

فرهنگسرای خانواده با برنامه‌های متنوعی
به استقبال یک هفته متفاوت می‌رود

قصه خانواده من

به بهانه ۱۴ مرداد، روز خانواده، به یکی از فرهنگسراهای قلب پایتخت که در حوزه تخصصی خانواده هم فعالیت می‌کند، سر زدیم. فرهنگسرای خانواده از سال‌ها قبل با هدف ارتقای کیفیت زندگی و تحکیم بنیان خانواده در محله یوسف‌آباد مشغول فعالیت است و تاکنون برای تحکیم این بنیان ارزشمند و فرهنگسازی و پاسخگویی...
صفحه ۶



- یکشنبه
- ۱۷ مرداد ۱۴۰۰
- سال هفدهم / شماره ۸۱۴
- ۱۶ صفحه



مسئول کلینیک مرکز «تام»
شهرداری منطقه ۷ از آموزش‌ها
و امکانات این مرکز می‌گوید

برداشت سبزی و صیفی از مزرعه خانواده

صفحه ۸

گفت‌وگو با «مهدی قلی‌نسب»، هنرمندی که با آموزش موسیقی به زندانیان روحیه می‌دهد

با سازم زندگی می‌بخشم

زندانی یعنی قصه آدم‌هایی که پشت دیوارهای بلند، عقربه‌های تپیل ساعت را دنبال می‌کنند و چشم به گذر زمان دارند و شب‌های طولانی‌تر از روز را به هزار امید و آرزوی آزادی به صبح می‌رسانند. قصه زندان، قصه تلخ و غم‌انگیزی است، اما این قصه تلخ را «مهدی قلی‌نسب»، هنرمند آهنگساز هم‌محله‌ای ما، با ساز و نوایی که به زندانیان آموزش می‌دهد، کمی تغییر می‌دهد.

صفحه ۱۱

در آستانه روز خبرنگار، شهروندان خبرنگار قلب تهران از دغدغه‌ها و مسئولیت‌های اجتماعی‌شان و نقش نشریه محلی می‌گویند

راویان صدای مردم از دل کوچه پس‌کوچه‌های شهر

امروز ۱۷ مرداد، مصادف با سالروز شهادت «محمود صارمی»، خبرنگار خبرگزاری جمهوری اسلامی (ایرنا) در مزار شریف افغانستان، به همراه دیپلمات‌های ایرانی به دست طالبان است. تقریباً ۲۴ سال است که این روز به‌عنوان روز خبرنگار در میان رویدادهای تقویمی ثبت شده است.

صفحه ۱۲

۱۸۱۹

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

شرح در صفحه ۳

با تبلیغات در **علم**
درست به هدف بزنید



یادداشت
احمد مسجدجامعی
 عضو شورای اسلامی شهر

منطقه ۱۰؛ باغ‌های اناری که ساختمان شدند

منطقه ده از مناطقی است که در اراضی روستای تاریخی طرشت بنا شده است. در دوره پهلوی اول، با تخریب حصارهای شهر تهران، این اراضی و روستاها کم‌کم جزئی از تهران شدند و در زمان پهلوی دوم محله‌های منطقه ده تهران یکی پس از دیگری شکل گرفتند. سلسبیل نخستین محله‌ای بود که پدید آمد. دلیل آن هم نزدیک بودن این محله به پایتخت نسبت به دیگر اراضی منطقه ده بود. حدود حصار غربی شهر تهران در اواخر عهد قاجار و اوایل عصر پهلوی اول خیابان کارگر جنوبی بود. میان این حصار و اراضی منطقه ده، باغشاه قرار داشت. بنای اولیه باغشاه به روزگار فتحعلی شاه بازمی‌گردد و در زمان ناصرالدین شاه کوشک‌های عالی و بناهای زیبایی در آنجا ساختند. در زمان ناصرالدین شاه باغشاه محل مسابقات اسب‌دوانی بود و جمعیت زیادی برای دیدن این مسابقات می‌آمدند. این محوطه در عصر مشروطه و هنگام به توط بستن مجلس به فرمان ممدعلی‌شاه، محل استقرار او و نیروهایش بود و شماری از مشروطه‌خواهان را در همین باغ کشتند. در زمان رضا شاه به پادگان باغشاه تبدیل شد و پس از پیروزی انقلاب اسلامی، به پادگان تغییر نام داد. البته این پادگان امروزه در منطقه یازده تهران قرار دارد. امروزه منطقه دهدارای محله‌های متعددی چون محله جی، بریانک، هفت‌چنار، سلسبیل، کارون، هاشمی، و زنجان جنوبی است.

این منطقه که کوچک‌ترین منطقه پایتخت به‌شمار می‌آید و برخلاف وسعت اندکش، بافت مسکونی مازاکمی دارد، از شمال به خیابان آزادی، از شرق به بزرگراه شهید نواب صفوی، از غرب به خیابان شهیدان و از جنوب به خیابان قزوین محدود می‌شود. اراضی این منطقه را می‌توان در دو بخش شمالی و جنوبی بررسی کرد؛ بخش شمالی این منطقه، حد فاصل شمال خیابان کمیل تا خیابان آزادی، از گذشته‌های دور بخشی از اراضی روستای تاریخی طرشت بود. روستای طرشت در همانجایی قرار داشت که امروزه محله طرشت واقع شده است. در این زمین‌ها کشاورزی یا باغداری می‌شد. البته بخشی از اراضی هم بایر بود. طرشت در گذشته به «درشت» معروف بود و گفته می‌شود نام اصلی آن «دورزیست» بوده که معرب کلمه‌ای است فارسی. یاقوت حموی در سده هفتم در کتاب معجم البلدان می‌نویسد: «دورزیست به ضم دال و سکون ولو و را به اجتماع دو حرف ساکن و یاء فتح‌دار و سین ساکن و تاء دو نقطه‌دار در بالا، از دیه‌های ری است.» قدمت روستای دورزیست به بیش از هزار سال می‌رسد و در گذشته‌های دور به همراه روستای طهران و مهران از روستاهای شمالی شهر عظیم و باستانی ری بود. پس از یورش مغول، ری به ویرانه‌ای بدل شد و رفته‌رفته ده طهران رو به‌آبادی گذاشت و به شهر تبدیل شد. اطراف ری از حکومت آل بویه و حتی پیش از آن یکی از مراکز اصلی زندگی دوستداران اهل‌بیت(ع) و همچنین از مراکز مهم تحصیل علوم دینی در آن ایام بود. در زمان شاه طهماسب صفوی حصاری به دور تهران کشیدند و بر اهمیتش افزودند. با روی کار آمدن آغامحمدخان قاجار تهران رسماً پایتخت ایران شد.

ادامه را در صفحه ۱۵ بخوانید

آنتی‌ریک



افتتاح «خانه امداد» محله سیروس در منطقه ۱۲

بهره‌برداری از خانه امداد محله سیروس توسط کمیته امداد امام‌خمینی(ره) در مسجد خندق‌آباد واقع در ناحیه ۳ منطقه ۱۲ در مراسمی با حضور «علی آقامحمدی»، عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام و رئیس ستاد توانمندسازی محله‌ها کم‌پرخوردار آغاز شد. در این مراسم آقامحمدی از افتتاح گروهی خانه‌های شهر در سراسر کشور توسط ستاد توانمندسازی محله‌ها کم‌پرخوردار خبر داد و گفت: «کنون در آستانه فزای بزرگی از این طرح قرار گرفته‌ایم و آن هم پدید آمدن دلیل آن هم نزدیک داریم تا نیمه مرداد ۲۱۲ باب از این خانه‌ها توسط هلال‌احمر در سراسر کشور به‌طور هم‌زمان افتتاح شود و نیز ۲۰۱ خانه دیگر را هم کمیته امداد افتتاح کند. همچنین به فاصله یک یا دو روز بعد از این تاریخ ۲۰۰ خانه دیگر زیر نظر ستاد

اهدای تبلت به دانش‌آموز نخبه در منطقه ۷

رئیس اداره آموزش‌های شهروندی از اهدای تبلت به دانش‌آموز نخبه در ادامه طرح پویا مهریانی، در این منطقه خبر داد. «فائزه دولتی» گفت: «با توجه به اهمیت طرح کاپ و کم‌حجم‌سازی و تکنیک پسماند از مبدأ، اداره پسماند منطقه ۷ اقدام به اجرای طرح پویا مهریانی کرده است. در این طرح از محل درآمد حاصل از جمع‌آوری درهای بطری، برای دانش‌آموزان بی‌بضاعت تبلت و گوشی هوشمند خریداری می‌شود.» او در ادامه با بیان اینکه تا به حال چندین مرحله پویا مهریانی با همکاری اداره آموزش‌های شهروندی در راستای اجرا و تسویق شهروندان و حمایت از دانش‌آموزان نخبه و کم‌پرخوردار اجرا شده است، گفت: «در شرایطی که امسال به دلیل شیوع ویروس کرونا و غیرحضوری شدن آموزش، دانش‌آموزان نیازمند گوشی هوشمند و تبلت هستند، به مناسبت عید غدیرخرم در این طرح یک دستگاه تبلت به دانش‌آموز ممتاز کم‌بینا و حافظ قرآن کریم مدرسه خزانلی برای بهره‌مندی از آموزش‌های مجازی اهدا شد.»



ارتقای کیفیت زندگی در منطقه ۱۱

شهردار منطقه ۱۱ در حاشیه بررسی پروژه‌های عمرانی منطقه ۱۱ گفت: «با تکمیل این پروژه‌ها در محله‌های حشمت‌الدوله، انبار نفت، آگاهی، راه‌آهن، عباسی، هلال‌احمر، سلامت و پیروزی مخصوص کیفیت زندگی شهروندان در منطقه ارتقا خواهد یافت.» «نصرالله آبدیان» با اشاره به برنامه‌ریزی‌های انجام‌شده برای اجرای پروژه‌های عمرانی، خدماتی و ترافیکی در بخش مرکزی شهر تهران افزود: «جلوگیری از آلودگی‌های زیست‌محیطی، بهبود حمل‌ونقل پاک، کاهش ترافیک، ارتقای کمی و کیفی سلامت زندگی، حذف فضاهای بی‌دفاع شهری و احیای پهنه‌راه‌ها از دیگر مزایای اجرای این پروژه‌هاست.» شهردار منطقه ۱۱ ادامه داد: «ایجاد فضای بازی کودکان در بوستان رباط کریم، بهسازی معبر خیابان انبار نفت، بهسازی معبر حد فاصل خیابان کارگر تا خطیب، بهسازی معبر خیابان مولوی، حد فاصل ولی عصر(عج) تا میدان رازی، بهسازی محیطی خیابان شوش تا وحدت اسلامی، بهسازی معبر خیابان شوش، بهسازی معبر خیابان شهرداری، ایجاد هابیر پسماند در محله راه‌آهن، بهسازی معبر خیابان خادم شریف، محصور کردن پارک شهید حججی، در دست اقدام است.»

عملیات روکش آسفالت در مسیر اتوبوس‌های تندرو

عملیات تراش‌وروش آسفالت‌مکانیزه در مسیر اتوبوس‌های تند رو خیابان قزوین با هدف کاهش تصادفات و ارتقای ایمنی شهروندان اجرا شد. معاون فنی و عمران منطقه ۱۰ با اشاره به فرسودگی آسفالت معابر، عملیات مرمت و بهسازی معابر را الزامی دانست و افزود: «ارتقای سطح کیفی خدمات نگهداشت عمرانی در بهره‌مندی شهروندان از سیستم حمل‌ونقل عمومی شهری و جلب رضایت آنها بسیار مؤثر است. بر همین اساس، پس از پایش وضعیت روکش آسفالت معابر و خطوط بی‌آرتی، عملیات تراش و روکش آسفالت در مسیر اتوبوس‌های تندرو در دستور کار قرار گرفت.» «مهران ماندگار» با اشاره به اعتبار اختصاص داده‌شده برای این عملیات افزود: «سال گذشته این طرح با اعتباری بالغ بر ۵۰ میلیارد ریال در خیابان قزوین، حدفاصل سه‌راه آذری تا دوراهی قیان، با استفاده از ۲۲۰۰ تن آسفالت به متر از ۱۰ هزار و ۵۰۰ مترمربع به‌صورت فینیشری اجرا شد.» به گفته او، شب‌های گذشته نیز این اقدام حدفاصل دوراهی قیان تا مقابل امامزاده معصوم(ع) با استفاده از ۹۰۰ تن آسفالت پیلیمی انجام شد. همچنین برای تکمیل این عملیات با احتساب عملیات اجرایی ایستگاه اتوبوس‌رانی آذری، مجموعاً ۳۳۰۰ تن آسفالت در این پروژه استفاده شده است.



یادداشت

«ابراهیم وجدانی» مدیر روابط عمومی منطقه ۶ شهرداری تهران نقش رسانه‌های مینیاتوری در توسعه محلی



ارتباطات کهن‌ترین میراث بشر است و از بدو خلقت انسان با او همراه شده و با رشد فکری و رفتاری‌اش سیر تکاملی به خود گرفته است. ارتباطات همانند کلیدی، قفل درهای بسته را در عرصه‌های مختلف گشود و ابزاری برای انتقال اندیشه‌ها، آداب، فرهنگ، تمدن، عقاید و تعاملات اجتماعی در سراسر گیتی شد تا به امروز که با مقوله ابررسانه‌ها مواجه‌ایم. این پدیده مولود میراث ارتباطات گذشتگان است و در طول تکامل زیستی انسان، همچون لویبای سحرآمیز چنان رشد کردند، سر از ابرها درآوردند و از دیگر دستاوردهای بشری پیشی گرفتند.

اما ماهیت ابررسانه‌ها بعلیدن رسانه‌های خرد و محلی است و سایه بزرگشان، نقش حیاتی آنان را کم‌رنگ کرده است. رسانه‌های محلی یا به تعبیری رسانه‌های مینیاتوری همچون مویرگ‌های بدن با تک‌تک سلول‌ها در تعاملند و با انتقال دوسویه عوامل حیاتی، در بقای انسان در محل زیست خود، نقش کلیدی و مهم را ایفا می‌کنند. رسانه‌های مینیاتوری در عصر ارتباطات، چشم، گوش و زبان مردم در مقیاس حکمرانی محلی و تریبونی برای انعکاس نیازها، چالش‌ها، نقاط ضعف، قوت و موفقیت‌های شهری و محلی هستند. اکنون توسعه محله‌ها نیاز به شکل‌گیری شبکه ارتباطی مویرگی و محله‌ای دارد و رسانه‌های خرد محلی جایگاه ویژه‌ای در این مقوله پیدا کرده‌اند. هر اندازه تعامل حکمرانی محلی با ساکنان محله و به مفهوم دقیق‌تر شهروندان، دوسویه و فعال باشد، سرعت توسعه محلی بیشتر و آثار آن چشمگیرتر خواهد بود. حلقه واسط این دو، رسانه‌های مینیاتوری هستند تا از طریق تکنیک‌ها، ابزار و تخصص انحصاری خود زمینه ارتباط بین مدیریت شهر را با مردم در مقیاس محله فراهم کنند. در این بین، ابررسانه‌ها فقط وظیفه و رسالتی که دارند این است که از طریق رسانه‌های خرد و محلی به کشف بسترها و زمینه‌های رشد و توسعه محله‌ها بپردازند و با تمرکز و انتقال مویرگی داده‌ها، زمینه‌ساز توسعه پایدار کلانشهرها و در نهایت توسعه ملی باشند.

