

جامه نو بر تن فرحزاد

«مسیر نوسازی در بافت فرسوده فرحزاد هموار شد.» خبری کوتاه اما امیدوارکننده برای ساکنان این محله که سال‌هاست با مشکلات ریز و درشت سکونت در دل بافت فرسوده دست و پنجه نرم می‌کنند.

شنبه
۲۷ شهریور ۱۴۰۰
سال هفدهم / شماره ۸۲۰
صفحه ۱۶



دوربین عکاسی فاطمه بهبودی
زندگی مادران شهدای جاویدالاثر را روایت می‌کند

سخت، مثل زندگی مادران انتظار

صفحه ۸

عکس: فاطمه بهبودی

۱۰ حرکت ورزشی ساده
برای افزایش توان جسمی معلولان در روزهای کرونایی

در خانه تمرین کن!

با شیوع ویروس کرونا و توقف گاه و بیگاه فعالیت باشگاه‌های ورزشی، بسیاری از مراکز ورزشی ویژه معلولان هم تعطیل شده است. خانه‌نشینی و دوری از ورزش برای معلولان جسمی و حرکتی پیامدهای بسیاری مثل ضعف عضلانی و حتی در مواردی معلولیت بیشتر به همراه دارد.

صفحه ۱۴

با زوج شاعر و نویسنده هم‌محله‌ای به بهانه روز شعر و ادب پارسی هم‌صحبت شدیم

داروی شفاف‌بخشی به نام شعر

«گوهر شعر و ادبیات همواره نجات‌بخش است.» این را «فرزاد عامری» شاعر هم‌محله‌ای ما می‌گوید. او و همسرش «فرزانه نظری» معتقدند که کمک از ساخت ادبیات...
صفحه ۵

۱۸۱۹

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

شرح در صفحه ۳

با تبلیغات در **همیشه برای**
درست به هدف بزنید



شهره یوسفی
عضو شورای کتاب کودک و مشاور خانواده

کوشه‌گیری، مشکل این روزهای کودکان

نگرانی خانواده‌ها برای حفظ سلامت فرزندانشان موجب شده تا در شرایط کرونا کمتر معاشرت کنند. این نگرانی‌ها کاملاً طبیعی است، اما باید به این نکته توجه داشت که دور نگهداشتن بچه‌ها از ارتباط با افرادی به جز اعضای خانواده مشکلاتی را در رشد اجتماعی کودکان و نوجوانان به وجود می‌آورد. همیشه توصیه و تشویق کرده‌ایم که اگر بچه‌ها با پدربزرگ و مادربزرگ، خاله، دایی و عمه و... و به‌طور کلی با طیف گسترده‌ای از آدم‌ها روبه‌رو شوند می‌توانند با آمادگی بیشتری با سایر افراد ارتباط برقرار کنند و مسائلی مانند پیروی از قوانین اجتماعی را بهتر آموزش می‌یابند. اما در شرایط کنونی اغلب بچه‌ها فقط با پدر و مادر در ارتباط هستند. آنها انتظار دارند حالا که پدر و مادر در خانه هستند وقت بیشتری را با آنها بگذرانند، یاد نمی‌گیرند که چگونه خودشان را سرگرم کند، کارهای شخصی را انجام نمی‌دهند و به مرور مسائل و مشکلات مختلفی به وجود می‌آید. از طرفی فشارهایی که روی خانواده هست به بچه‌ها منتقل می‌شود و بچه‌ها هم از خودشان رفتارهایی مانند خشونت بروز می‌دهند.

وظیفه‌ای که اکنون پدر و مادرها برعهده دارند با بازگشایی مدرسه سنگین‌تر می‌شود. آنها باید در کنار رسیدگی به کارها و مسئولیت‌های خود نقش معلم را در خانه ایفا کنند. باید کار با سیستم‌های جدید آموزشی را یاد بگیرند و بتوانند فرزندان خود را که تجربه مدرسه رفتن ندارند، در آموزش‌های آنلاین همراهی کنند. همه این مسائل منجر به بروز تنش‌هایی در خانواده‌ها می‌شود. وقتی به این تنش‌ها پاسخ داده نشود مشکلات به مرور، بیشتر و بعدها مشخص خواهد شد که کودکان چه آسیب‌هایی از این موضع دیده‌اند.

خانواده‌ها کودکان خود را از نظر جسمی محافظت کرده‌اند. اما واقعیت‌های عاطفی و اجتماعی آنها نادیده گرفته شده است. برای کاهش آسیب‌های عاطفی و برطرف شدن نیازهای اجتماعی کودکان و نوجوانان بهتر است هر چند وقت یکبار خانواده‌ها اجازه دهند فرزندانشان با رعایت پروتکل‌های بهداشتی و در محیط‌های امن با دوستان خود یا در جمع‌های کوچک خانوادگی معاشرت کنند. لازم است بچه‌ها به محیط‌های امن مانند بوستان و فضاهایی برده شوند تا کنجکاوی‌هایشان ارضا شود. اگر ارتباط آنها به‌طور کلی با سایر افراد و همسن و سالان قطع شود، با وسایل الکترونیکی سرگرم می‌شوند و به مرور از طیف اجتماعی دور می‌شوند و حالت گوشه‌نشینی به خود می‌گیرند. همه این مسائل به معضلی تبدیل می‌شود که به شکل‌های مختلف در آنها بروز می‌کند. بی‌توجهی به این مسائل موجب می‌شود که برای حل و درمان مشکلات خیلی دیر شود. در مواردی روند درمان خیلی کند پیش خواهد رفت و گاهی هم به همین راحتی نمی‌توان کاری انجام داد. در کنار پرداختن به سلامت جسمی فرزندان، از مسائل اجتماعی غافل نشویم و دنیای بهتر و شاد برای آنان بسازیم.

