنیدم از قدیم‌ها اسمالون بوده نام یک محل بی‌چندوچون بی‌گمان شخصی ز اسماعیلیان بوده آنجا ساکن و از اهل آن من نمی‌گویم یقیناً؛ مُحتمَل می‌نشیند نام او براین محل این‌چنین ست قصه این پنج محل نیست منظور بدی در هر مثل گر بگویم من مُفضّل زین دیار صد قلم می‌خواهد و کاغذ هزار فرصتی خواهیم که در وقتی دیگر قصه گویم با شما شب تا سحر می‌شوم از جَمعتان اینک جُدا حافظ و یار شما باشد خدا تقدیم به اهالی با صفای کن بزرگ و به آنان که در دل به جای کینه و نفرت و... درخت دوستی و محبت می‌نشانند.

عبدالله درویش - ساکن محله کن