۳۰

نفر از کودکان‌کار منطقه ۱۰ در اردوی یک روزه علمی-تفریحی ویژه کودکان‌کار به همت خیران مرکز پرتو شرکت کردند و در این برنامه ۳۰ بسته فرهنگی دریافت کردند.

۱۰

کیلومتر مسیر پیاده‌رو و دوچرخه در منطقه ۷ در ماه‌های گذشته ساخته شد.

۱۲۲

مجمع مسکونی دو شهرک نظامی، راسته‌های تجاری، کاسبان و تمامی محله‌های مسکونی در منطقه ۱۱ آموزش‌های تفکیک از مبدأ را گذراندند.



آخر ویژه

بازگشت شهروندان و اهالی به بوستان هرندی

شهردار منطقه ۱۲ در مورد حصار کشی در اطراف پارک شوش توضیحاتی داد و گفت: «پارک شوش به باقوت معنادار و موادفروشان تبدیل شده بود و با اتکا به تجربه موفق بوستان زندگی، پارک شوش حصار کشی شد و تا ساعت ۲۴ نیز میزبان مردم خواهد بود.» «علی‌محمد سعادتی»، شهردار منطقه، درباره حصار‌کنسی در اطراف بوستان شوش گفت: «پارک شوش به باقوت معنادار و موادفروشان تبدیل شده بود، به‌طوری‌که وقتی رسانه‌ها می‌خواستند در مورد وضعیت اعتیاد گزارش تهیه کنند، تصاویر این بوستان را منتشر می‌کردند و اهالی محله شوش نیز رغبتی برای حضور در این بوستان نداشتند.» او افزود: «از سال ۹۶ و بعد از تجربه موفق احیای بوستان زندگی در محله هرنندی و برگرداندن این پارک به مردم و خانواده‌ها، تصمیم گرفته شد که این نگاه را نیز با تکمیل زیرساخت‌ها به پارک شوش داشته باشیم.» شهردار قلب طهران با اشاره به این مطلب که پارک شوش دیگر مانند گذشته بی‌حساب و کتاب نیست و از پلیس خواسته شده که از این پارک محافظت کند و نگهبانی برای آن در نظر گرفته شده، ادامه داد: «برخی حواشی در مورد بی‌نامه‌شدن افراد بی‌خانمان که در این پارک، شب را به صبح می‌رساندند، درست نیست.» به گفته سعادتی، دو گرمخانه مخصوص زنان و مردان در اطراف پارک شوش فعال است و خدمات ارائه می‌کنند. به این ترتیب، افراد بی‌خانمان می‌توانند برای استراحت به این گرمخانه‌ها مراجعه کنند.

www.Rahnama.com		niazmandiha.official	
<p>تلفن دفاتر قبول آگهی</p> <p>تلفن دفاتر قبول آگهی</p> <p>دفتر مرکزی پذیرش ۸۸۳۱۱۹۱۹</p>		<p>شرق</p> <p>افسریه ۳۳۸۰۸۰۶۹ بلوار پروین ۷۷۲۹۸۳۵۱ پیروزی ۳۳۷۹۳۰۲۳۳ تهرانپارس ۷۷۸۸۸۷۷۷ تهران نو ۷۷۹۰۲۶۴۶ حکمیبه ۷۷۳۰۷۸۳۰ خاوران ۳۳۸۳۹۶۰۲ سه راه افسریه ۳۳۸۰۸۸۸۴ رسالت ۲۲۵۳۲۴۴۷ فرجام ۷۷۲۰۷۹۳۹ قنات کوثر ۷۷۳۷۱۷۰۰ مجیدیه ۲۲۵۰۱۸۷۹ میدان امام حسین ۷۷۵۰۰۵۵۸۳ نارمک ۷۷۹۴۴۴۲۷ نبرد ۳۳۶۹۶۰۶۰ نظام آباد ۷۷۸۴۴۰۱۴ نیروی هوایی ۷۷۹۸۰۹۷۰</p> <p>جنوب</p> <p>امیریه ۵۵۳۷۵۰۴۱ خراسان ۳۳۵۴۲۱۸۶ خزانه بخارایی ۵۵۰۵۵۰۱۰ دولت آباد ۳۳۷۶۷۵۱۶ سه راه آذری ۵۵۷۳۳۴۳۵ شوش ۵۵۰۵۰۴۲۴ شهری ۵۵۹۵۱۲۶۹ عدیل آباد ۵۵۸۶۳۲۶۲ کارگر جنوبی ۵۵۶۵۱۰۲۴ مولوی ۵۵۸۱۷۶۰۸ مهرآباد ۶۶۲۸۷۶۱۹ نازی آباد ۵۵۰۷۹۶۰۰ وحدت اسلامی ۵۵۸۱۵۵۰۲ یافت آباد ۶۶۶۲۱۹۰۱ بهشت زهرا ۰۹۳۰۱۱۰۱۸۱۹</p>	
<p>شمال</p> <p>آرژانتین ۸۸۷۵۳۴۰۱ آفریقا ۲۴۰۳۴۴۴۱ اقدسیه ۲۲۲۹۸۲۶۱ اندرزگو ۲۲۲۰۹۵۷۱ پارک ملت ۲۲۰۴۷۹۳۱</p> <p>مرکز</p> <p>امین حضور ۳۳۵۰۳۵۲۵ انقلاب ۶۶۴۹۷۲۸۰ بازار ۵۵۶۰۴۹۵۵ بهارستان ۳۳۱۱۶۶۵۶ جمهوری ۶۶۴۰۱۴۷۹ حافظ ۶۶۷۰۱۸۱۷ سعدی ۳۳۷۹۳۷۹۹ سمیه ۸۸۳۲۳۳۷۸</p> <p>حومه تهران</p> <p>اسلامشهر ۵۶۱۴۹۴۰۰ جاده‌مخصوصکرج ۴۴۱۹۵۰۰۰ دماوند ۷۶۳۴۰۳۴۴ رباط کریم ۵۶۳۸۴۴۴</p> <p>شهر پرند ۵۶۷۹۱۴۷۳ شهر پردیس ۷۶۳۳۵۶۰۴ شهر قدس ۶۶۸۵۷۱۲۳ شهریار ۶۵۲۶۶۳۷۶</p> <p>پارک وی ۲۲۰۲۰۴۵۰ پاسداران ۲۲۸۵۱۱۰۰ تجریش ۲۲۲۱۸۸۱۲ دولت ۲۲۶۱۴۴۴۳ شریعتی شمال ۲۲۸۵۲۶۰۰</p> <p>عزکز</p> <p>فاطمی ۸۸۷۴۳۹۹۰ فردوسی (۱) ۶۶۷۱۱۷۱۷ فردوسی (۲) ۲۲۲۱۳۴۸۴ لاله زار نو ۶۶۷۰۱۴۱۵ میدان سپاه ۷۷۵۲۶۰۴۴ میدان ولیعصر ۸۸۹۶۳۳۸۵ هفت تیر ۸۸۸۴۴۰۶۵ یوسف آباد ۸۸۰۶۳۷۵۴</p> <p>حومه تهران</p> <p>کرج ۰۲۶۳۲۲۳۰۴۳ گلشهر ۰۲۶۳۳۹۸۷۵۰۰ لوسانات ۲۶۵۵۱۴۹۰ ورامین ۳۶۶۷۸۵۴۵</p>		<p>شمال</p> <p>آرژانتین ۸۸۷۵۳۴۰۱ آفریقا ۲۴۰۳۴۴۴۱ اقدسیه ۲۲۲۹۸۲۶۱ اندرزگو ۲۲۲۰۹۵۷۱ پارک ملت ۲۲۰۴۷۹۳۱</p> <p>مرکز</p> <p>امین حضور ۳۳۵۰۳۵۲۵ انقلاب ۶۶۴۹۷۲۸۰ بازار ۵۵۶۰۴۹۵۵ بهارستان ۳۳۱۱۶۶۵۶ جمهوری ۶۶۴۰۱۴۷۹ حافظ ۶۶۷۰۱۸۱۷ سعدی ۳۳۷۹۳۷۹۹ سمیه ۸۸۳۲۳۳۷۸</p> <p>حومه تهران</p> <p>اسلامشهر ۵۶۱۴۹۴۰۰ جاده‌مخصوصکرج ۴۴۱۹۵۰۰۰ دماوند ۷۶۳۴۰۳۴۴ رباط کریم ۵۶۳۸۴۴۴</p> <p>شهر پرند ۵۶۷۹۱۴۷۳ شهر پردیس ۷۶۳۳۵۶۰۴ شهر قدس ۶۶۸۵۷۱۲۳ شهریار ۶۵۲۶۶۳۷۶</p> <p>پارک وی ۲۲۰۲۰۴۵۰ پاسداران ۲۲۸۵۱۱۰۰ تجریش ۲۲۲۱۸۸۱۲ دولت ۲۲۶۱۴۴۴۳ شریعتی شمال ۲۲۸۵۲۶۰۰</p> <p>عزکز</p> <p>فاطمی ۸۸۷۴۳۹۹۰ فردوسی (۱) ۶۶۷۱۱۷۱۷ فردوسی (۲) ۲۲۲۱۳۴۸۴ لاله زار نو ۶۶۷۰۱۴۱۵ میدان سپاه ۷۷۵۲۶۰۴۴ میدان ولیعصر ۸۸۹۶۳۳۸۵ هفت تیر ۸۸۸۴۴۰۶۵ یوسف آباد ۸۸۰۶۳۷۵۴</p> <p>حومه تهران</p> <p>کرج ۰۲۶۳۲۲۳۰۴۳ گلشهر ۰۲۶۳۳۹۸۷۵۰۰ لوسانات ۲۶۵۵۱۴۹۰ ورامین ۳۶۶۷۸۵۴۵</p>	
<p>آرادی ۶۶۸۶۹۶۶۴ آیت ... کاشانی ۴۴۰۷۴۰۳۳ بلوار فردوس ۴۴۰۵۱۳۱۷ پونک ۴۴۴۳۵۷۲۷ توحید ۶۶۹۴۰۵۳۳ تهرانسر ۴۴۵۶۱۳۳۸ دهکده المپیک ۴۴۱۴۶۶۳۳ جلال آل احمد ۸۸۲۶۵۵۵۳ جنت آباد ۴۴۴۷۷۱۲ ستارخان ۴۴۲۱۶۶۸۹ سعادت آباد ۸۸۶۹۶۰۱۰ شهران ۴۴۳۳۵۹۶۶ شهرک اکباتان ۴۴۶۶۵۹۶۹ شهرک غرب ۸۸۳۷۲۹۷۱ صادقیه ۴۴۰۷۹۰۰۵ فرحزاد ۲۲۰۶۱۸۷۷ فلکه اول شهران ۴۴۳۳۵۹۶۵ فلکه دوم صادقیه ۴۴۰۷۹۰۰۶ میدان المپیک ۴۴۱۴۶۶۳۰ نواب ۶۶۴۳۰۹۰۳ هاشمی ۶۶۳۷۲۹۱۵</p> <p>دفاتر بازاریابی نیازمندی‌ها</p> <p>اشرافی اصفهانی ۴۴۰۰۶۵۶۹ اندیشه ۸۸۵۰۵۰۱۱ جهان آرا ۸۸۰۵۷۳۶۰ چهارراه قصر ۶۶۱۱۷۷۵۳۶ چهارراه ولیعصر ۸۸۰۰۰۸۸۳ سه‌روزی جنوبی ۸۸۹۳۳۷۰۰ کریه‌خان ۴۴۰۰۶۱۴۲ مرزداران ۸۸۸۰۶۰۹۱ معلم ۸۸۴۵۰۸۰۵</p>		<p>تلفن پذیرش آگهی ۱۸۱۹</p> <p>شبانه روزی</p>	

کانکس تفکیک

زباله نداریم

با وجود اینکه سال‌های زیادی از اجرای طرح تفکیک از مبدأ زباله‌های شهری در تهران می‌گذرد و آموزش‌های لازم دربار‌ه‌ اجرای هرچه بهتر این طرح از سوی‌سرا‌های محلّه و شورایی‌ری به مردم محلّه ارائه شده، متأسفانه نبود کانکس تفکیک زباله در دل محلّه باعث شده تا این طرح با کیفیت مناسب در محلّه اجرا نشود. این در حالی است که مردم به مشارکت در اجرای این طرح تمایل دارند، اما نمی‌دانند زباله‌های تفکیکی را باید به یکی از ساکنان این محلّه، می‌گویند: «این مشکل در نبود فضای مناسب برای استقرار کانکس در محلّه خودش را نشان داده و باعث شده تا امروز با این کمبود دست و پنجه نرم کنیم. ریزنی‌های زیادی با شهرداری ناحیه و منطقه در این مورد صورت گرفته و همواره از سوی مسئولان شهری هم نبود فضای شهری مناسب برای انجام این کار مطرح شده. امیدواریم در سال جدید و با چاره‌اندیشی شهرداری ناحیه هرچه زودتر شاهد حل ایسن مشکل باشیم».

املاک باقی‌مانده در

طرح عقب‌نشینی‌ها

«براهیم مستوفی»، یکی دیگر از اهالی محلّه، می‌گوید: «یکی از مشکلات محلّه امیریه که در راستای اجرای طرح نوسازی بافت قدیمی به یادگار مانده است، باقی ماندن پلاک‌هایی است که بنا به دلایلی از قافله اجرای طرح عقب‌نشینی املاک جا مانده‌اند. دلیل عمده این مسئله هم ناتوانی مالک در اجرای طرح نوسازی به واسطه کوچک بودن مساحت خانه است. این مشکل باعث شده تا اجرای طرح نوسازی بافت محلّه برسد. یکی از این اهداف اصلاح سیمای شهری محلّه است به‌طوری‌که ماندگاری املاک کوچک در میانه کوچه‌هایی مانند کوچه افشار باعث شده تا سیمای ناخوشایندی در محلّه ایجاد شود. در صحبت با مالکان مشخص شده که آنها حاضر به همکاری با شهرداری و تعویض ملک خود برای تبدیل به فضای سبز یا هر بنس‌تر فاهی و تفریحی در محلّه هستند، اما چون وسعت این ملک‌ها کم است شهرداری هم رغبتی به انجام این بده‌بستان ندارد».