تیتیر یک

آمادگی شهرداری منطقه ۲ برای طرح استقبال از مهر



طرح استقبال از مهر در آستانه سال جدید تحصیلی در منطقه ۲ اجرا می‌شود. «کاظم دادوی» معاون اجتماعی و فرهنگی شهردار منطقه ۲ با اعلام این خبر گفت: «مدیریت شهری هر سال به مناسبت بازگشایی مدارس با هماهنگی آموزش و پرورش، مجموعه گسترده‌ای از فعالیت‌های عمرانی، حمایتی، آموزشی و آیین‌های مربوط به آغاز سال تحصیلی جدید را در

مدارس اجرا می‌کرد تا دانش‌آموزان در یک فضای شاد و پر نشاط و همراه با آرامش به استقبال سال تحصیلی جدید بروند. اسامی به دلیل شیوع ویروس کرونا و تغییرات ایجاد شده در آیین بازگشایی مدارس، امکان اجرای برنامه‌ها و فعالیت‌های فرهنگی آموزشی همانند هر سال وجود ندارد.» اسامی دانش‌آموزان کلاس اول و دوم هیچ تجربه‌ای از فضای مدرسه و

مرمت مجسمه‌های مجموعه سعدآباد



عملیات مرمت مجسمه‌های مجموعه سعدآباد در حال انجام است. مدیر مجموعه فرهنگی، تاریخی سعدآباد با اعلام این خبر گفت: «طی سال‌های اخیر مجسمه‌های آرش کمانگیر در موقعیت مقابل کاخ ملت، شیرها در محوطه، ابوالهول و بانوان مصری موزه هدایا با گذشت زمان دچار آسیب مشهودی شده بودند و این موضوع همواره مورد انتقاد گردشگران و بازدیدکنندگان بود،

چهار مجسمه‌ها با بهره‌مندی از تخصص و تجارب استاد اسماعیل رضاحمدی از هنرمندان پیشکسوت و بازنشتسته میراث فرهنگی در حال انجام است.» مجسمه آرش کمانگیر و شیرها از جمله آثار ماندگار و زیبایی استاد حسن ارژنگ‌نژاد است.

مسیر دوچرخه‌سواری در خیابان باهنر و اندرزگو

مسیر دوچرخه‌سواری در خیابان‌های شهید باهنر و بلوار شهید اندرزگو با هدف ترویج فرهنگ استفاده از حمل‌ونقل پاک اجرا می‌شود. «سید حمید موسوی» شهردار منطقه یک با اعلام این خبر گفت: «برای توسعه ۴۰ کیلومتری مسیر دوچرخه‌سواری در شمال تهران در ۲ معبر پر تردد این منطقه شامل نیاوران از میدان شهید باهنر تا سهره یاسر و بلوار شهید اندرزگو از خیابان پاسداران تا خیابان شریعتی مسیر دوچرخه‌سواری ساخته می‌شود.» موسوی افزود: «در خیابان ولی‌عصر (عج) نیز که در ضلع شمال و جنوب پارک حاشیه‌ای وجود ندارد مسیر دوچرخه‌سواری با نصب جداکننده‌ها اجرا می‌شود. فاز اول آن از خیابان شهید فلاحی تا میدان تجریش است.» شهردار منطقه یک گفت: «پیش از این مسیرهای دوچرخه‌سواری در معابر پاسداران، شهرک شهید محلاتی، شهید باهنر، بلوار خندان، شمال و جنوب ارتش و... اجرا شده است.»

افتتاح خانه اسباب‌بازی در باغ کتاب



خانه اسباب‌بازی به‌عنوان جدیدترین بخش باغ کتاب تهران افتتاح شد. به گزارش خبرنگار همشهری محله، خانه اسباب‌بازی سرزمینی پر از سرگرمی‌ها و بازی‌های متنوع است. اسباب‌بازی‌های مختلف از جمله بازی‌های فکری، مارتی، آموزشی، وسایل بازی ویژه دبستانی‌ها، پازل، عروسک، ابزارهای آموزش خلاقیت، کرم‌های جغرافیا، اناتومی بدن انسان، خمیر بازی و انواع بازی‌های دیگر را می‌توانید در خانه اسباب‌بازی پیدا کنید. محصولات خانه اسباب‌بازی فقط برای کودکان نیست و گروه‌های سنی دیگر هم می‌توانند وسیله بازی مورد علاقه خود را در خانه اسباب‌بازی بیابند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۸۴۹۶۰ تماس بگیرید.

مسئیل دارآباد ایمن‌سازی می‌شود

ایمن‌سازی رودره دارآباد پس از درخواست شهروندان در دستور کار شهرداری قرار گرفته است. «مجدد صالحی فیرزآبادی» شهردار ناحیه ۵ منطقه یک در این باره گفت: «پس از بازدید مشترکی که با حضور معاونان فنی و عمرانی و حمل‌ونقل و ترافیک شهردار منطقه از وضعیت رودره دارآباد به عمل آمد، ایمن‌سازی رودره برای جلوگیری از وقوع

کلاس درس ندارند به همین دلیل بالا بردن آگاهی خانواده‌ها برای نحوه برخورد با فرزندان مقطع ابتدایی اهمیت دارد. برگزاری کارگاه آنلاین با عنوان «اضطراب اول مهر و بالا بردن انگیزه بچه‌ها به مطالعه علیرغم آنلاین شدن کلاس‌ها» یکی از برنامه‌های معاونت امور اجتماعی و فرهنگی شهرداری منطقه ۲ در شهریور ماه بوده است. دادوی افزود: «بر همین اساس در تلاشیم تا در

بسترهای دیگر از جمله فضای مجازی این برنامه‌ها را دنبال کنیم. تا دانش‌آموزان بتوانند از این فضای آموزش از راه دور استفاده کنند.» بازپیرایی فضای بیرونی مدارس و احیای فضای سبز، لکه‌گیری آسفالت و ایمن‌سازی معابر منتهی به مدارس بخشی از اقدامات مدیریت شهری برای بازگشایی مدارس است.

چهره

بهنام معروف، عضو تیم جست‌وجو و نجات هیت کوهنوردی استان تهران

می‌گوید بهترین لحظه‌های زندگی‌اش را در عملیات‌های امداد و نجات و کمک‌رسانی به مناطق محروم و آسیب‌دیده تجربه کرده است. همان لحظه‌ها و دقیقای طلایی که بر است از حس شیرین نجات جان انسان‌ها و نشاندن لیخند روی صورت کودکان روستاهای محروم، «بهنام معروف» عضو تیم جست‌وجو و نجات هیئت کوهنوردی استان تهران اگر چه سن و سالی ندارد اما سال‌هاست که داوطلبانه برای امداد رسانی به مناطق محروم و آسیب‌دیده پای کار بوده. معروف مدتی است که مسئولیت تیم امداد و نجات بنیاد سیاسی لحظه حال و مثل دیگر امدادگران فعال در این مؤسسه خیریه داوطلبانه و بودن هیچ چشمداشتی برای امداد رسانی در حوادث مختلف آماده به خدمت بوده است. می‌گوید: «از اوایل جوانی به امداد و امداد رسانی علاقه پیدا کردم. همین علاقه باعث شد دوره‌های کمک‌های اولیه، پیش‌بیمارستانی، امداد و نجات و حمایت‌روانی هال‌احمر را با موفقیت پشت سر بگذارم و علاوه بر عضویت در تیم جست‌وجو و نجات کوهنوردی استان تهران، مسئولیت تیم امداد و نجات بنیاد سیاسی لحظه حال را هم قبول کنم. تا امروز به‌عنوان امدادگر داوطلب این بنیاد مردم‌نهاد با به پای دیگر کرم‌های جغرافیا، اناتومی بدن انسان، خمیر بازی و انواع بازی‌های دیگر را می‌توانید در خانه اسباب‌بازی پیدا کنید. محصولات خانه اسباب‌بازی فقط برای کودکان نیست و گروه‌های سنی دیگر هم می‌توانند وسیله بازی مورد علاقه خود را در خانه اسباب‌بازی بیابند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۸۴۹۶۰ تماس بگیرید.

مسئیل دارآباد ایمن‌سازی می‌شود

ایمن‌سازی رودره دارآباد پس از درخواست شهروندان در دستور کار شهرداری قرار گرفته است. «مجدد صالحی فیرزآبادی» شهردار ناحیه ۵ منطقه یک در این باره گفت: «پس از بازدید مشترکی که با حضور معاونان فنی و عمرانی و حمل‌ونقل و ترافیک شهردار منطقه از وضعیت رودره دارآباد به عمل آمد، ایمن‌سازی رودره برای جلوگیری از وقوع

میز خبر



لایروبی و پاکسازی مسیل‌ها و کانال‌های منطقه ۲

مسیل‌های منطقه ۲ با انجام لایروبی و رسوب‌برداری از حوضچه‌های رسوبگیر برای بارش‌های فصل پاییز آماده‌سازی شد. «جعفر میرزایی» معاون خدمات شهری و محیط‌زیست شهردار منطقه با اعلام این خبر گفت: «در راستای برنامه‌های زمانبندی شده در عهده اول سال اداره مسیل‌ها و قنوات منطقه با لایروبی مستمر و شبانه‌روزی و اجرای عملیات رسوب‌برداری گنجایش و ظرفیت پذیرش مسیل‌ها را افزایش داده است.» جعفر میرزایی افزود: «در همین زمینه لایروبی و پاکسازی ۳۰ کیلومتر مسیل و ۵۰ کیلومتر کانال اصلی و ۱۲۰ هزارمتر طول کانال‌های فرعی انجام شد. برای کنترل و پیشگیری از هرگونه حادثه احتمالی در این خصوص، لایروبی و پاکسازی مسیر ۲ رودره فرحزاد و در که به‌صورت مستمر و فوری در دستور کار ویژه این معاونت قرار گرفته است.» به گفته میرزایی ۱۲ رشته قنات فعال از مجموع ۴۴ رشته قنات در منطقه ۲ نیز به‌طور مستمر مورد بازبینی قرار می‌گیرد و در صورت نیاز لایروبی می‌شود.

ثبت و رسیدگی به ۶۰۰ پیام شهروندی ۱۸۸۸

از ابتدای سال جاری تاکنون حدود ۶۰۰ پیام در سامانه نظارت همگانی ۱۸۸۸ شهرداری منطقه ۲ ثبت و رسیدگی شد. «حسن صفات» شهردار منطقه ۲ با اعلام این خبر گفت: «سامانه نظارت همگانی ۱۸۸۸، این فرصت را فراهم کرده است تا مدیران شهری از درخواست‌های شهروندان مطلع شوند و به آنها رسیدگی کنند.» وی افزود: «در هه ماهه نخست سال حدود ۶۰۰ پیام شهروندی در سامانه نظارت همگانی ۱۸۸۸ شهرداری منطقه ۲ ثبت و رسیدگی شد که حدود ۶۰ درصد از پیام‌های دریافتی به حوزه شهرداری، ۲۰ درصد به حوزه حمل‌ونقل و ترافیک و ۱۵ درصد به حوزه خدمات شهری اختصاص دارد. سامانه نظارت همگانی شهرداری منطقه ۲ با در نظر گرفتن اهدافی چون توسعه و تعمیق فرهنگ نظارت همگانی در جامعه، ارتقای سطح اعتماد، مشارکت معنادار و رضایت عمومی، توانمندسازی شهرداری برای بهبود مستمر و بسترسازی اطلاعاتی برای ارتقای انطباق و سازگاری محیط با سازمان شهرداری در تلاش است تا بالاترین میزان رضایت شهروندان را نسبت به عملکرد مدیران شهرداری به دست آورد.» صفات در ارزیابی هه ماهه سامانه ۱۸۸۸ توضیح داد: «سامانه ۱۸۸۸ منطقه ۲ از نظر کیفیت، صحت و دقت در پاسخگویی در هه ماهه اول سال با کسب امتیاز ۱۰۰ و از نظر کمیت پاسخگویی با کسب امتیاز ۹۹ و از نظر تبلیغات و فعالیت‌های اجتماعی با کسب امتیاز ۱۰۰ در مجموع در بالاترین ردیف ارزیابی‌ها در سطوح مناطق ۲۲ گانه قرار گرفت.»

آخر ویژه

نذر کتاب، نشر اندیشه

طرح جهادی هیه و نذر کتاب با عنوان «نذر کتاب، نشراندیشه» با هدف تجهیز و راناندازی کتابخانه در مناطق محروم و کم‌برخوردار کشور، راهاندازی شده است. «عبدالله قهری» مدیر کتابخانه تخصصی موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس در مورد نحوه شرکت علاقه‌مندان در این طرح گفت: «علاقه‌مندان می‌توانند از طریق اهدای کتاب‌های مازاد بر نیاز در هر موضوع و رده سنی در طرح نذر کتاب، نشر اندیشه مشارکت کنند.» وی افزود: «عضویت رایگان سالانه در کتابخانه تخصصی موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس از جمله مزایایی است که برای شرکت‌کنندگان در طرح در نظر گرفته شده است.»