ساکنان محلّه امیریه

از مشکلاتشان می‌گویند

فقر سرانه‌ها در محلّه

امیرنشینان طهران

فاطمه عسگری‌نیا

یکی از قدیمی‌ترین محلّه‌های منطقه ۱۱ محلّه امیریه است. محلّه‌ای که در گذشته یکی از بزرگ‌ترین تفرجگاه‌های مردم بود و محل اسکان اعیان و اشراف شهر. شاید به خاطر همین است که نامش را امیریه گذاشتند. گرچه در گذشته وسعت باغ‌هایش از ۷۰۰ هزارمترمربع می‌گذشت، اما این روزها مردمش در حسرت سرانه فضای سبزی هستند که تحققش زیر سایه ساختمان‌های عریض و طویل محلّه، به آرزوی محال تبدیل شده است. البته تنها افزایش سرانه فضای سبز نیست که آرزوی این روزهای مردم محلّه امیریه است. دست روی هر سرانه و خواسته بحتی از سوی مردم بگذاریم، کمبودش در این محلّه احساس می‌شود. در گشت کوتاهی که بین کوچه‌پس‌کوچه‌های این محلّه زدیم، مردم دل پردردی داشتند و با اشاره به مشکلات پیش رویشان خواستار رفع آنها از سوی مسئولان شهری شدند. در این گزارش به بخشی از این مشکلات و پاسخ مسئولان درباره آنها پرداخته‌ایم. ▶



پاسخ مسئول

در انتظار تأمین اعتبار برای خرید غرفه و تجهیز آن

ما گرچه در دل محلّه امیریه غرفه بازیافت نداریم، اما غرفه‌ای که در مرز میان محلّه امیریه و فروریش وجود دارد در واقع به اهالی هر دو منطقه ارائه خدمت ارائه می‌کند. هر چند قبول داریم دسترسی به این غرفه برای تمامی اهالی محل سهل و ساده نیست و با توجه به این مسئله تلاش کرده‌ایم طی ریزنی‌های صورت گرفته و معرفی چند مکان که متعلق به شهرداری منطقه است، مکاتباتی را با سازمان بازیافت انجام دهیم و پیش‌بینی می‌کنیم این غرفه در ماه‌های ابتدایی سال آینده در قلب محلّه مستقر شود. ناگفته نماند که حل این مشکل مستلزم تأمین اعتبارات لازم برای خرید غرفه و تجهیز آن به امکاناتی از قبیل تجهیزات و نیروی انسانی مورد نیاز است. امیدواریم این بخش نیز به سرعت انجام و زمینه استقرار غرفه بازیافت در محلّه هرچه سریع‌تر فراهم شود.

اعتبار داریم، زمین نداریم

محلّه امیریه یکی از محلّه‌هایی است که شهرداری در آن با فسر سرانه‌های فضای سبز، فرهنگی، اجتماعی و ورزشی روبه‌روست. از طرفی، با توجه به ساخت‌وسازهای بسیار در محلّه و نبود فضای کافی برای ایجاد این سرانه‌ها نمی‌توان گامی مثبت در راستای حل این مشکل برداشت. کمبود زمین در این محلّه باعث شده، حتی با وجود اعتبارات، نتوانیم اقدام به ایجاد سرانه‌ها کنیم. شهرداری برای تملک املاک بالای ۵۰۰مترمربعی در محلّه اعلام آمادگی کرده تا با خرید آنها سرانه‌های مورد نیاز را ارتقا دهد، اما تاکنون پاسخی از سوی مردم محلّه دریافت نکرده‌ایم.

«لاله قیاسی»، شهردار ناحیه ۳ منطقه ۱۲

وقایع‌نگاران تاریخی نخستین کسانی بودند که کار درج و نگارش اخبار روزانه را انجام می‌دادند. اگر مکاتب تاریخ‌نگاری را بررسی کنیم، خواهیم دید که سه‌گونه اصلی تاریخ‌نگاری داریم. وقایع‌نگاری، کهن‌ترین شیوه از روش‌های تاریخ‌نگاری بوده است. در گذشته، وقایع‌نگاران افرادی بودند که کارشان درج اخبار تاریخی بود؛ کسانی که اتفاقات روزمره را می‌نوشتند و اغلب آنها هم کسانی بودند که در دربار شاهان مستقر می‌شدند و اطلاعات سیاسی و اخبار روز حکومت‌ها را ثبت می‌کردند. «پیمان سمندری» با بیان این مطلب ادامه می‌دهد:

«رانه اخبار تاریخی از سوی مورخان به روش تاریخ تحلیلی و اغلب اینها هم مربوط به دوران جدید و قرون معاصر است.» از بزرگان حوزه وقایع‌نگاری می‌توان به ابوالفضل بیهقی و خواجه رشیدالدین فضل‌الله همدانی و مانند اینها اشاره کرد و سایر افرادی که اغلب در دربارها فعالیت داشتند و دیده‌ها و شنیده‌هایشان از وضعیت سیاسی، اجتماعی و دیپلماسی‌های پادشاهان را ثبت می‌کردند.

قاجارها و تاریخ‌نگاران پایتخت

با نشستن قاجاریان بر مسند قدرت و انتخاب تهران به پایتختی، شیوه سنتی تاریخ‌نگاری که همان وقایع‌نگاری بود تداوم یافت، اما اندک‌اندک اوضاع متفاوت شد. به‌واسطه سفرهای پادشاهان و نمایندگان دولتی و دانشجویان ایرانی به کشورهای اروپایی و باز شدن پای افراد خارجی به تهران، حال و هوای ایران هم متحول می‌شد. اروپا روزبه‌روز در حال تغییر و دگرگونی بود و ایرانیان در پی این سفرها با دیدن پیشرفت و نوگرایی غرب حیرت‌زده و واله می‌شدند. ایران برای همپایی با اروپا نیاز به تغییر و تحول بنیادی داشت. سمندری در این باره می‌گوید: «تاریخ‌نگاری به شیوه وقایع‌نگارانه و سنتی در ایران تا دوره مشروطه همچنان ادامه داشت. در این دوران، چهره‌هایی شناخته‌شده‌تر مانند «محمدصادق وقایع‌نگار مروزی» نویسنده کتاب تاریخ جهان‌آرا و «محمدحسن بدایع‌نگار اورجانی» مؤلف کتاب تاریخ فتحعلی‌شاه قاجار و نیز «میرزا فتح‌الله خاوری» نگارنده کتاب تاریخ ذوالقرنین از جمله افرادی بودند که در دوره فتحعلی‌شاه کار نگارش وقایع تاریخی را انجام می‌دادند».

به گفته این پژوهشگر، می‌توان از این تاریخ‌نگاران به‌عنوان نخستین خبرنگاران پایتخت نام برد که کار روزنامه‌نگاری یا به زبآن آن دوران، نگارش روزنامه را انجام می‌دادند و اصطلاحی که امروز برای روزنامه برگزیده شده است در واقع واژه‌ای تاریخی و دیرپاست. از شاخص‌ترین آثار وقایع‌نگاری که از این عنوان بهره‌برده‌اند، روزنامه خاطرات ناصرالدین‌شاه قاجار است که امروزه به‌عنوان یکی از منابع مهم تاریخی قاجار به شمار می‌رود».

نخستین روزنامه‌های ایرانی

کاغذ اخبار، نخستین روزنامه ایرانی است که به همت «میرزا صالح شیرازی» منتشر شد. میرزا صالح جزو دومین گروه کوچک چهار یا پنج‌نفره‌ای بود که در دوران زمامداری فتحعلی‌شاه به همت عباس میرزا، ولی‌عهد قجری، برای تحصیل به اروپا رفت و همانجا با روزنامه و فعالیت‌های روزنامه‌نگاری آشنا‌تر شد. پیمان سمندری با اشاره به این موضوع افزود: «میرزا صالح در بازگشت از دیار فرنگستان به سرزمین مادری، روزنامه کاغذ اخبار را منتشر می‌کند که در حال حاضر فقط چند نمونه و برگ از آن در موزه‌ها نگهداری می‌شود و از آن اطلاعات زیادی در دسترس نیست».

روزنامه «دولت علیه ایران» یا همان «وقایع اتفاقیه» هم از نخستین روزنامه‌های پایتخت بود که‌بانی انتشار آن میرزا تقی‌خان امیرکبیر بود؛ روزنامه‌ای که در آن اخبار حکومتی منتشر می‌شد و از آنها به‌عنوان نخستین روزنامه رسمی و دولتی می‌توان یاد کرد. سمندری درباره صفحات و بخش‌های روزنامه‌ها چنین توضیح می‌دهد: «در روزنامه‌های اولیه، گروه



پیمان سمندری پژوهشگر تاریخ و فرهنگ ایران



نخستین خبرنگاران زن تهرانی
دوران مشروطه سرآغاز تغییرات فرهنگی و اجتماعی فراوانی در جامعه ایرانی بود؛ در این دوران بسیاری از دیدگاه‌های فرهنگی به یکباره دست‌خوش دگرگونی شد و یکی از دستاوردهای کم‌فروغ آن، شکسته شدن فضای مردانه سیاست و جامعه بود. حضور زنان در جامعه بعد از مشروطه و در مشاغل فرهنگی کم‌کم پا می‌گرفت. یکی از این زنان «زمین‌السلطنه» لقب داشت که خود از خانواده وابستگان دربار بود و می‌توان از او به‌عنوان نخستین زن خبرنگار تهرانی دوران قاجار نام برد. «سمندری» در این‌باره می‌گوید: «مریم عمید» دختر «میرسید رضی رئیس‌الاطباء» معروف به «زمین‌السلطنه» در سال ۱۲۹۲ قمری به‌عنوان نخستین خبرنگار، نشریه «شکوفه» را منتشر می‌کند. این نشریه چندان دنباله‌دار و ماندگار نبود. نخستین نشریه‌ای که به‌صورت متداوم و هفتگی انتشار یافت و مسئولیت انتشار آن با یک بانو بود، روزنامه «دانش» است که به سردبیری خانم دکتر کحال منتشر می‌شد».

آزادی مطبوعات و انجمن‌ها

اما در حوزه خبرنگاری و شکل‌گیری نشریات تهران قدیم، برای فعالیت برخی اعضای انجمن‌ها باید جایگاهی ویژه در نظر گرفت؛ از دل همین انجمن‌ها، خبرنگارانی نامدار و تأثیرگذار به سرزمین مطبوعات معرفی شدند. این خبرنگاران، به تعبیری، با هدف اشاعه رویکرد انجمن‌ها فعالیت‌هایشان از سر گرفتند و به نوعی موضوع آزادی مطبوعات برآیند همین انجمن‌ها بود. «پیمان سمندری» در این‌باره می‌گوید: «انجمن تعارف تهران و انجمن گلستان نخستین انجمن‌ها در تهران بودند که در زمینه فعالیت‌های روزنامه‌نگاری هم فعالیت داشتند».

روزنامه‌های پس از مشروطیت

مشروطیت در ایران، دوران تنوع و تحولات روزنامه بود. در این دوران روزنامه‌های زیادی شکل گرفتند. روزنامه‌های مجلس، ندای وطن، حبل‌المتین تهران، صبح صادق و صور اسرافیل از جمله این روزنامه‌ها بودند. این پژوهشگر می‌گوید: «وقتی میرزا جهانگیرخان شش‌بازی به همراهی قاسم‌خان تبریزی روزنامه «صوراسرافیل» را منتشر می‌کند، فردی دیگر نیز آنها را در این راه همراهی می‌کند و آن شخص که بعدها با ایجاد اساس لنت‌نامه‌اش، تأثیر بزرگ و بسزای در فرهنگ ایران گذاشت علی‌اکبرخان قزوینی یا همان «دهخدا» بود. دهخدا را افزون بر دانش و گستردگی فعالیت‌ها، شاید بتوان به‌عنوان یکی از نخستین روزنامه‌نگاران دانست که در شهر تهران‌زاده شده‌اند. او که در سال ۱۲۵۷ خورشیدی در تهران متولد شد به سبب قلم شیوا، تحلیل‌های سیاسی و نگارش مقاله‌های تأثیرگذار و آگاه‌بخشش، به‌عنوان یکی از برجسته‌ترین روزنامه‌نگاران تهرانی و مهم‌ترین شخصیت‌های ادبی، فرهنگی و سیاسی تاریخ معاصر ایران شناخته می‌شود.» در روزنامه‌نگاران شناخته‌شده روزنامه نوپهار، احمد تدین با مجله ادبی ارمان، وحید نسیم دستگردی و بسیاری افراد جز اینها اشاره کرد که در تهران فعالیت می‌کردند، هر چند ابتدای کارشان را از شهرهایی دیگر آغاز کرده بودند.

شهر ری و یادگار آن تاریخ روزنامه‌نگاری

یکی از جاب توجه‌ترین جاذبه‌های پایتخت که شاید به تعبیری موزه‌ای برای تاریخ روزنامه‌نگاری تهران باشد، آرامستان‌های مشهور تهران مانند آرامستان ابن‌بابویه و امامزاده عبدالله(ع) در شهری است که همواره مورد توجه کسانی بوده‌اند که برای ملاقات با این مشاهیر حوزه خبرنگاری و روزنامه‌نویسی بر مزار ایشان حاضر می‌شوند.

نگاهی به تاریخچه شکل‌گیری روزنامه‌ها و حرفه خبرنگاری در تهران قدیم

نخستین راویان اخبار

بهاره خسروی

◀ **وقایع‌نگاری، به‌عنوان یکی از دیرینه‌ترین و سنتی‌ترین روش‌های تاریخ‌نگاری، در دربار پادشاهان ایرانی نیز رایج داشته است. در واقع مورخان با ثبت شرح اتفاقات روز و کارهای درباریان و پادشاهان، نخستین راویان اخبار بودند تا اینکه به فراخور زمان و با تغییر سبک زندگی و تحول زندگی بشر و توسعه رسانه‌های جمعی، کم‌کم کار این وقایع‌نگاران عنوان خبرنگاری به خود گرفت. امروز، به مناسبت ۱۷ مردادماه و روز خبرنگار، سری به صفحات تاریخ و حال و هوای راویان خبر و روزنامه‌های اولیه تهران، این کهنه پایتخت ایرانی، می‌زنیم. اگر علاقه‌مند به سفر در تاریخ و نوستالژی‌های آن هستید، خواندن این گزارش به روایت «پیمان سمندری»، پژوهشگر تاریخ و فرهنگ ایران، خالی از لطف نیست. ▶**

خبررسانی و مقاله‌نویس آن‌گونه که امروز می‌شناسیم وجود نداشت و معمولاً فرد صاحب امتیاز و یا سردبیر به همراه دو – سه نفر دیگر، بخش اصلی مقالات و اخبار را آماده و یا ترجمه می‌کردند و بیشتر کارها توسط همین افراد انجام می‌شد».

روزنامه‌های آزاد و خانوادگی

در تهران دوره مشروطه در حدود ۶۵ روزنامه و مجله انتشار می‌یافت که این تعداد با نشریات سایر شهرها که در آنها در بهترین حالت زیر ۱۰ عنوان روزنامه تولید و منتشر می‌شد قابل مقایسه نبود. اما به‌تدریج دوران روزنامه‌هایی می‌رسید که توسط ارکان حاکمیت انتشار نمی‌افتند و به‌عنوان روزنامه‌ها آزاد شناخته می‌شدند؛ وظایف اطلاع‌رسانی اینها فقط به وقایع و اتفاقات دولتی اختصاص نداشت و در آن بخش‌های متنوع و گوناگون وجود داشت و ضمن درج حسن کاشانی و شیخ یحیی کاشانی منتشر می‌کرد.

گ

میرزا صالح در

بازگشت از دیار

فرنگستان به

سرزمین مادری،

روزنامه کاغذ

اخبار را منتشر

می‌کند که در

حال حاضر فقط

چند نمونه و برگ

از آن در موزه‌ها

نگهداری می‌شود

مسئول کلینیک مرکز «تام»
شهرداری منطقه ۷
از آموزش‌ها و امکانات این مرکز
می‌گوید

برداشت سبزی و صیفی از مزرعه خانواده

شقایق عرفی نژاد

خیلی از ما در خانه دلخوشی‌های کوچکی داریم به شکل گیاه یا گل یا هر آنچه سبز است. مراقب گل‌هایمان هستیم و شاید به باغچه کوچک حیاطمان دل بسته‌ایم. اما این گیاهان را گاه مثل هر موجود زنده دیگری بیماری یا خطری تهدید می‌کند. اینجاست که باید مرجعی به کمکمان بیاید و مرکز تحقیقات، آموزش و مشاوره گل و گیاه منطقه ۷ دقیقاً همان مرجع است. مرکز تحقیقات، آموزش و مشاوره فضای سبز (تام) در منطقه ۷ به شما کمک می‌کند درباره گیاهان بیشتر بدانید، مشکل گیاهتان را حل کنید و حتی یک مزرعه کوچک داشته باشید که در آن سبزی و صیفی بکارید. این مرکز با ۳ کلینیک گل و گیاه سال‌هاست که فعال است و خدمات مختلفی به شهروندان می‌دهد. «آیندا ابدالی» مسئول کلینیک مرکز تام شهرداری منطقه ۷ در باغ هورفر درباره این کلینیک و مرکز آموزش توضیحات بیشتری می‌دهد.

«در مرکز تحقیقات گل و گیاه چه کاری انجام می‌دهید؟»

در این مرکز، بیشتر سعی می‌کنیم آموزش و توسعه فضای سبز را در منطقه دنبال کنیم.

«این آموزش‌ها شامل چه مواردی است؟»

دوره‌های متنوعی برای شهروندان داریم از جمله آموزش گیاهان دارویی، انواع منوش، نگهداشت گیاهان آپارتمانی، فضای سبز و همین‌طور ایجاد باغ‌های سبز. با توجه به اینکه سرنسبانه فضای سبز منطقه ۷ کم است، سعی کردیم فرهنگ نگهداری از گل و گیاه در آپارتمان و پشت‌بام‌ها را بیشتر جا بیندازیم تا میزان فضای سبز منطقه را افزایش دهیم. ما آموزش‌هایی هم در زمینه قلمه گیاهان آپارتمانی، کشت زعفران و کشت قارچ داریم. در همین باغ هورفر یک سوله پرورش قارچ داریم و همین‌طور سایت تولید کاکتوس را راه‌اندازی کردیم که تا پیش از کرونا شهروندان خودشان در آن به تولید و قلمه کاکتوس مشغول بودند. در مورد زعفران هم به هر شهروندی که مایل بود یک پاکس برای کاشت این گیاه اختصاص داده می‌شد که زعفران می‌کاشت و خودش هم محصولش را برداشت می‌کرد.

«در این مرکز مزرعه هم دارید. درست است؟»

بله. ما ۳ مزرعه خانوادگی داریم که سبزی‌کاری در آنها صورت می‌گیرد. این مزرعه کرت‌بندی شده و هر خانوار بخشی از زمین را در اختیار می‌گیرد و بدون هیچ هزینه‌ای بسز دریاقت می‌کند و سبزی‌های مختلفی می‌کارد. کارشناسان ما در این مزرعه‌ها حضور دارند و کاشت انواع سبزی را به خانواده‌ها آموزش می‌دهند و به آنها کمک می‌کنند تا محصول خودشان را داشته باشند. ضمن اینکه آموزش می‌دهند که در منزل هم بتوانند برای خودشان سبزی بکارند. این کار کمک می‌کند تا توجه به اینکه در مزرعه‌های بیرون از قفلاط با فلزات سنگین برای آبیاری زمین و سبزی‌ها استفاده می‌شود، خانواده‌ها سبزی‌های سالم‌تری در خانه در اختیار داشته باشند.

«با هر شرایطی می‌شود در خانه سبزی کاشت؟»

در سال‌های اخیر سعی شده خیلی علمی‌تر کار شود. دیارتمان‌های این مرکز هم بیشتر شده‌اند. در حال حاضر ۶ دیارتمان در کلینیک گل و گیاه داریم. اما باز هم همکاری شهروندان را نیاز داریم. اینکه شهروندان به گل و گیاه علاقه نشان دهند و فرهنگ نگهداری از آنها را ترویج دهند خیلی خوب است. به‌خصوص الان که کرونا درگیریم و چارهای نداریم چیز اینکه مدت بیشتری در خانه بمانیم، سر و کار داشتن با گل و گیاهان تا حدودی حالمان را بهتر می‌کند. متوجه شده‌ام که در منطقه ما هم شهروندان این کار را می‌کنند و بسیاری از آنان در خانه گیاه پرورش می‌دهند.



عکس‌ها: گل آفرین مصوری

بله. به‌راحتی و با کمی آموزش می‌توان در بالکن یا در داخل خانه سبزی و صیفی کاشت.

«درباره اورژانس گیاهی مرکز برایمان بگویید. این اورژانس چه می‌کند؟»

این اورژانس زمانی کار می‌کند که شهروندی با ما تماس می‌گیرد و اعلام می‌کند که گیاهی در خانه دارد که در حال از بین رفتن است و علائم تکروز و پژمردگی نشان می‌دهد که معاینش این است بقی گیاه به خطر افتاده و گیاه در حال از بین رفتن است. اگر چنین علائمی به ما گزارش شود، اورژانس و گیاه‌پزشک ما به شهروند مشاوره می‌دهد که چه کمکی می‌تواند به گیاهش کند. اگر هم گیاه بزرگ باشد یا در حیاط قرار گرفته باشد، کارشناسان ما در قالب اورژانس به منزل شهروندان می‌روند تا گیاه را تیمار کنند.

«این مرکز در طول سال‌های فعالیتش تغییراتی هم کرده است؟»

در سال‌های اخیر سعی شده خیلی علمی‌تر کار شود. دیارتمان‌های این مرکز هم بیشتر شده‌اند. در حال حاضر ۶ دیارتمان در کلینیک گل و گیاه داریم. اما باز هم همکاری شهروندان را نیاز داریم. اینکه شهروندان به گل و گیاه علاقه نشان دهند و فرهنگ نگهداری از آنها را ترویج دهند خیلی خوب است. به‌خصوص الان که کرونا درگیریم و چارهای نداریم چیز اینکه مدت بیشتری در خانه بمانیم، سر و کار داشتن با گل و گیاهان تا حدودی حالمان را بهتر می‌کند. متوجه شده‌ام که در منطقه ما هم شهروندان این کار را می‌کنند و بسیاری از آنان در خانه گیاه پرورش می‌دهند.



از دورهمی دوستانه تا برداشت سبزی ارگانیک

منخواستند در باغ هورفر به خانم‌ها ورزش بدهم. من هم استقبال کردم و الان سال‌هاست که این کار را می‌کنم. در همین باغ هم با کلینیک و مزرعه آشنا شدم و در یک قسمت از زمین همراه خانم‌های دیگر شروع به کشت سبزی و میوه کردیم و در روزهای درختکاری هم از شهرداری نهال گرفتیم و کاشتیم.»



او از روزهای ورزش و صبحانه و آبیاری زمین هم در این باغ می‌گوید و اینکه دورهمی کوچک هفتگی‌شان را دوست دارد.

کلینیک گل و گیاه منطقه ۷ که بخشی از مرکز تحقیقات گل و گیاه است، سال‌هاست فعالیت می‌کند. در باغ هورفر اهالی محل تکه زمینی در اختیار گرفته‌اند که می‌توانند در آن سبزی و صیفی کشت کنند و برای مصرف خانگی برداشت کنند. در این روزها که خوراک سالم می‌تواند نقش زیادی در ایمنی بدن در برابر کرونا داشته باشد، کشت سبزی به این شکل بسیار مفید است. به این مزرعه خانوادگی سری زدیم.

در گوشه‌ای از تهران، میان هیاهو و شلوغی، مزرع‌ای کوچک سبزی شده است. هر تکه‌اش سبزی است و زنای برای ساعتی فارغ از هر غم و بحرانی که هست، در فضای باز مزرعه کلینیک گل و گیاه باغ هورفر کنار هم نشست‌اند و به مزرعه‌شان رسیدگی می‌کنند. آنها مدت‌هاست این تکه زمین را در اختیار گرفته‌اند و آموزش دیده‌اند تا برای خودشان سبزی‌های مختلف بکارند و برداشت کنند. دورهمی‌شان سبزی است، با چای که گاه‌گاه نوشیده می‌شود و حرف و حرف.

«مهمین عمرانی» یکی از آنهاست. او دبیر ورزش دبیرستان بوده و حالا ۲ سال است در کلینیک گل و گیاه باغ هورفر زمین برای کشت دارد. آشنایی‌اش با این پارک و مزرعه‌های کوچک جالب است: «مدت‌ها پیش در یکی از جایان‌های محله آرامنه آگهی‌ای دیدم که مربوط به سرای محله بود و از کسانی که مایل به مشارکت و همکاری با این‌سرا بودند، دعوت می‌کرد. به آنجا رفتم و بعد از مدتی از

گفت‌وگو با معاون خدمات شهری شهردار منطقه ۷ پایش فضای سبز منطقه از مرکز «تام»

کلینیک گل و گیاه و مرکز تام توسط معاونت خدمات شهری منطقه ۷ راه‌اندازی شده و زیر نظر این واحد کار می‌کند. مرکز تام در باغ هورفر ۳ شعبه دارد. یک شعبه آن در باغ هورفر، یک شعبه در پارک صباغی و یک شعبه هم در بوستان آزادگان قرار دارد. اما شعبه اصلی و مرکزی در بوستان هورفر است که خدمات آموزشی و گیاه‌پزشکی و همین‌طور فضای سبز و باغبانی را به رایگان در اختیار شهروندان قرار می‌دهد.

«شادی مالکی» معاون خدمات شهری منطقه ۷، مخاطبان مرکز تام را به ۳ دسته تقسیم می‌کند: «یک گروه شهروندانی هستند که به‌صورت ثابت با این مرکز در ارتباطند و مراجعه می‌کنند و در دوره‌های رایگان مرکز شرکت دارند. گروه دیگر مخاطبان مستقیم این مرکز نیستند. مسئولان مرکز تام باسراهای محله ارتباط برقرار می‌کنند و کلاس‌هایی را در این‌سراها برای شهروندان برگزار می‌کنند. یکی دیگر از گروه‌هایی که در مرکز تام آموزش می‌بینند، دانش‌آموزان هستند. ما با مدارس و مهدکودک‌ها در ارتباط هستیم و می‌توانیم در درس‌های زیست و علوم به دانش‌آموزان و مدارس کمک کنیم. به این ترتیب که آزمایشگاه‌های مرکز را برای انجام آزمایش‌ها در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌دهیم و آنها بعضی واحدهای درسی‌شان را در این آزمایشگاه‌ها می‌گذرانند.» گروه بعدی مخاطبان که اهمیت زیادی هم برای مرکز تام دارند، دانشجویان هستند. دانشجویانی از دانشگاه‌های مختلف برای تحقیقات پایان‌نامه‌شان به این مرکز مراجعه می‌کنند و امکانات دریافت می‌کنند. اما این کار یک پیش شرط دارد و آن اینکه این تحقیقات و پایان‌نامه‌ها کاملاً باید مطابق با فضای سبز باشند: «ما در فضای سبز و باغبانی مشکلاتی در شهر داریم. این پایان‌نامه‌ها باید درباره این دست موضوعات باشند و این مشکلات را بررسی کنند و راه‌حل ارائه دهند.»

ارتباط با شهروندان

ارتباط مرکز با شهروندان فقط به مراجعه آنان به مرکز محدود نمی‌شود. کارشناسان مرکز تام هم کاملاً رایگان به منزل شهروندانی که تمایل دارند، مراجعه می‌کنند تا به مشکلات گیاه‌پزشکی آنها رسیدگی کنند. مالکی می‌گوید از تمام فعالیت‌های این مرکز و کلینیک گل و گیاه، آموزش‌های شهروندی و به‌خصوص عملیات باغبانی استقبال فراوان شده است. بعد از آن هم فعالیت‌های دانش‌آموزی قرار دارد که البته به دلیل کرونا کم‌رنگ شده‌اند.



شادی مالکی
معاون خدمات شهری
منطقه ۷

تورهای علمی-تفریحی

پیش از کووید، مرکز تام تورهای علمی و تفریحی هم برگزار می‌کرده است که استقبال خوبی هم از آنها می‌شده است: «تورهایی برای بازدید از باغ گیاه‌شناسی، گلخانه‌های بزرگ و بوستان‌های فرامانطقه‌ای توسط مرکز تام برگزار می‌شد. از شهروندان دعوت می‌کردیم تا دوره‌های آموزشی ما را در محله‌هایی که تنوع گونه‌ای گیاهی در آنها زیاد بود، بگذرانند.»

پایش فضای سبز منطقه

یکی از کارکردهای مرکز تام که حتماً اهمیت زیادی برای فضای سبز دارد، بررسی مشکلات فضای سبز و درختان منطقه است: «کارشناسان مرکز را پایش می‌کنند و آفات و بیماری‌ها و مشکلات گیاه‌پزشکی بودند، به ناظران فضای سبز اطلاع می‌دهند و اگر نیاز به سم‌پاشی، آب‌شویی و آبیاری می‌شود و عملیات باغبانی باشد، برای آن فضا تجویز می‌شود و بعد این کارشناسان دوباره از محل بازدید می‌کنند تا این کار انجام شده باشد.» مالکی کار را حتی فراتر از این می‌داند و می‌گوید: «به کلینیک گیاه‌پزشکی اطلاع شده که ضامن حفظ سلامت درختان در منطقه هستید. بنابراین، باید بازدیدهای مستمر داشته باشیم و بر آبیاری‌های سیستمی و آب‌شویی‌ها هم نظارت کنید. این کارشناس موظفند برنامه‌های زمان‌بندی آبیاری درختان را از پیمانکار دریافت کنند و در اینجا آن مشارکت داشته باشند. مالکی بر این باور است که: «اگر شهروندان با فضای سبز ارتباط برقرار کنند و یک باغچه کوچک بردارند، تمام شهر از اکسیژن این گیاهان استفاده می‌کند. این فضای سبزی‌ها خیلی ظرفیت نیتروژن برای بالا بردن سرنسبانه فضای سبز منطقه است. ما این فضاها را برای اینکه می‌توانند در فضای این کتابخانه برای خواندن کتاب استفاده کنند، کتاب‌های تخصصی گیاه‌شناسی هم در اختیار آنهاست. مالکی توضیح می‌دهد این روزها به دلیل شیوع کرونا استفاده از این کتابخانه با رعایت کامل دستورالعمل‌های بهداشتی امکان‌پذیر است.»