قهری از نحوه ارسال نذری‌ها برای شرکت در طرح جهادی هیه و نذر کتاب گفت: «علاقه‌مندان به شرکت در این طرح در تهران می‌توانند کتاب‌های اهدایی خود را به نشانی میدان ونک، بزرگراه شهید حقانی، موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع مقدس، ساختمان مرکز همایش‌های بین‌المللی، طبقه منفی یک، کتابخانه تخصصی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس ارسال کنند. علاقه‌مندان به شرکت در طرح در شهرستان‌ها می‌توانند کتاب‌های اهدایی را به مراکز بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع‌مقدس استان‌ها ارسال کنند.» مهلت شرکت در طرح نذر کتاب، نشر اندیشه تا پایان شهریور ماه است.

۲۰۰۰

مخزن فرسوده پسماند پس از بهسازی به چرخه خدمات شهری برگشت. طرح بهسازی مخازن پسماندهای شهری در منطقه ۲ در قالب رنگ‌آمیزی و بازسازی مخازن و زیرمخزن‌ها به اجرا درآمده است.

۵۰۰

تن آسفالت برای بهسازی مسیرهای اتوبوس تندر در بزرگراه شهید چمران و نمایشگاه بین‌المللی استفاده شد. بیش از ۹ هزار تن آسفالت نیز برای لکه‌گیری معابر منطقه یک و خیابان‌های شهید دربند، غلام جعفری در طرح لکه‌گیری معابر به کار رفته است.

www.Rahnama.com	تلفن دفاتر قبول آگهی	niazmandiha.official
www.Rahnama.com	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
آزادی	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
آیت ... کاشانی	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
بلوار فردوس	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
پونک	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
توحید	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
تهرانسر	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
دهکده المپیک	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
جلال آل احمد	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
جنت آباد	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
ستارخان	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
سعادت آباد	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
شهران	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
شهرک اکباتان	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
شهرک غرب	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
صادقیه	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
فرحزاد	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
فلکه اول شهران	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
فلکه دوم صادقیه	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
میدان المپیک	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
نواب	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
هاشمی	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
دفاتر بازاربایی، نیازمندی‌ها	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
اشرفی اصفهانی	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
اندیشه	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
جهان آرا	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
چهارراه قصر	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
چهارراه ولیعصر	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
سهروردی جنوبی	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
کریخان	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
مرزداران	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی
معلم	تلفن دفاتر قبول آگهی	تلفن دفاتر قبول آگهی



سمن سرای منطقه ۲ به‌عنوان نخستین سمن سرای پایتخت فعالیت خودش را آغاز کرده‌است

میزبانی از انجمن‌های مردم‌نهاد

راحله عبدالحسینی

ساختمان سمن‌سرا با هدف حمایت از سازمان‌های مردم‌نهاد، برگزاری گردهمایی‌های سازمان مردم‌نهاد و خیران و فعالیت‌های داوطلبانه در ۲ طبقه و مساحتی بالغ بر ۲۲۰ مترمربع ساخته شده‌است. این مرکز به ۴ اتاق و سالن کنفرانس مجهز شده و فرصتی برای جلب مشارکت‌های مردمی در پیشبرد اهداف و برنامه‌های مدیریت شهری به شمار می‌آید.

سمن‌های فعال در حوزه محیط‌زیست و درمان

بازسازی و تجهیز ساختمانی مستقل برای سمن‌سرا از اواخر سال ۱۳۹۸ مطرح شد. رئیس اداره امور آسیب‌های اجتماعی منطقه ۲ می‌گوید: «مشکلات بازسازی و تعمیرات و تجهیز ساختمان برای سمن‌سرا مدتی طول کشید تا انجام شود. خوشبختانه اکنون ساختمان آماده شده و برای استفاده در اختیار سمن‌های منطقه قرار گرفته است.

سمن‌ها می‌توانند جلسات و کارگاه‌های خود را در سمن سرای منطقه برگزار کنند و از این طریق شهروندان را به سهیم شدن در فعالیت‌های اجتماعی دعوت کنند. اینجا نخستین سمن سرای تهران است و بعد از آن، موضوع سمن‌سرا در مناطق دیگر هم

مطرح شد.» این ساختمان پیش از این در اختیار یکی از مؤسسات فیلمسازی بود. بعد از مدتی هم متروکه شده بود و به‌عنوان فضای بی‌دفاع شهری به حساب می‌آمد که با ایده سمن سرای منطقه جان گرفت و حالا به محلی برای حضور سمن‌های فعال منطقه تبدیل شده‌است. زهیر ابراهیم‌زاده، درباره سمن‌های فعال می‌گوید: «در همین مدت کوتاه که از افتتاح سمن‌سرا می‌گذرد، میزبان گروه‌های مختلفی بودیم تا در سمن‌سرا جلسه داشته باشند. بیشتر سمن‌های

در همین نزدیکی

■ برای مراجعه به سمن سرای منطقه می‌توانید به نشانی سمن‌سرا در خیابان پاتریس لومومبا، نبش خیابان حسین‌پور مراجعه کنید.

فعال در حوزه‌های محیط‌زیست و درمان برای همکاری اعلام آمادگی کردند.» اعضای سمن‌های فعال در منطقه با حضور در سمن سرا، برای اعضای خود جلسات پرسش و پاسخ برگزار کردند و در محیطی مناسب توانستند اهداف خود را پیش ببرند. تاکنون ۴ نشست تخصصی در قالب کارگروه‌های ۱۲ گانه از باشگاه داوطلبان اجتماعی شهر تهران در این مرکز برگزار شده است. این نشست‌ها در قالب کارگروه‌های حقوق شهروندی، کودکان، هویت و میراث فرهنگی و بانوان از باشگاه داوطلبان اجتماعی شهر تهران در رابطه با نقش تشکلات و سازمان‌های مردم‌نهاد در ترویج و آشنایی شهروندان با حقوق شهروندی، تعلیم، تربیت، نشاط و شادمانی کودکان، بررسی ظرفیت تشکلات و سازمان‌های مردم‌نهاد در افزایش نشاط اجتماعی شهروندان به شیوه‌های حضوری با رعایت پروتکل‌های بهداشتی و مجازی برگزار شده است.