کتابخانه‌ای با کتاب‌های تخصصی گیاه‌شناسی

مرکز تام منطقه ۷ در بوستان هورفر کتابخانه تخصصی مجهزی هم دارد. شهروندان علاوه بر این‌که می‌توانند در فضای این کتابخانه برای خواندن کتاب استفاده کنند، کتاب‌های تخصصی گیاه‌شناسی هم در اختیار آنهاست. مالکی توضیح می‌دهد این روزها به دلیل شیوع کرونا استفاده از این کتابخانه با رعایت کامل دستورالعمل‌های بهداشتی امکان‌پذیر است.

ارتباط با مراکز دانش‌بنیان

معاون خدمات شهری منطقه توضیح می‌دهد کلینیک گل و گیاه و مرکز تام با سازمان‌های مردمنهاد و مراکز دانش‌بنیان هم در ارتباط است: «مرکز تام از تحقیقاتی که توسط این مراکز انجام می‌دهد و کسانی را هم استخدام کرده است.»

کمک به کارآفرینی

مالکی آموزش‌های مرکز تام را در کارآفرینی برای سایرین هم می‌داند، چراکه باعث می‌شوند اشخاص برای خود شغل ایجاد کنند و برای دیگران هم کار بیافرینند: «شهروندی‌هاست که دوره‌های کمپوست را در مرکز تحقیقات گذرانند. او این روزها کار تولید کمپوست و گیاهان دارویی را انجام می‌دهد و کسانی را هم استخدام کرده است.»



توصیه‌های تغذیه‌ای
برای مقابله با گرما و
پیشگیری از گرم‌زدگی

گرما را قورت نده!

بهاره خسروی

این روزها «کوبید» و مصائب حاصل از آن تقریباً همه امراض شایع، فصلی و... را تحت‌الشعاع خود قرار داده و اسم و رسم گونه‌های جهش‌یافته کروناست که در خیرها صدرنشین است. در این میان، اما نباید از سایر بیماری‌ها، به‌ویژه بیماری‌های شایع فصلی، غافل بود. در این ایام گرم سال که تابستان به نیمه رسیده، گرم‌زدگی یکی از عارضه‌های شایعی است که افراد زیادی ناخواسته درگیر آن می‌شوند و تشابه بعضی از نشانه‌های این بیماری با کوبید، ۱۹ در وهله نخست شاید حتی باعث ترس و اضطراب فرد گرم‌زده و اطرافیان او شود. برای آشنایی با نشانه‌های گرم‌زدگی و راهکارهای پیشگیری از آن، با «آرزو چراغی»، کارشناس واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت جنوب دانشگاه علوم پزشکی تهران، گفت‌وگو کردیم.



آرزو چراغی
کارشناس واحد بهبود تغذیه

با گرم شدن هوا و افزایش دمای محیط، سوخت‌وساز بدن بیشتر می‌شود و در ادامه مقدار زیادی آب، املاح و ویتامین از بدن دفع و این وضع باعث به هم خوردن تعادل الکترولیت‌های بدن می‌شود. اگر به هر دلیلی بدن نتواند تعادل دمایی را در زیر ۴۰ درجه سانتیگراد حفظ کند، فرد گرم‌زده می‌شود.

علائم گرم‌زدگی

گرم‌زدگی یکی از بیماری‌های شایع فصل تابستان است که در صورت ادامه یافتن و بی‌توجهی در زمینه پیشگیری و درمان، حتی منجر به به کم‌رقتن و مرگ هم می‌شود. سالمندان و کودکان - حجم آب در بدن کودکان تقریباً دو برابر بزرگسالان است و کم‌آبی به‌شدت آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. از گروه‌های سنی حساس و ضربه‌پذیر در مقابل این بیماری هستند، ضعف، خستگی، قرمزی پوست، گرم و خشک شدن پوست، نبض تند، تنفس سریع، سردرد، خستگی لب، تهوع و از دست دادن هشیاری از نخستین نشانه‌های بروز گرم‌زدگی است. در صورت مشاهده چنین نشانه‌هایی باید در اسرع وقت برای درمان و پیشگیری از خطرات جبران‌ناپذیر آن حتماً به پزشک مراجعه کنید.

انواع گرم‌زدگی

گرم‌زدگی در میان افراد به سه شکل خفیف، متوسط و شدید شایع است و برای کمک به این افراد باید به روش‌های ذیل اقدام کرد: **گرم‌زدگی خفیف:** در این حالت علائم گرم‌زدگی به‌شدت کم بروز می‌کند. برای رفع این حالت کافی است فرد گرم‌زده را به مکانی خنک منتقل کنید و به او مایعات بدهید تا دمای بدنش کاهش پیدا کند. **گرم‌زدگی متوسط:** این نوع گرم‌زدگی با بی‌حالی همراه است. برای خارج کردن فرد گرم‌زده از این حالت باید پاهای او را بالاتر از سطح بدن قرار دهید. لباس‌های پیمار درآورید و با حوله خیس او را خنک کنید. دوش گرفتن با آب نسبتاً خنک یا استفاده از پارچه نمناک روی صورت و بدن این فرد در بهبود حال بیمار مؤثر است. **گرم‌زدگی شدید:** در این حالت دمای بدن به‌شدت بالا می‌رود. در اسرع وقت با اورژانس تماس بگیرید و تا زمانی که اورژانس برسد لباس‌های فرد گرم‌زده را در بیاورید و دست و پاهای فرد را ماساژ دهید تا خون‌رسانی به درستی انجام شود.

نایدهای گرم‌زدگی

اما شاید برای بسیاری این سؤال پیش بیاید که به فرد گرم‌زده چطور می‌توان امدادرسانی کرد تا سلامتی‌اش حفظ شود و از صدمات زاینهار گرم‌زدگی در امان بماند. فرد گرم‌زده اشتهائی زیادی برای خوردن آب سرد و یخ دارد، اما باید آب و مایعات را به‌صورت جرعه‌جرعه صرف کند تا دچار تحریک و درد معده نشود. خوردن مایعات شیرین و کافئین‌دار، مانند چای و قهوه، ممنوع است. چای جایگزین چندان مناسبی برای آب نیست، چراکه کافئین موجود در این نوشیدنی مدر است و باعث دفع آب و الکترولیت‌ها می‌شود. در صورت استفاده، حتماً چای کم‌رنگ بنوشید. از مصرف غذاهای پرچرب و نوشیدنی خیلی سرد و یخ پرهیز شود. نوشیدن نوشابه گازدار و انرژی‌زا ممنوع است.

دمنوش‌های تابستانی



زهرا اسحاقی
کارشناس مرکز مشاوره و فضای سبز منطقه ۱

مصرف دم‌کرده گیاهان یکی از عادات‌های غذایی ما ایرانی‌ها از گذشته تا امروز است. این روزها هم که در گرم‌ترین روزهای سال قرار گرفته‌ایم، مصرف بعضی از این دمنوش‌ها به‌صورت سرد و با استفاده از چند تکه یخ راهکار خوبی برای پیشگیری از گرم‌زدگی است و حتی به افزایش ایمنی بدن در مقابل سایر بیماری‌ها کمک می‌کند. در این بخش، «زهرا اسحاقی»، کارشناس مرکز مشاوره و فضای سبز منطقه ۱۰، چند دمنوش دلچسب و خنک تابستانی را معرفی می‌کند.



نعناع و نعناع‌فللی
نعناع یکی از نخستین گزینه‌ها برای دمنوش‌های تابستانی است. دمنوش نعناع‌فللی با نعناع به همراه چند تکه یخ یک نوشیدنی خنک‌کننده و نشاط‌انگیز برای هوای گرم تابستان است. مصرف دمنوش نعناع به‌صورت گرم نیز درمانی خانگی و مؤثر برای سرماخوردگی‌ها و گلودردهای فصل تابستان به شمار می‌رود. نعناع همچنین باعث بهبود نفخ شکم، تهوع و سوءهاضمه می‌شود و نوشیدن یک فنجان دمنوش نعناع پس از غذاهای سنگین به هضم غذا کمک می‌کند.



بادرنجبویه
بادرنجبویه آرامش‌بخش، مفرح و نشاط‌آور است و عطر و طعمی شبیه لیمو دارد. دمنوش بادرنبویه برای کاهش تنش‌های عصبی و تسکین سردرد مناسب است. نوشیدن این دمنوش برای سرماخوردگی و تب نیز بسیار مفید و مؤثر است.



اسطوخودوس
بسیاری از گل‌های تابستانی گزینه‌های مناسبی برای دمنوش گیاهی هستند. دمنوش اسطوخودوس یک نوشیدنی آرامش‌بخش است و به خواب آرام شبانه شما کمک می‌کند. همچنین برای رفع استرس، تنش و سردرد نیز توصیه می‌شود. دمنوش برگ‌های تازه یا خشک‌شده اسطوخودوس به تنهایی یا در ترکیب با گل‌های دیگر، مثل گل سرخ، یک نوشیدنی عالی و گوارا برای روزهای گرم تابستان است.



بابونه
بابونه یکی دیگر از گیاهان محبوب تابستانی است. دمنوش بابونه آرامش‌بخش و تسکین‌دهنده اعصاب است و به کاهش استرس و تنش و خوابی آرام و عمیق کمک می‌کند. بابونه برای تسکین ناراحتی‌های معده استفاده می‌شود و برای درمان اسهال یا سوءهاضمه بسیار مفید است. دمنوش بابونه یک نوشیدنی خانگی برای تابستان و به‌ویژه سفرهای تابستانی است. این دمنوش به درمان اسهال و ناراحتی‌های گوارشی ناشی از سفر کمک می‌کند و حتی برای کاهش کولیک در نوزادان و اسهال در کودکان نیز استفاده می‌شود.



چای ترش
چای ترش یک انتخاب هوشمندانه برای فصل گرما است. این چای با بالا بردن میزان تعریق، دمای بدن را کاهش می‌دهد و موجب خنک شدن بدن می‌شود. در طب سنتی از چای ترش برای تصفیه خون استفاده می‌شود، زیرا بر خلاف چای سیاه که موجب دفع آهن از بدن می‌شود، چای ترش سرشار از آهن است و در سلامت خون تأثیرگذار. به همین دلیل، نوشیدن این چای برای افرادی که به کم‌خونی دچارند توصیه می‌شود. چای ترش منبع غنی ویتامین ث است و باعث تقویت سیستم ایمنی بدن به‌ویژه در برابر سرماخوردگی می‌شود.



امید به زندگی در میان زندانیان

مهدی حالا با تشکیل تیم‌های مختلف هنری روح تازه‌ای به زندان مرکزی بخشیده است، از گروه خوشنویسان و هنرمندان به نتائر گرفته تا گروه نوازندگان؛ «استعدادهای هنری زیادی در زندان وجود دارد، حتی خود زندانی‌ها هم از این استعدادها در وجودشان بی‌خبر بودند. از وقتی این گروه‌های هنری در زندان شکل گرفته، امید به زندگی در میان آنها موج می‌زند و من از این بابت بسیار خرسندم، چون موفق شدم روی دیگر زندگی را به این افراد نشان دهم.» هنرمند هم‌محلای مدلی مهربان دارد، اما با دل مهربان نه می‌توانست بدهی هیچ بدهکاری را پرداخت کند، نه از جرم هیچ مجرمی بگاهد: «وقتی دیدم در توانم نیست در بخش مالی به هم‌نوعانم کمک کنم، تصمیم گرفتم روح غبار گرفته آنها را میقل دهم و این معجزه‌ساز بود.»

گفت‌وگو با «مهدی قلی‌نسب»، هنرمندی که با آموزش موسیقی به زندانیان روحیه می‌دهد

با سازم زندگی می‌بخشم

فاطمه عسگری نیا

زندان یعنی قصه آدم‌هایی که پشت دیوارهای بلند، عقربه‌های تنبیل ساعت را دنبال می‌کنند و چشم به گذر زمان دارند و

شبه‌های طولانی‌تر از روز را به هزار امید و آرزوی آزادی به صبح می‌رسانند. قصه زندان، قصه تلخ و غم‌انگیزی است، اما این قصه تلخ را «مهدی قلی‌نسب»، هنرمند آهنگساز هم‌محلای ما،



درست است که گفت‌وگو‌ها می‌با او در چله تابستان اتفاق افتاد، اما او خودش متولد شب چله است و ساکن خیابان پاستور، کسی که از همان کودکی عشق و علاقه‌اش خلاصه می‌شد در به دست گرفتن ابزارآلات موسیقی و برای اینکه در این مسیر قدم بردارد و به هدفش برسد، هجده سال مخفیانه، دور از چشم پدر و مادر، ساز می‌زد: «تا دوم دبیرستان نه اهل درس و مشق بودم، نه مسنونان مدرسه و محله از دستم آسایش داشتند. تا سال دوم دبیرستان که دیگر سنگ‌تمام گذاشتم و سه ترم مشروط شدم. آن سال‌ها سبک آموزش طوری بود که باید در دوره دبیرستان یک سال را درس می‌خواندیم و بعد انتخاب رشته می‌کردیم؛ این یک سال را من دو سال طول دادم.»

سازی که برادرم خرید

تقریباً ۹ساله بود که با ابزارآلات موسیقی آشنا شد، آن هم به واسطه‌سازی که برادرش خرید: «ارزوه‌های من همه از کارهای نیمه‌تمام برادرم جوانه زد. برادرم در

کفایشی کار می‌کرد. یک روز که از مولوی به سمت بازارچه سید اسماعیل می‌رفت، فرد معتادی را می‌بیند که سنتوری را برای فروش در بساط کهنه‌اش گذاشته است. آن روز برادرم آن سنتور را می‌خرد و به خانه می‌آورد تا این سنتور کهنه زهار دررفته بشود نقطه شروع کار من در عرصه موسیقی. سنتور را که خرید اصلاً با آن کار نکرد، به قولی افتاد زیر دست من. من هم باینکه اصلاً بلد نبودم با سنتور چطور کار کنم، تمرین را شروع کردم. هر از گاهی مضرب‌های سنتور می‌شکست. من هم که پول درست کردنشان را نداشتم، می‌رفتم بهارستان و پشت شیشه مغازه‌هایی که ابزار موسیقی داشتند می‌ایستادم و به دقت به نحوه کار استادان نگاه می‌کردم. هم نواختن سنتور را این‌جوری یاد گرفتم هم میزان کردن خرک‌ها را. بعد از آن برادرش یک تنبک خرید، یازده جلسه هم با دوستش تمرین کرد، اما در نهایت همان رفتاری را در پیش گرفت که با سنتور کرده بود: «من هم از خدا خواسته، از آنجا که تمام یازده جلسه را پشت در اتاق به آموزش‌های مربی گوش داده بودم تا تنبک به دستم رسید شروع به نواختن کردم؛ نواختن ما همان و شروع مخالفت‌های خانواده همان.»

حمایت مسئولان مدرسه

خانواده مهدی خیلی به موسیقی علاقه نداشتند اما معرکه‌گیری‌های او با نواختن روی میزهای مدرسه عاقبت کار دستش داد و باعث شد خانواده از راز او با خبر شوند: «وقتی مادرم به مدرسه آمد و در جریان قرار گرفت، سفره دلش را برای مسئولان مدرسه باز کرد و از علاقه‌ام به موسیقی گفت. این گلایه همان عوض شدن مسیر زندگی من در سایه حمایت مسئولان مدرسه همان.» از همان تاریخ بود که‌ساز زند و او از خوانی‌ام آزاد شد.»

نخستین کار داوطلبانه با کودکان استثنایی

بزرگ‌تر که می‌شود نخستین کار داوطلبانه‌اش را با کودکان استثنایی آغاز می‌کند و برخلاف آنچه همه فکر می‌کنند، گروهی از این بچه‌ها را دست‌به‌ساز



در دنیای نویسندگی
عشق و علاقه قلی‌نسب به موسیقی آنقدر زیاد است که بخش عمده‌ای از وقت او صرف فعالیت در این زمینه می‌شود. چاپ کتاب‌هایی در این حوزه نیز مصداق این سخن است: «عاشقانه‌های من حاوی مجموعه ترانه‌هایم است و دو کتاب «امان خوب من» و «بابای خوب من» را در وصف پدر و مادرم نوشته‌ام. علاوه بر این: در کتاب «صدروز، صدراز» نوشیدم اشعارم را به سبک چهار رنگ که سبک ابتدایی خودم است، جمع‌آوری و منتشر کنیم.» او در سال ۱۴۰۰ نیز سه کتاب دیگر در دست تهیه دارد: «عراقانه‌های من، جاودانه‌های من و اندیشه‌های من سه کتابی است که آن‌شاه‌الله تا پایان سال ۱۴۰۰ تکمیلشان می‌کنم و به چاپ خواهیم رساند.» مهدی قلی‌نسب را این روزها همه به نام مهدی هونام می‌شناسند. نامی هنری که او برای خود برگزیده و امیدوار است.



می‌کند. بعد به گمان اینکه کانون اصلاح و تربیت هم مانند همه کانون‌های فرهنگی - آموزشی است، راهی این مرکز می‌شود، اما بعدها متوجه تفاوت زمین تا آسمانی این دو با هم می‌شود. ۲۳ساله بود که پایش به کانون اصلاح و تربیت باز شد. «اینجا هم سختی‌های خاص خودش را داشت. با بچه‌هایی روبه‌رو بودم که مشکلات روحی و روانی و شخصیتی داشتند. تنها چیزی که به من کمک کرد، درک این واقعیت بود که این بچه‌ها تشنه محبتند. من هم همین رویه را در پیش گرفتم تا جایی که بودن در گروه موسیقی و وقت‌گذرانی در آن آرزوی همه بچه‌ها شده است. چنین بود که ظرف کمتر از دو هفته تمرین با بچه‌ها، موفق شدیم رتبه نخست کشور را در جشنواره سرود کسب کنیم.»

در جمع بچه‌های کانون اصلاح و تربیت

چهارده سال گذشته را در جمع کودکان و نوجوانان کانون اصلاح و تربیت تهران بود و حالا سه سال می‌شود که به زندان مرکزی رفته است. خودش می‌گوید هجرت کرد از دنیای دیگر. درست است این روزها مسئول هنری مجتمع نامتگاه تهران است، اما قصد و منظورش از فعالیت در این بخش نشان دادن روی دیگر زندگی به زندانی‌ها بوده است: «من در کانون اصلاح و تربیت تجربه خوبی از آموزش موسیقی دارم. بچه‌هایی که روزی اهل جنگ و دعوا بودند، حالا دست به‌ساز شده‌اند و زندگی سالم و آبرومندی را برای خود رقم زده‌اند.» از دنیای متفاوت کار در کانون اصلاح و تربیت و زندان مرکزی برایمان می‌گوید: «در کانون با گروهی کودک و نوجوان روبه‌رو بودم، فضا کمی شادتر و امکانات بیشتر بود، اما در زندان مرکزی با گروهی از افراد متمم به جرائم مختلف روبه‌رو هستم. خیلی‌ها ایشان امید به بهبودی زندگی‌شان نداده، اما مطمئنم با دمیدن روح موسیقی به روحشان می‌توانم مسیر زندگی آنها را تغییر دهم.»



در آستانه روز خبرنگار، شهروندان خبرنگار قلب تهران از دغدغه‌ها و مسئولیت‌های اجتماعی‌شان و نقش نشریه محلی می‌گویند

راویان صدای مردم از دل کوچه‌پسکوبه‌های شهر

بهاره خسروی

امروز ۱۷ مرداد، مصادف با سالروز شهادت «محمود صامی»، خبرنگار جمهوری اسلامی در مزار شریف افغانستان، به همراه دیپلمات‌های ایرانی به دست طالبان است. تقریباً ۲۴ سال است که این روز به‌عنوان روز خبرنگار در میان رویدادهای تقویمی ثبت شده است. هرچند این روزها با گسترش رسانه‌های ارتباط جمعی و به‌مدد پیشرفت علم و تکنولوژی و گوشی‌های چندمنظوره همراه، هر شهروند یک خبرنگار و یا به اصطلاح یک رسانه است و برای انتقال اخبار و رساندن پیام و مخابره هر اتفاقی از دورترین گوشه دنیا می‌تواند با جمع‌گیری در کمترین زمان ممکن ارتباط برقرار و مخاطب جذب کند. به‌مناسبت روز خبرنگار، با این پرسش که از تجربه‌های شهروندخبرنگاری‌شان بگویند و به‌عنوان یک شهروندخبرنگار، دغدغه‌ها و مسئولیت‌های اجتماعی‌شان برای انعکاس اخبار و سوژه‌های محلی چیست و نقش نشریه‌های محلی در توسعه محله‌ها، سراغ شهروندخبرنگاران پهنه مرکزی رفتیم که با معرفی سوژه‌های مختلف در این سال‌ها باعث و پانی شناسایی ظرفیت‌ها، توانایی‌ها و مشکلات محله‌شان در نشریه همشهری محله بودند.



«ربابه عمادی» از اهالی خیابان حسینیه در محله سلیمانی دعای خیر همسایه‌ها

زیرساخت‌های شهری و امکانات مورد نیاز زندگی در شهرها یکی از نیازهای اصلی بسیاری از شهروندان، اهالی و همسایه‌های ما محسوب می‌شود؛ ملزوماتی که زندگی روزمره مردم با آنها گره خورده و از آنها با عنوان پروژه‌های خردمقیاس یاد می‌شود. برای مثال، نصب پله‌های مکانیزه در پل عابریاده خیابان قزوین که منطقه ۱۰ را به ۱۷ متصل می‌کند، یکی از مهم‌ترین درخواست‌های اهالی محله سلیمانی در چند سال اخیر است. دلیل آن هم تسهیل دسترسی اهالی به درمانگاه خاندان حکیم از این مسیر است. بیشتر همسایه‌های ما که سالمند هستند، برای رفت‌وآمد در این محدوده دچار مشکلند و بارها در دیدارهای مردمی شهردار یا ارتباط با رسانه‌ها، این درخواست مطرح شده است. همچنین نظافت و بهداشت محله و لایروبی نهرها از مسائلی بوده است که برای پیگیری‌شان نیاز به خبررسانی بوده است. مهم‌ترین انگیزه برای پیشگام شدن در مسیر خبررسانی با هدف طرح کاستی‌ها و درخواست‌های اهالی محله و ساماندهی آنها، رساندن صدای همسایه‌ها و دوستان به گوش مسئولان است. همه ما در یک محله زندگی می‌کنیم و سوار بر یک کشتی هستیم و قرار نیست به نیازها و خواسته‌های یکدیگر بی‌تفاوت باشیم. همین که همسایه‌ها می‌دانند یک نفر صدا و گوش شنوای درددل آنها شده و برای طرح بدیهی‌ترین نیازهای زندگی شهروندی آنها در رسانه‌های عمومی‌ها، حتی دلگرم می‌شوم. دعای خیرشان مرا در این مسیر همراهی می‌کند.



«زهرا اشتهاردی» و «جعفر پژمان» زوج ساکن خیابان شهید سبحانی ارتقای کیفیت زندگی

رسانه‌ها نقش مهمی در فرهنگ‌سازی برای ارتقای کیفیت زندگی شهروندی دارند. به‌عنوان یک شهروند، مسئول هستیم تا برای بهبود زندگی از طریق رسانه، چه حضوری و چه غیرحضوری، فعال باشیم و قدمی برداریم. مهم‌ترین نیاز زندگی شهروندی امروز افزایش اطلاعات و آگاهی و آموزش است. آموزش در حوزه بازیافت، زندگی پارتیمان‌نشینی، مصرف بهینه آب و برق، حفظ محیط‌زیست و در این میان چه رسانه‌های بهتر از یک نشریه محلی می‌تواند در اختیار داشت. وقتی که چند همسایه موفق در حوزه کاهش تولید زباله داریم، یک سالمند موفق در حوزه ورزش داریم یا دنیال یک پیام آموزشی، کمک به یک همسایه نیازمند و کارهای خیر هستیم، با معرفی این چهره‌ها در همشهری محله می‌توانیم علاوه بر جلب اعتماد عمومی، افرادی بیشتری را به همراهی در این مسیر دعوت کنیم. وقتی همسایه ما عکسش را در روزنامه کنار دیگران به‌عنوان یک شهروند حافظ محیط‌زیست می‌بیند، ناخودآگاه برای ادامه این کار و تبلیغ در میان اعضای خانواده و دوستان تشویق می‌شود تا اطرافیش هم دغدغه مسئولیت‌های اجتماعی را درک کند و در این زمینه باری از دوش دیگران و حتی متولیان فرهنگی بردارند. به این ترتیب، چنین حرکتی ثمربخشی زنجیروار ادامه پیدا می‌کند.



«سید رسول امینی»، نویسنده، از اهالی خیابان رودکی زشت و زیبای محله زشت و ویتربین

رسانه‌ها، به‌ویژه نشریات محلی، ویتربین زشت و زیبای محله‌ها هستند. با معرفی ویژگی‌ها، ظرفیت‌های محلی و چهره‌های شاخص و اماکن تاریخی از یادرفته، قبل از هر چیز باعث آشنایی اهالی با داشته‌های محله‌شان می‌شویم، اهالی خواهند دانست که زمانی در همسایگی آنها چه چهره‌های نامدار و اثرگذار زندگی می‌کرده‌اند و می‌کنند. از طریق انعکاس سابقه و تاریخ محله با هویت و فرهنگ و رسم‌های متنوعی که در محله‌شان زمانی باب بوده آشنا می‌شوند. در واقع، نشریه محلی بهترین ابزار برای محفوظ نگه داشتن فرهنگ و هویت تاریخی یک محله و انتقال آن به آیندگان است. بخش دیگر ماجرا هم انعکاس مشکلات و نیازهای محلی است؛ نیازهایی که مردم در شرایط عادی شاید توانایی یا قدرت بیان و انتقال آن را به مسئولان نداشته باشند. وقتی زشتی‌ها و نیازهای یک محله در رسانه منتشر می‌شود، حتی اگر کاری برای حل آن انجام نشود، صدای درخواست‌های اهالی و نیاز به تغییرات لازم در محله به گوش مسئولان می‌رسد. اگر در میان همه نیازها و مشکلات مطرح‌شده، حتی گره از یک نیاز هم باز شود، یعنی قدمی برداشته شده است. برای رسیدن به این خواسته مهم، کسی جز یک خبرنگار محلی که دغدغه مسئولیت اجتماعی را دارد، نمی‌تواند زبان اهالی یک محله باشد.



«زهرا حاجی‌زاده»، پژوهشگر، از اهالی خیابان آزادی رسانه‌های محلی نقطه اتکای اهالی

همه شهروندان در قبال اجتماع مسئولیت دارند و نباید نسبت به آنچه در اطرافشان اتفاق می‌افتد بی‌تفاوت باشند. رسانه محلی و کرونایی که بسیاری از فعالیت‌های علمی و فرهنگی به‌صورت نیمه‌تعطیل درآمده‌اند و در آنها میان مردم و مسئولان اعتمادسازی می‌شود. شهروند متوجه این موضوع می‌شود که وقتی مشکلی را با پژوهشگران و معتمدان محله در میان می‌گذارند و در رسانه مطرح می‌شود، یعنی نیمی از راه روش مشکل پیموده شده و با این کار دلگرمی در میان مردم و اعتماد به رسانه‌ها ایجاد می‌شود. دانش‌آموزان و نخبه‌های محلی که در این شهر مد نظر مسئولان قرار بگیرد. مسئولان باید در تصمیم‌گیری‌ها و برنامه‌ریزی‌های کلان از نظر اهالی و ظرفیت‌های محلی استفاده کنند و رسانه‌ها نقش مهمی در بازتاب این کارکرد دارند. با انعکاس به‌موقع معضلات و نیازهای شهروندی که به مرور زمان مبدل به ریشه بسیاری از آسیب‌های اجتماعی و بزهکاری‌های بزرگ‌تر می‌شود، فضای برای حضور حتی کمرنگ شهروندان ایجاد می‌شود و مردم به توجه و اهمیتی که به آنها داده می‌شود، پی می‌برند و عملکرد نشریه همشهری محله با انعکاس موفقیت‌های نخبگان و پژوهشگران محلی مؤثر در حمایت از نخبگان محلی بین‌المللی به وجود آمدن حس یاس و سرخوردگی نوجوانان نخبه‌پیشگرمی می‌کند.



«ترگس احمدآقایی»، معاون پژوهشی دبیرستان سیمای نور و از اهالی محله هفت‌تیر حمایت از نخبگان محلی

یکی از وظایف و مسئولیت‌های اجتماعی توجه به نخبه‌ها و پژوهشگران محلی برای پیشگیری از فرار مغزهاست. در این روزهای کرونایی که بسیاری از فعالیت‌های علمی و فرهنگی به‌صورت نیمه‌تعطیل درآمده‌اند و در آنها میان مردم و مسئولان اعتمادسازی می‌شود. شهروند متوجه این موضوع می‌شود که وقتی مشکلی را با پژوهشگران و معتمدان محله در میان می‌گذارند و در رسانه مطرح می‌شود، یعنی نیمی از راه روش مشکل پیموده شده و با این کار دلگرمی در میان مردم و اعتماد به رسانه‌ها ایجاد می‌شود. دانش‌آموزان و نخبه‌های محلی که در این شهر مد نظر مسئولان قرار بگیرد. مسئولان باید در تصمیم‌گیری‌ها و برنامه‌ریزی‌های کلان از نظر اهالی و ظرفیت‌های محلی استفاده کنند و رسانه‌ها نقش مهمی در بازتاب این کارکرد دارند. با انعکاس به‌موقع معضلات و نیازهای شهروندی که به مرور زمان مبدل به ریشه بسیاری از آسیب‌های اجتماعی و بزهکاری‌های بزرگ‌تر می‌شود، فضای برای حضور حتی کمرنگ شهروندان ایجاد می‌شود و مردم به توجه و اهمیتی که به آنها داده می‌شود، پی می‌برند و عملکرد نشریه همشهری محله با انعکاس موفقیت‌های نخبگان و پژوهشگران محلی مؤثر در حمایت از نخبگان محلی بین‌المللی به وجود آمدن حس یاس و سرخوردگی نوجوانان نخبه‌پیشگرمی می‌کند.