برگزاری جلسات آنلاین

ابراهیم‌زاده به روزهای پیک پنجم کرونا اشاره می‌کند و می‌گوید: «ناگفته نماند که با شیوع ویروس کرونا دلتا و الزام به رعایت پروتکل‌های بهداشتی، حضور افراد و انجمن‌های مردم‌نهاد به حداقل رسید و در واقع سمن‌سرا به مرکز کارگاه‌های مجازی

سمن‌ها تبدیل شد.

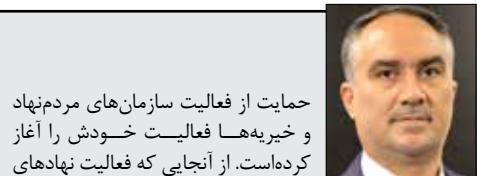
او در ادامه از مشکلات سمن‌ها می‌گوید: «یکی از مشکلات اساسی سمن‌ها، نداشتن فضای مستقل و محیطی امن و آرام برای برگزاری جلسات و کارگاه‌هایشان است. با راندازی سمن‌سرا و حضور در فضای مناسب به ادامه کار و فعالیت خود که به نوعی مسئولیت اجتماعی‌شان است، ترغیب می‌شوند. امکان حضور همه سمن‌ها با هر حوزه فعالیت در سمن سرای منطقه هست. فعالیت سمن‌ها با حضور در سمن سرا، بسیار منسجم‌تر می‌شود. از جمله سمن‌های فعال می‌توان به انجمن دوستداران گیشا و انجمن دوستداران فرحزاد اشاره کرد که هدف‌شان داشتن محله‌ای زیبا و پویاست.»

رئیس اداره امور آسیب‌های اجتماعی می‌گوید که سمن‌سرا از سمن‌های کوچک و تازه‌کار حمایت ویژه‌ای دارد و ادامه می‌دهد: «از فعالیت سمن‌های نوپا با حضور در سمن‌سرا حمایت می‌کنیم. این مرحله اول کار است. سمن سرای منطقه ۲ به‌عنوان پایلوتی است که از حضور سمن‌های مناطق دیگر هم استقبال می‌کند. سمن‌های پایتخت را به سمن سرای منطقه ۲ دعوت می‌کنیم تا از امکانات سمن‌سرا برای پیشبرد اهداف‌شان بهره‌مند شوند.»

ابراهیم‌زاده از افزایش مراکز کارآفرینی فنی و حرفه‌ای برای کودکان کار به‌عنوان برنامه آینده اداره امور آسیب‌های اجتماعی نیز خبر می‌دهد: «ساختمانی هم برای این منظور در دست بازسازی است که با تجهیز و افتتاح آن، امیدواریم گام مثبتی برای کودکان کار و خیابان به ثمر برسد.»



زهیر ابراهیم‌زاده
رئیس اداره امور
آسیب‌های اجتماعی
شهرداری منطقه ۲



کاترم داوودی
معاون اجتماعی
و فرهنگی شهردار
منطقه ۲

حمایت از فعالیت سازمان‌های مردم‌نهاد و خیریه‌ها فعالیت خودش را آغاز کرده‌است. از آنجایی که فعالیت نهادهای مردمی و NGOها، کار داوطلبانه و خیرخواهانه‌ای است که جامعه ما را زیست‌پذیرتر می‌کند، در فراخوانی از تمامی فعالیت‌های مدنی و کنشگران تقویت مشارکت اجتماعی شهروندان و رفع مشکلات شهری در این منطقه حمایت کند.

سمن‌سرا یک سرمایه اجتماعی است

سمن‌سراها، به تقویت مشارکت اجتماعی شهروندان و حمایت از سازمان‌های مردم‌نهاد کمک می‌کنند.

این روزها دیگر اهمیت سازمان‌های مردم‌نهاد یا سمن‌ها در محله، بر کسی پوشیده نیست. دامنه تأثیرگذاری سمن‌ها در زمینه حقوق و آموزش‌های شهروندی نیز نمود پیدا کرده است و در موضوعات روز از جمله زلزله، آلودگی هوا و

بحث ترافیک به خوبی می‌توان فعالیت انجمن‌های محلی را مشاهده کرد. برای اینکه سمن‌ها بتوانند از نهایت توانایی خود استفاده کنند و به عبارتی کارهای محلی را برعهده بگیرند، خوب است که محل مناسبی برای فعالیت داشته‌باشند.

سمن سرای منطقه هم با هدف توان‌افزایی و

با زوج شاعر و نویسنده هم‌محله‌ای به بهانه روز شعر و ادب پارسی هم‌صحبت شدیم

داروی شفاف‌بخشی به‌نام شعر

راحله عبدالحسینی

«گوهر شعر و ادبیات همواره نجات‌بخش است.» این را «فرزاد عامری» شاعر هم‌محله‌ای ما می‌گوید.

او و همسرش «فرزانه نظری» معتقدند که کمک از ساحت ادبیات، ما را به سلامت از گزند و تلخی این روزها می‌گذرانند. نظری که مترجم است و دستی بر قلم دارد نیز معتقد است که دلمشغولی از جنس یادگیری دانش یا هنر جدید در چرخه‌ای نو برای نگر بستن به زندگی می‌شود که نباید از خودمان دریغ کنیم. خانم و آقای عامری از یک دهه پیش همسایه ما در محله زرگنده و عضو کانون جهاندیدگان

فرهنگسرای آفتاب هستند. به مناسبت ۲۷ شهریور، روز شعر و ادب فارسی مهمان خانه آنها شدیم.