«علی‌اصغر فراهانی»، دبیر شوراییاری و از اهالی محله راه‌آهن پل ارتباطی میان مردم و مسئولان

اغلب مردم وعده‌های مسئولان را شعار قلمداد می‌کنند، چراکه دریافته‌اند در تصمیمات شهری و رفع معضلات کمتر به خواست و دیدگاه‌های اهالی توجه می‌شود. در اتفاقات و تصمیمات شورای شهر و پیوسته‌ها و الحاقات، نظر مردم و تأمین نیازهای شهری و اجتماعی آنها کمتر مد نظر است. این در حالی است که هر وقت مردم پای کار بدهند و برای حل مشکلات و آسیب‌های اجتماعی و شهری آستین بالا بزنند، نتایج موفقیت‌آمیزی، در مقایسه با طرح‌های تصویب‌شده متکی بر تئوری به دست آمده است. رفع آسیب‌های اجتماعی (میدان راه‌آهن)، مشکلات بوستان «میربه» و «خواجهدهی» از نمونه‌های بارز طرح‌های موفق هستند که برای حل آن اهالی پای کار آمدند و با مشارکت آنها آسیب‌های اجتماعی این محدوده‌ها که سال‌ها برای اهل محل در دسرساز شده بود، کاهش پیدا کرد و تسهیل شد. همان‌طور که مقام معظم‌هبری فرموده‌اند: «کارهای مردمی که بی تردید نیاز به دیده شدن دارند. در این بین، دانش‌آموزان و نخبه‌های محلی که در ابتدای راه دانش‌اندوزی و پیشرفت قرار دارند، باید برای ادامه دادن این راه و کسب موفقیت‌های بزرگ‌تر دیده شوند. انتشار و انعکاس موفقیت‌های این قشر آینده‌ساز در نشریات محلی باعث شناسایی و معرفی آنها میان اهالی و همسایه‌ها می‌شود. آنها با این اتفاق دلگرم می‌شوند و به اهمیت نقش و تأثیرشان در مسائل محلی و شهری پی می‌برند و برای حضور حتی کمرنگ شهروندان با انگیزه‌های بیشتر قدم می‌دارند. در واقع، نشریه همشهری محله با انعکاس موفقیت‌های نخبگان و پژوهشگران محلی مؤثر در حمایت از نخبگان محلی بین‌المللی به وجود آمدن حس یاس و سرخوردگی نوجوانان نخبه‌پیشگرمی می‌کند.



«حمیدرضا قانع»، معتمد محله و شوراییار محله سه‌رودی - باغ صبا شناسایی ظرفیت‌های محلی با کمک رسانه‌ها

امروزه مطبوعات از ارکان اساسی اطلاع‌رسانی در جامعه محسوب می‌شوند و ارتباطات گسترده میان مردم به استناد اخباری که در نشریات منتشر می‌شود، شکل می‌گیرد. لذا رسانه‌ها مسئولیت سنگینی در انتقال اخبار به مردم جامعه برعهده دارند و صحت، صداقت، شفافیت و اعلام به‌موقع خبر از رسالت‌های مهم رسانه‌ای است. همچنین خبرنگاران آگاهی‌بخشی برای پیوند صحیح میان اشخاص جامعه و رفع معضلات موجود را دغدغه خود می‌دانند و در مسیر خدمت‌رسانی به آحاد جامعه گام برمی‌دارند. در حوزه مدیریت شهری نیز با وجود دغدغه‌های بسیار مردم در خصوص تصمیم‌گیری صحیح برای اداره شهر، پرسش‌ها، پیشنهادهای و طرح‌های مختلفی از سوی مردم و مسئولان بیان می‌شود و این خبرنگاران هستند که با حضور به‌موقع خود و درک و برداشت صحیح از پیشامد و موضوعات موجود، مسائل را به‌درستی به مخاطب منتقل می‌کنند و به وضوح دیده شده که در این فرآیند گاهی تصمیمات گرفته‌شده، به‌طور کل تغییر می‌کند. این بدان معناست که حرف مردم، «خوب، شفاف و به‌درستی» شنیده شده است و بارها تأثیرات آن را در شکل اجرای پروژه‌ها در مناطق مختلف شهر تهران شاهد بوده‌ایم. به‌طور مثال، در منطقه ۷، دغدغه انباشت زباله‌ها، بلندمرتبه‌سازی، نیمه‌کاره ماندن برخی طرح‌ها، جانمایی ناصحیح پروژه‌ها و رعایت نشدن الزامات قانونی، کمبود فضای سبز منطقه، غیرهمسطح بودن معابر، وجود مناطق بی‌دفاع و نامن شهری و... با تلاش و همت خبرنگاران زحمتکش به گوش مسئولان رسید و بسیاری از مسائل حل شد، بهبود یافت یا متوقف شد تا الزاماتی رعایت شود. خبرنگاران دوش‌به‌دوش مردم، فعالان شهری و شوراییاران محله‌ها تلاش می‌کنند تا شهر را جایی دوباره بکشند. ممکن است معضلی محلی در چشم شهرداری، اولویت نباشد، اما با طرح مسئله از سوی مردم و انتقال آن توسط خبرنگار دغدغه‌مند، ابعاد موضوع بیان می‌شود و شهرداری با نگاهی جدید به آن توجه چندانی نمی‌شود و همین بی‌توجهی، به‌ویژه در طرح تفصیلی جدید، باعث افزایش بیشتر مشکلات شهروندان شده و حتی به افزایش آسیب‌های اجتماعی هم نامن زده است. رسانه رسالت مهمی در اطلاع‌رسانی به شهروندان و افزایش آگاهی آنها دارد. وقتی گزارشی درباره ایجاد یک آسیب منطقه‌ای در یک نشریه محلی منتشر می‌شود، آسیمی که مردم با آن سرگردانند، اما از تیررس دیدن مسئولان جا مانده یا به آن توجه نشده، دانش فضا برای حضور حتی کمرنگ شهروندان ایجاد می‌شود و مردم به توجه و اهمیتی که به آنها داده می‌شود، پی می‌برند و عملکرد نشریه همشهری محله با انعکاس موفقیت‌های نخبگان و پژوهشگران محلی مؤثر در حمایت از نخبگان محلی بین‌المللی به وجود آمدن حس یاس و سرخوردگی نوجوانان نخبه‌پیشگرمی می‌کند.



«ناصر احدپور»، ساکن و مدیر محله هاشمی نقطه اتکا و مایه دلگرمی است

یکی از مهم‌ترین معضلات تهران، به‌ویژه در محله‌های قدیمی، وجود بافت فرسوده است. بافت فرسوده‌ای که متأسفانه در شهرسازی جدید به آن توجه چندانی نمی‌شود و همین بی‌توجهی، به‌ویژه در طرح تفصیلی جدید، باعث افزایش بیشتر مشکلات شهروندان شده و حتی به افزایش آسیب‌های اجتماعی هم نامن زده است. رسانه رسالت مهمی در اطلاع‌رسانی به شهروندان و افزایش آگاهی آنها دارد. وقتی گزارشی درباره ایجاد یک آسیب منطقه‌ای در یک نشریه محلی منتشر می‌شود، آسیمی که مردم با آن سرگردانند، اما از تیررس دیدن مسئولان جا مانده یا به آن توجه نشده، دانش فضا برای حضور حتی کمرنگ شهروندان ایجاد می‌شود و مردم به توجه و اهمیتی که به آنها داده می‌شود، پی می‌برند و عملکرد نشریه همشهری محله با انعکاس موفقیت‌های نخبگان و پژوهشگران محلی مؤثر در حمایت از نخبگان محلی بین‌المللی به وجود آمدن حس یاس و سرخوردگی نوجوانان نخبه‌پیشگرمی می‌کند.



کار دشوار کارگاه‌های سرای محله سهروردی برای تقویت روابط اجتماعی کودکان

اینجا کودکان نخستین روابط اجتماعی را تجربه می‌کنند

شقایق عرفی نژاد

بسیاری از کودکان تا پیش از سنین مهدکودک و دبستان دچار وابستگی‌های شدید به مادر می‌شوند. برای آنها جدایی از مادر، هرچند برای زمان کوتاه، اضطراب‌آور است و باعث می‌شود بدتر زمان سختی را جدا از مادر در مهدکودک یا دبستان تجربه کنند. برای اینکه کودکان پیش از ورود به محیط‌های دور از خانه آماده شوند، کارگاه‌هایی وجود دارند که می‌توانند به آنها کمک کنند در کنار مادرشان بازی و تفریح کنند و کم‌کم برای ورود به مهدکودک آماده شوند. یکی از این کارگاه‌ها در سرای محله سهروردی برگزار می‌شود. گفت‌وگو با «محبوبه عیوضی»، مربی این کارگاه، نکته‌های بیشتری را راجع به فواید این کلاس‌ها روشن می‌کند.

کارگاه‌های مادر و کودک کارش را از ۳ سال پیش شروع کرده است. محبوبه عیوضی می‌گوید کاری که در این کارگاه انجام می‌شود، برای بچه‌های زیر ۳ سال است که هنوز به سن رفتن به مهدکودک نرسیده‌اند و همین‌طور برای کودکان بالای ۳ سال که اضطراب جدایی از مادر دارند. او توضیح می‌دهد: «وقتی بچه‌ها وارد کلاس شرکت می‌کنند، بیشتر شرکت‌کنندگان از همان محله سهروردی هستند، هرچند از بقیه نقاط هم شرکت‌کننده وجود دارد. کرونا کلاس‌ها را مدتی تعطیل کرد، اما حالا با عسده کم و گامبه‌گام برگزار می‌شود. عیوضی می‌گوید: «بعد از تعطیلی‌هایی که به دلیل شدت گرفتن کرونا به ما تحمیل شد، باز کلاس‌ها را در نهایت با ۵ نفر شروع می‌کنیم».



محبوبه عیوضی
مربی کارگاه

می‌شود و بچه‌ها با گریه و بی‌تابی از مادرشان جدا

توجه به بچه وارد جمع و بازی شود، به این ترتیب،



پای صحبت مادران بچه‌ها مستقل می‌شوند

«فرشته احمدی» یکی از مادرانی است که با کودکش، فروین، برای چند ترم در این کارگاه شرکت کرده است. او می‌گوید: «رای بچه‌ها بسیار خوب است که همراه مادرشان در یک فعالیت جمعی شرکت می‌کنند. کارهایی که بچه‌ها در این کارگاه انجام می‌دهند، اجباری نیست و برایشان شیرین است. پسر من تجربه خوبی در این کلاس‌ها داشته و در تمام فعالیت‌ها هم شرکت کرده است. او در زمان کرونا به من وابستگی زیادی پیدا کرده و این کارگاه به او کمک می‌کند تا مستقل شود. کارهای سادگی در این کلاس‌ها انجام می‌دهد که در عین حال برایش بسیار جذاب است.» او که ساکن سهروردی است، می‌گوید: «اگر روزی برسد که دیگر با کرونا درگیر نباشیم، دوست دارم این کارگاه را به‌صورت پیوسته ادامه دهم. نه اینکه مدام با تعطیلی روبه‌رو باشیم.»

اعتماد به نفس پیدا می‌کنند

«ایلا مرمی» هم که از سال گذشته به همراه آرمان، کودک ۴ ساله‌اش، در این کارگاه‌ها شرکت می‌کند، می‌گوید: «در چند جلسه اول آرمان تمایلی برای انجام فعالیت‌های گروهی نداشت، اما وقتی دید من در این کارها شرکت می‌کنم او هم به بازی تشویق شد. حرف‌هایش را می‌زد و به خوبی ارتباط برقرار می‌کرد. ولی به دلیل کرونا کلاس‌ها خیلی جسته و گریخته برگزار شدند، حتی زمانی کاملاً تعطیل شد که به دلیل اصرار مادرها دوباره به‌صورت محدود برگزار می‌شود. به نظرم این کلاس‌ها برای تقویت اعتماد به نفس بچه‌ها و استقلالشان مفیدند.» او که از طریق اینستاگرام سرای محله با این کلاس‌ها آشنا شده، می‌گوید این کلاس‌ها به خود او هم کمک کرده‌اند تا با مهارت بیشتری با کودکش رفتار کند و وقت بیشتری برای او بگذارد و کمتر بی‌حوصله باشد.



آموزش‌هایی برای خانه

این کارگاه حاوی تمرین‌هایی هم برای مادران است تا بتوانند در خانه هم این بازی‌ها را با بچه‌ها داشته باشند. «مثلاً به مادران یاد می‌دهیم که می‌توانند یک روز فرش را کنار بزنند و سفره‌های بیندازند و آرد یا ماست به فرزندشان بدهند تا با آن هرطور که می‌خواهد بازی کند. یا به آنها اجازه دهند در حمام با رنگ‌های انگشتی که به‌راحتی پاک می‌شوند، بازی کنند. همین‌طور می‌توانند یکبار در هفته کافذهای متری روی دیوار بکشند تا بچه‌ها روی آن نقاشی کنند.»

کلاس‌هایی که با استقبال روبه‌رو شده‌اند

عیوضی می‌گوید از ۳ سال پیش که این کلاس‌ها در سرای محله سهروردی برگزار شده، با استقبال زیاد همراه بوده و حتی مادران به بقیه هم پیشنهاد می‌کنند که در این کارگاه شرکت کنند: «خود



محبوبه عیوضی
مربی کارگاه

توجه به بچه وارد جمع و بازی شود، به این ترتیب،

کودک هم بعد از مدتی ترغیب می‌شود که در کار گروهی شرکت کند و با سایرین بازی کند.» او می‌گوید یکی از هدف‌های کارگاه مادر و کودک اجتماعی کردن بچه‌هاست: «روابط اجتماعی بچه‌ها با شرکت در این کلاس‌ها تقویت می‌شود و اعتماد به نفسشان بالا می‌رود.» او که دانش‌آموخته مربیگری کودک از جهاد دانشگاهی است، می‌گوید کسانی که در این کلاس‌ها شرکت می‌کنند در آینده در روابط اجتماعی موفق‌ترند و در مدرسه یادگیری مؤثرتری دارند.

بازیگوشی حق بچه‌هاست

کارگاه‌ها فقط مختص بازی نیستند و بعد از بازی‌ها هرکدام از بچه‌ها یک کار عملی هم انجام می‌دهند که می‌تواند با هر وسیله و هر موادی انجام شود. بعضی از این کارها کثیف‌کاری هستند و در اینجا کسی در برابر آشتی و کثیف‌کاری مقاومت نمی‌کند و بچه‌ها آزادند با موادی که به آنها داده می‌شود بازی کنند و کثیف‌کاری کنند. عیوضی می‌گوید: «این بازی‌ها معمولاً در خانه‌ها انجام نمی‌شود، مادرها مراقبت تمیزی خانه هستند و دوست دارند بچه‌ها همیشه مرتب باشند. دلشان می‌خواهد کودکانشان لباس پاکیزه بپوشند و دست‌هایشان تمیز باشد. به همین دلیل، آنها را محدود می‌کنند. از طرف دیگر، کودکان با کنترل همیشه‌گی مادرها اعتماد به نفسشان پایین می‌آید و دچار اضطراب می‌شوند که می‌باید کار خطایی بکنند یا تمیز نباشند. ما در این کارگاه‌ها فضا را طوری طراحی می‌کنیم که بچه‌ها آزادانه با وسایل و مواد زیر نظر ما کار کنند.» یکی از موادی که در کارگاه مادر و کودک در اختیار بچه‌ها گذاشته می‌شود و آنها حتماً از بازی با آن لذت می‌برند، آرد است. همراه آرد وسایل دیگری هم به بچه‌ها داده می‌شود تا با آرد بازی کنند. عیوضی نکته جالبی را مطرح می‌کند: «حتی با اینکه آرد را در اختیار بچه‌ها می‌گذاریم و به آنها اجازه می‌دهیم که با آن بازی کنند، بعضی از بچه‌ها به دلیل محدودیت‌های که همیشه مادران برای آنها ایجاد کرده‌اند، دوست ندارند با این وسایل بازی کنند، اما به هر حال آنها هم وارد بازی می‌شوند و آرد را لمس می‌کنند.» وسایل دیگری مثل روغن، نمک و آب هم در کنار آرد به این کودکان داده می‌شود تا بتوانند با کمک آنها از آرد خمیر درست کنند و این خمیرها را رنگ کنند و خمیر رنگی داشته باشند. عیوضی می‌گوید این کار هم حس بیگیری را در بچه‌ها ایجاد می‌کند و هم اعتماد به نفسشان را بالا می‌برد. از طرف دیگر هیجان آنها را هم تخلیه می‌کند. در روزهای دیگر هم بچه‌ها با گل سفال یا رنگ‌های مختلف از خجالت تمام هیجان‌هایشان درمی‌آیند: «بعضی روزها دیوارها را برای بچه‌ها آماده می‌کنیم تا به آنها رنگ بپاشند. در این بازی دست‌ها و لباس‌های خودشان را رنگی می‌کنند.»

آمدگی برای مهدکودک

با شرکت در این کلاس‌ها بچه‌ها برای رفتن به مهدکودک آماده می‌شوند و راحت‌تر آن را می‌پذیرند و وقتی از مادر جدا می‌شوند بی‌تابی نمی‌کنند. آن‌طور که عیوضی می‌گوید در چند ماه اول این کلاس‌ها مادران همیشه همراه کودکانشان هستند: «اما بعد از مدتی کلاس‌های دیگری برگزار می‌کنیم که به تنهایی در آن شرکت کنند.»



غربی منطقه فضای سبز قابل ملاحظه این منطقه است و چشم‌انداز طبیعی قابل توجهی وجود ندارد. با این حال محدوده ۷ چنار که واجد ارزش تاریخی و طبیعی است در این منطقه قرار گرفته است. متأسفانه بخش زیادی از این درخت در حال حاضر خشک شده است (طرح تفصیلی منطقه ۱۰، ۱۳۸۴).

یکی از ویژگی‌ها و در واقع فرصت‌های منطقه ۱۰ این است که در فاصله مناسبی نسبت به مرکز شهر و بازار تهران قرار گرفته است. براساس برنامه‌های تفصیلی این منطقه می‌توان به کارخانه نوشابه‌سازی زمزم اشاره کرد. این کارخانه در گذشته نوشابه پرسی کولا تولید می‌کرد و مالک آن نیز، بهایی معروف، حبیب‌الله ثابت پاسال، از جمله سرمایه‌داران پرنفوذ دوره پهلوی دوم بود. علما و مراجع وقتدر دوره‌ای خوردن پرسی کولا را به‌دلیل بهایی بودن وی حرام اعلام کردند که در نتیجه، تولید کارخانه بسیار کاهش یافت. این کارخانه در شکل‌گیری شمال محله حیچون سهم زیادی داشت. سازمان میراث فرهنگی و گردشگری نیز در این منطقه واقع شده است. ساختمان این سازمان همان بنايي است که حسین اماتن، معمار برج آزادی، طراحی کرده و در خیابان آزادی واقع شده است. امروزه کارگاه‌های هنرهای سنتی در این منطقه است (طرح تفصیلی منطقه ۱۰، ۱۳۸۴).

احیای مراکز اشتغال و فعالیت در این منطقه نیز در چشم‌انداز طرح تفصیلی در نظر گرفته شده است. با توجه به اهمیت خدمات شهری مناسب و همچنین فضای سبز جهت افزایش رفاه ساکنان، بر آزادسازی زمین‌های این منطقه جهت تأمین خدمات شهری و همچنین فضای باز و سبز نیز تأکید شده است.

براساس جدول ۱۱ که نشان‌دهنده نرخ رشد جمعیت منطقه ۱۰ است، جمعیت ایسن منطقه در سال‌های ۱۳۵۵ تا ۱۳۶۵ تا ۱۳۶۵ جمعیت بوده است. این نرخ در سال‌های ۱۳۸۵ تا ۹۰ نرخ رشد مجدداً کاهش یافته و همچنین از سال ۹۰ تا ۱۳۹۵ با بعد افزایش یافته است. از مجموع ۹۰ برنامه تهران‌گردی که از تاریخ ۱۹/۷/۱۳۹۲ تا ۱۳۹۵/۱۲/۲۰، در روزهای جمعه انجام شد (به‌استثنای کتاب‌گردی‌های روزهای پنجشنبه)، یک برنامه کامل به بازدید از منطقه ده اختصاص داشت.

در این برنامه گذشته‌ها و بخش‌ها و محله‌ها مختلف، از دو سند قدیمی بازدید شد: یکی نخستین پرونده ثبتی تهران، مربوط به برج طوقل که در ۱۳۱۰ ثبت شده، و دیگری نخستین پرونده ثبت طبیعی تهران، متعلق به درخت چنار محله پرانک و هفت‌چنار که در ۱۳۴۷ ثبت شده است. گفتنی است به‌دلیل اهمیت مسائل و مشکلات منطقه و همچنین ضرورت مشاهده آنها از نزدیک، در برخی از این بازدیدها، مسئولان دستگاه‌های دیگر همچون رئیس‌انبار فرهنگ و ارشاد شهر تهران، مدیر میراث فرهنگی و گردشگری استان تهران، مدیرکل حوزه‌های وزارتی سازمان میراث فرهنگی، معاون برنامه‌ریزی سازمان زیباسازی، به‌همراه شهردار منطقه و معاونان ایشان، نگارنده را همراهی می‌کردند.

خشک شده است. موزه حیات وحش هفت‌چنار هم که یکی از جاذبه‌های گردشگری این منطقه و همچنین شهر تهران به‌شمار می‌آید، کمی بالاتر از رستگاه این درخت واقع شده است. این موزه بیشتر کارخانه جوراب‌بافی بود و دودکش آجری زیبای آن نماد این کارخانه قدیمی است که هنوز هم سرپاست. از جمله اماکن و بناهای معروف این منطقه می‌توان به کارخانه نوشابه‌سازی زمزم اشاره کرد. این کارخانه در گذشته نوشابه پرسی کولا تولید می‌کرد و مالک آن نیز، بهایی معروف، حبیب‌الله ثابت پاسال، از جمله سرمایه‌داران پرنفوذ دوره پهلوی دوم بود. علما و مراجع وقتدر دوره‌ای خوردن پرسی کولا را به‌دلیل بهایی بودن وی حرام اعلام کردند که در نتیجه، تولید کارخانه بسیار کاهش یافت. این کارخانه در شکل‌گیری شمال محله حیچون سهم زیادی داشت. سازمان میراث فرهنگی و گردشگری نیز در این منطقه واقع شده است. ساختمان این سازمان همان بنايي است که حسین اماتن، معمار برج آزادی، طراحی کرده و در خیابان آزادی واقع شده است. امروزه کارگاه‌های هنرهای سنتی در این منطقه است (طرح تفصیلی منطقه ۱۰، ۱۳۸۴).

احیای مراکز اشتغال و فعالیت در این منطقه نیز در چشم‌انداز طرح تفصیلی در نظر گرفته شده است. با توجه به اهمیت خدمات شهری مناسب و همچنین فضای سبز جهت افزایش رفاه ساکنان، بر آزادسازی زمین‌های این منطقه جهت تأمین خدمات شهری و همچنین فضای باز و سبز نیز تأکید شده است.

براساس جدول ۱۱ که نشان‌دهنده نرخ رشد جمعیت منطقه ۱۰ است، جمعیت ایسن منطقه در سال‌های ۱۳۵۵ تا ۱۳۶۵ تا ۱۳۶۵ جمعیت بوده است. این نرخ در سال‌های ۱۳۸۵ تا ۹۰ نرخ رشد مجدداً کاهش یافته و همچنین از سال ۹۰ تا ۱۳۹۵ با بعد افزایش یافته است. از مجموع ۹۰ برنامه تهران‌گردی که از تاریخ ۱۹/۷/۱۳۹۲ تا ۱۳۹۵/۱۲/۲۰، در روزهای جمعه انجام شد (به‌استثنای کتاب‌گردی‌های روزهای پنجشنبه)، یک برنامه کامل به بازدید از منطقه ده اختصاص داشت.

در این برنامه گذشته‌ها و بخش‌ها و محله‌ها مختلف، از دو سند قدیمی بازدید شد: یکی نخستین پرونده ثبتی تهران، مربوط به برج طوقل که در ۱۳۱۰ ثبت شده، و دیگری نخستین پرونده ثبت طبیعی تهران، متعلق به درخت چنار محله پرانک و هفت‌چنار که در ۱۳۴۷ ثبت شده است. گفتنی است به‌دلیل اهمیت مسائل و مشکلات منطقه و همچنین ضرورت مشاهده آنها از نزدیک، در برخی از این بازدیدها، مسئولان دستگاه‌های دیگر همچون رئیس‌انبار فرهنگ و ارشاد شهر تهران، مدیر میراث فرهنگی و گردشگری استان تهران، مدیرکل حوزه‌های وزارتی سازمان میراث فرهنگی، معاون برنامه‌ریزی سازمان زیباسازی، به‌همراه شهردار منطقه و معاونان ایشان، نگارنده را همراهی می‌کردند.

منطقه ۱۰؛ باغ‌های اناری که ساختمان شدند

به‌زمین‌هایی می‌گفتند که مالکیت آن در اختیار خود شاه بود و زیر نظر اداره خالصجات اداره می‌شد. این روستاها و اراضی آن را هر ساله به برخی‌ها اجاره می‌دادند و آنها باید در پایان سال زراعی، بخشی از محصول را به‌جای اجاره به این اداره می‌دادند یا در عوض آن پولی می‌پرداختند. اجاره‌کنندگان که بیشتر از رجال درباری و ثروتمندان بودند، بذر و زمین را در اختیار اهالی روستا قرار می‌دادند. اهالی نیز در زمین‌ها کشت‌وکاری می‌کردند و در هنگام فصل برداشت، محصول را به نسبت‌های معینی که از پیش مشخص بود، تقسیم می‌کردند. روستایی‌های دارای اراضی کشاورزی فراوانی بود و روستاییان بیشتر به زراعت مشغول بودند. زمین‌های این روستا در دهه سی قطعه‌بندی شد و رفته‌رفته به مهاجران جدید که از اقصای بسیار کهرآمد بودند، فروخته شد. روستای پرانک نیز دارای زمین‌های کشاورزی فراوانی بود، اما باغ‌های بسیاری هم داشت. با اینکه امروزه اغلب این باغ‌ها از بین رفته‌اند، اما هنوز هم می‌توان باغ‌های بزرگی را در این محله یافت که اگرچه به بوستان تبدیل شده‌اند، اما بیشتر به باغ‌شبه‌اند تا بوستان‌های شهری. از جمله این باغ‌های معروف می‌توان به باغ کمپانی و تهرانی اشاره کرد. در این روستا درخت چنار هفت‌شاخه کهن و قطور و زیبایی وجود داشت و به همین علت بخشی از این روستا و محله به هفت‌چنار معروف است. امروزه این درخت زمین‌های سلسبیل نسبت به اراضی قدیمی داخل شهر تهران ارزان‌تر بود و اقشار متوسط و پایین‌تر آنجا را برای سکونت برمی‌گزیدند. در دهه بیست تا چهل، نام‌آوران بسیاری همچون ناصر حجازی، رضا پاک، جمشید هاشم‌پور، و منصور برزگر یک‌چند در این محله زیستند. در دهه‌های پنجاه و شصت، بسیاری از ساکنان قدیم این محله به مناطق دیگر کوچیدند و امروزه شمار کمی از ساکنان اولیه این محله در آن زندگی می‌کنند. سلسبیل از معدود خیابان‌هایی بود که بعد از لاله‌زار، بیش از یک سینما داشت، در حال حاضر فقط سینما کارون در این محله به فعالیت خود ادامه می‌دهد و سینماهای المپیا و خرم تعطیل شده‌اند.

بخش جنوبی منطقه ده، حد فاصل خیابان کمیل تا خیابان قزوین، بخشی از اراضی دو روستایی‌گی و پرانک بود. این دو روستا از گذشته‌های دور تا اواخر دوره قاجار از روستاهای خالصه محسوب می‌شدند. روستاهای خالصه

جدول

۱۰ وضعیت جمعیتی شهر تهران و منطقه ۱۰ نرخ رشد، منبع: اطلس تهران ۸۵ و سالنامه‌های تهران ۹۱ و ۹۶

سال	شمار جمعیت	نرخ رشد (درصد)	منطقه ۱۰	شمار جمعیت	نرخ رشد (درصد)
۱۳۵۵	۴۵۲٬۲۲۲	-	-	۳۴۴٬۵۵۱	-
۱۳۶۵	۶۰۵٬۵۲۷	۹۵/۲	۳۱۱٬۰۰۴	۷/۱-	
۱۳۷۵	۶۷۵٬۸۸۴	۱۱/۱	۲۸۲٬۲۰۳	-/۱-	
۱۳۸۵	۷۸۱٬۲۶۷	۱۵/۲	۳۱۵٬۱۷۳	۱/۱	
۱۳۹۰	۸۱۵۴٬۵۱	۸۴/۰	۳٬۲۵۸۲	۸۹/۰-	
۱۳۹۵	۸۶۷۹۹۳۶	۵/۱	۳۴۶۸۸۵	۵/۱	