عامری در خانواده‌ای اهل قلم بزرگ شد. پدر بزرگ و پدرش نیز شاعر بودند و در خانه پدری او همیشه حرف از ادبیات و شعر و کتاب بود. اما خودش را شاعر نمی‌داند و می‌گوید که هنوز برای چاپ اشعارش راه درازتری در پیش است: «پدر مادرم به زبان عربی و فارسی شعر می‌سرود. نویسنده و مترجم و روزنامه‌نگار بود. روزنامه پیک ایران را منتشر می‌کرد. با استاد سعید نفیسی ارتباط داشت. استاد محمد محیط طباطبایی، ادیب و پژوهشگر از بستگان پدرم بود. به همین دلیل منزل ما همیشه کانون تجمع اهل ادب و قلم بود. حدود ۴۰ هزار بیت شعر از پدرم گردآوری کردم که هنوز چاپ نشده.»

خانه‌نشینی، فرصتی بی‌انتها برای کتابخوانی

عامری به تازگی از بستر بیماری برخاسته، تجربه‌اش را این‌طور بازگو می‌کند: «روزگار کرونا برای من با بیماری خود ایمنی همراه بود. بیش از سایرین دچار عارضه اجتماعی، روحی و روانی کرونا شدم.» او که صنعتگر و دانش‌آموخته مهندسی شیمی نساجی است از فرصت‌های دوره کرونا هم می‌گوید: «روزگار خانه‌نشینی و قرنطینه فرصتی است برای انجام کارهایی که عاقله داریم. من در این مدت بالغ بر ۲۰ هزار صفحه مطالعه کرده‌ام. بیماری خود ایمنی باعث شده‌بود که ۲۲ ساعت بی‌خواب باشم و بعد چند ساعتی بخوابم. لحظات بیداری را با مطالعه می‌گذراندم. مطالعات در بخش علمی مرتبط با رشته تحصیلی و کاری را همیشه داشتم که این روزها هم ادامه دادم. بخش دیگر مطالعات من در حوزه علوم انسانی به‌ویژه روان‌شناسی است که از دوران نوجوانی مطالعه در این حوزه را آغاز کرده‌ام.»

دوباره بنگرید

می‌گویند اگر کتابی را ۲ سال پیش خوانده‌ای، امروز بهتر است بگویی آن کتاب را نخوانده‌ای. زیرا با دانش و تجربه امروز خواندن آن کتاب، افق دید تازم‌ای به تو می‌دهد.

شهر سات دارویی شفاف‌بخشی

عامری در پاسخ به این پرسش که وقتی گرفتاری و بی‌حوصلگی جایی برای شعر خوانی نمی‌گذارد چه باید کرد، می‌گوید: «ادبیات و شعر به داد ما می‌رسد و ساحت ادبیات

نجات‌بخش ما می‌شود. هر کدام از شاعران بزرگ ما یک مکتب فلسفی هستند که علم و دانش را در قالب شعر به ما می‌گویند. شعر کهن فارسی فقط یک کلام مقفان نیست؛ بلکه حکمت و فلسفه زندگی است. پس شعر همیشه نجات‌بخش بوده و هست. همان‌طور که گفتیم تأثیر دارویی دارد. حکمت وقتی در زندگی ما جاری و ساری باشد، سراسر شفاست.»

نگاه تازه به زندگی

نظری، مترجم، نویسنده و شاعر کودکان است و زبان‌های عربی و انگلیسی تدریس می‌کند. کتابی با نام «ماجراجویی‌های یک پسر جوان» از «دواردجان تریلونسی» را ترجمه کرده‌است. او که لیسانس ارتباطات اجتماعی دارد می‌گوید: «۳دهه پیش در نشریه صنعت نساجی، معاون

۱۳

دیدار در فضای باز فرهنگسرا

فرزانه نظری، فعال اجتماعی سرای محله زرگنده و فرهنگسرای آفتاب است. می‌گوید: «تا قبل از کرونا، هر هفته روزهای یکشنبه در فرهنگسرای آفتاب برای اعضای کانون جهاندیدگان برنامه داشتیم. برای اعضا زبان تدریس می‌کردم. ورزش، شعر خوانی و گردشگری هم از برنامه‌های ما بود. بعد از کرونا فعالیت را در فضای مجازی و به‌صورت تولید محتوا پیش می‌بریم. بیشتر اعضای جهاندیدگان روزهای تنهایی را می‌گذرانند و فرزندان‌شان مهاجرت کرده‌اند. اگر شرایط کرونا اجازه بدهد تعداد محدودی هم در فضای باز فرهنگسرا جمع می‌شویم و دیداری تازه می‌کنیم.»

فرصت‌های نو

درباره حال و هوای این روزها این‌طور می‌گوید: «همیشه به ما می‌گویند باید از تهدیدها فرصتی برای خود بسازیم. من این تجربه را در روزهای کرونایی داشتم. سعی کردم در دل این روزهای سخت، با کمک علم و دانش

عبور کنم. ما فکر می‌کنیم فقط ما هستیم که مشکل داریم. در حالی که من معتقدم سقف هر خانه‌ای را که بر داریم، مشکلات ریز و درشت خودنمایی می‌کند. پس باید راهی برای پذیرش مشکلات پیدا کنیم. چند سال پیش که در کلاس‌های روان‌شناسی سرای محله زرگنده شرکت می‌کردم با کتابی به نام تئوری انتخاب آشنا شدم که روی زندگی من تأثیرگذار بود و منوجه شدم که خودمان تصمیم می‌گیریم چه انتخابی داشته‌باشیم. باید مسئولیت انتخابمان را بپذیریم و در انتخاب‌های بعدی دقت کنیم.»

فرزاد عامری پس از بهبود بیماری‌اش برای قدردانی از همسرش شعری سرود که چند بیت از آن را با هم می‌خوانیم:

این راز عیان گویم با حضرت مولانا

تا وارده او اینک از جستن و جستن‌ها

گفتی که ملولی تو از دیو و همه ددها/ من فاش تو را گویم تا واره‌ی از غم‌ها
گویی که نجویم من چون می‌نشود پیدا/ آری نشود پیدا در کوچه و برزن‌ها
آن کس که نشد پیدا از جستن دوشینه/ من یافتمش اینک در خرمن گلشن‌ها
او مونس جان من آرام و قرار من / با خصلت نیکویش محبوب همه دل‌ها
او همسر من باشد، تاج سر من باشد / فرزانه بود نامش کویش به بستان‌ها
گر نیک ببندی در گفته و کردارش / الگو بودای جان پهر همه انسان‌ها
ثابت قدم و راسخ در فکر و هم‌اندیشه/ داروی همه غم‌ها آرام همه جان‌ها
فرزانه شد از فرزند از هم نفسی با او/ با صبر و شکبیا شد هر دم بی‌جولان‌ها
شکرانه همی گویم یارب مددی فرما/ تا جان کنمش قربان در عید قربان‌ها





بزرگ‌ترین مرکز توانبخشی تهران

«مرکز جامع توانبخشی هلال‌احمر» در خیابان ولی‌عصر (عج)، خیابان شهید یاسمی قرار دارد. در این مرکز خدمات مختلفی از جمله خدمات از توبدی فنی شامل ارتز، پروتز و کفش طبی، فیزیوتراپی، کاردرمانی، توانبخشی چند تخصصی بیماری‌های مغز و اعصاب، توانبخشی سالمندی، تغذیه، گفتاردرمانی، توانبخشی مغز، ذهن و روان ارائه می‌شود. ساختمان این مرکز که به تازگی بازطراحی و مناسب‌سازی شده است با حدود ۲۱ هزار مترمربع یکی از بزرگ‌ترین مراکز جامع توانبخشی کشور به شمار می‌رود.

مخاطبان اصلی کلینیک

مخاطبان اصلی کلینیک چند تخصصی مغز و اعصاب هلال‌احمر یکی از این اقدامات است که به همت و کمک گروه «خیران نیک‌اندیش» انجام گرفته است. به گفته رئیس جمعیت هلال‌احمر ۲۶ میلیارد ریال با کمک خیران برای راه‌اندازی این کلینیک هزینه شده است.

جمع متخصصان توانبخشی جمع است

کلینیک توانبخشی چندتخصصی مغز و اعصاب مرکز جامع توانبخشی شاید نخستین در نوع خود نباشد اما یکی از معدود مراکز چند تخصصی در حوزه توانبخشی مغز و اعصاب در تهران است. دکتر «محمد حیدری» رئیس مرکز جامع توانبخشی جمعیت هلال‌احمر می‌گوید: «چند تخصصی بودن این کلینیک به این معنی است که بیماران توانیاب که به این مرکز مراجعه می‌کنند می‌توانند از متخصصان توانبخشی مختلف کمک بگیرند.

حضور این متخصصان توانبخشی در کنار هم در این مرکز از مزیت‌های آن است. این عزیزان برای استفاده از خدمات مختلف توانبخشی دیگر نیاز به مراجعه چندباره به مراکز مختلف را ندارند و می‌توانند تمام نیازهای خود در این زمینه را از کلینیک دریافت کنند.» ارائه خدمات به‌روز و ارزان‌قیمت در حوزه توانبخشی و درمان به بیماران فقط بخشی از فعالیت‌های این مرکز است؛ سال‌هاست بیماران نیازمند در این مرکز به کمک بخش‌های مداخله‌ای و با حمایت‌های جمعیت هلال‌احمر و خیران بدون پرداخت هزینه یا با مبالغ بسیار اندک این خدمات را دریافت می‌کنند.

حیدری می‌گوید: «لگنات و تجهیزاتی که به کمک خیران برای

این مرکز تهیه شده است به روزترین تجهیزات توانبخشی مغز و اعصاب هستند که از اهمیت زیادی برخوردار است. از طرف دیگر یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های مرکز جامع توانبخشی هلال‌احمر ارزان بودن خدمات مختلف این مرکز نسبت به بخش خصوصی است. این موضوع را در کنار جامع بودن خدمات قرار دهید که از دیگر مزیت‌های این مرکز به شمار می‌رود. ارزان بودن هزینه استفاده از این خدمات برای توانخواهان بسیار مهم است که در این مرکز انجام می‌گیرد.»

پارکینگ ویژه مراجعان

دشواری‌های رفت‌وآمد با وسایل نقلیه عمومی و غیرشخصی باعث شده تا اغلب مراجعه‌کنندگان به مراکز توانبخشی از وسایل نقلیه شخصی برای مراجعه به این مراکز استفاده کنند. مشکل نبود پارکینگ و جای پارک مناسب یکی از بزرگ‌ترین موانع پیش رو این افراد و همراهانشان است. همچنین نیاز به استفاده از فضای مناسب‌سازی شده برای عبور و ویلچر و واکر و... ساختمان مرکز جامع توانبخشی علاوه بر مناسب‌سازی برای افراد دارای معلولیت، پارکینگ اختصاصی برای ورود و توقف مراجعان هم دارد تا این افراد فارغ از دغدغه‌های حاشیه‌ای دسترسی راحت‌تری به این خدمات داشته باشند.



گزارشی از کلینیک توانبخشی چند تخصصی مغز و اعصاب هلال‌احمر در ظفر

در جست‌وجوی توانایی‌های از دست رفته

مرضیه موسوی گاک

◀ مرکز جامع توانبخشی هلال‌احمر بزرگ‌ترین مرکز توانبخشی تهران است که در خیابان ظفر جا خوش کرده. بیش از ۲۰ سال است که مرکز توانبخشی به محدوده ظفر و خیابان شهید یاسمی منتقل شده است. با این حال قدمت خدمات توانبخشی در هلال‌احمر به بیش از ۵۰ سال می‌رسد. کلینیک توانبخشی چندتخصصی مغز و اعصاب این مرکز به تازگی بازسازی و بازطراحی شده است و تجهیزات روز توانبخشی مغز و اعصاب در آن جا گرفته است. ارائه خدمات توانبخشی به افراد دچار ضایعه نخاعی یا بیماری‌های که درگیر ضربه مغزی و عوارض آن شده‌اند در این کلینیک انجام می‌شود. ▶

فضای بزرگ کلینیک توانبخشی چند تخصصی مغز و اعصاب مرکز جامع توانبخشی هلال‌احمر این روزها میزبان بیمارانی است که به دلایل مختلف به خدمات توانبخشی نیاز دارند. از افراد دچار عارضه نخاعی تا مننژیت و بیماری‌های ناشی از ضربه مغزی و... گسترش این مرکز باعث شده تعداد مراجعان و پذیرش‌شوندگان کلینیک افزایش یابد. یکی از مهم‌ترین اتفاقاتی که این روزها در محله ظفر رخ داده، به روز شدن تجهیزات این مرکز به کمک خیران است.

دکتر «کریم همتی» رئیس جمعیت هلال‌احمر می‌گوید: «برای کمک به کاهش آلام بشری یکی از کارهایی که هلال‌احمر طی سال‌های گذشته انجام داده گسترش مراکز توانبخشی است. ما مراکز درمانی را هر جا که توانستیم گسترش دادیم و هزینه‌هایی را هم برای مراجعه‌کنندگان در نظر گرفتیم که وسایل مورد نیاز برای تأمین ارتز و پروتز را خریداری کنیم تا هزینه و قیمت خدمات ارائه‌شده برای مردم ارزان‌تر تمام شود.» تجهیز و



مرداد سال ۱۳۶۷، بازدید آیت‌الله خامنه‌ای، رئیس‌جمهور وقت از جبهه جنوب کشور



زمستان ۱۳۶۰ - یادگان ابوذر جبهه سرپل ذهاب

سال ۱۳۴۱ در شهرستان آران استان اصفهان به دنیا آمد. با شروع جنگ تحمیلی و در حالی که هنوز دبیرستان را تمام نکرده بود راهی جبهه شد. همان سال‌های اول حضورش، جرقه ثبت خاطرات دوران دفاع‌مقدس در ذهنش زده شد. حیدری مقدم می‌گوید: «بعد از گرفتن دیپلم در سال ۱۳۶۰ تصمیم گرفتم به‌صورت مستمر به جبهه بروم. این حضور در طول ۸ سال دفاع‌مقدس ادامه داشت. فروردین سال ۱۳۶۱ صحبت از عملیاتی بزرگ برای آزادسازی خرمشهر و هویزه شد. من عضو تیپ ۷ ولی‌عصر (عج) بودم که آن زمان به تیپ ۷ ذفول معروف بود و با سازماندهی سپاه پاسداران در عملیات شرکت کردیم. اردیبهشت ماه و در مرحله دوم عملیات، موقعیت بسیار خطرناکی پیش آمد و ما که رزمنده‌های اعزامی از تهران و تیپ ۷ ولی‌عصر (عج) بودیم در محاصره دشمن قرار گرفتیم. بسیاری از دوستان ما مظلومانه شهید شدند. برادر کوچک ترم در عملیات فتح خرمشهر به شهادت رسید و من جانباز شدم.» حیدری مقدم که تاکنون ۲۰ جلد کتاب در زمینه دفاع‌مقدس تهیه کرده است می‌گوید: «آن زمان ۱۹ ساله بودم. با خودم گفتم که ۲۰ سال دیگر چه می‌شود؟ چه کسی باید این صحنه‌ها را برای مردم تعریف کند و از جوانانی بگوید که برای حفظ این مملکت و آزادی خرمشهر شجاعانه جنگیدند و شهید شدند. دوست داشتم این وقایع را ثبت کنم. اما به دلایل مختلفی در طول جنگ تحمیلی فرصت نشد. البته گروه‌هایی بودند که با تهیه فیلم و عکس این کار را انجام می‌دادند ولی خواسته قلبی من این بود که بتوانم خاطرات را مکتوب کنم. بعد از پایان جنگ تحمیلی، این ایده پررنگ شد و فرصت کردم تا با رزمندگان گفت‌وگو کنم. نخستین کتاب را سال ۱۳۷۰ به اسم روزهای امتحان چاپ کردم که حاصل جمع‌آوری خاطرات رزمندگان بود.»

پرداختن به زوایای مختلف دفاع مقدس

پدر و مادر و همسران شهدا نقش مهمی در دوران دفاع‌مقدس ایفا کردند. آنها بسا روحیه‌ای قوی عزیزان خود را رهسپار جبهه می‌کردند و خود پشت جبهه با تشکیل گروه‌های مردمی برای حمایت از نیروهای رزمنده در تلاش بودند. حیدری مقدم می‌گوید: «اعتقاد داشتم علاوه بر رزمندگان، باید به عقبه جبهه هم نگاه کنیم. بعد از پایان ۸ سال دفاع مقدس، فقط کتاب‌هایی درباره زندگینامه شهدا چاپ می‌شد. کار بسیار ارزشمندی برای حفظ نام شهدا و وصیتنامه‌های آنها بود. کمتر کسی سراغ رزمنده‌هایی می‌رفت که در قید حیات بودند. به یاد دارم که رهبر معظم انقلاب در جلسه‌ای سخنانی فرمودند با این مضمون که چرا به عقبه جنگ پرداخته نشده است. گفتند که باید توجه عکس‌های به یادگار مانده اهمیت بسیاری دارد. حیدری مقدم که همراه چند تن از دوستان خود ۸ جلد کتاب کرد پدر و مادر و همسر شهید مقدمه جبهه رفتن جوانان را فراهم کرده‌اند. این توصیه و تأکید حضرت آقا مبنی بر پرداختن به این موضوع انگیزه مرا بیشتر کرد تا سراغ افرادی بروم که بنیانگذار دفاع‌مقدس بودند. ما معتقدیم زیرساخت هر پروژه‌ای مهم است. زیرساخت و

گفت‌وگو با نویسنده و پژوهشگری که برای تهیه کتاب‌ها سراغ رزمندگان و خانواده‌های شهدا می‌رود

ثبت ناگفته‌های دفاع مقدس

شهره کیانوش راد گاک

◀ ثبت رویدادها و خاطرات ۸ سال دفاع‌مقدس از کارهای ارزشمند برای آشنایی نسل جوان با دوران دفاع‌مقدس است. «عباس حیدری مقدم» رزمنده و جانباز و پژوهشگر معتقد است که برای ثبت تاریخ دفاع‌مقدس باید سراغ افرادی رفت که آن دوران را تجربه کرده‌اند. رزمندگان، خانواده‌های شهدا، اینارگران و مردمی که در طول ۸ سال با حمایت و همراهی خود نقش آفرینی کردند، راویان زنده‌ای هستند که می‌توانند حقایق کمتر گفته شده‌ای از جلوه‌های ایثار و از خودگذشتگی را بازگو کنند. به مناسبت بزرگداشت هفته دفاع‌مقدس با این نویسنده و پژوهشگر دوران دفاع‌مقدس گفت‌وگو کرده‌ایم. ▶



این شهدا اکنون فوت کرده‌اند اما عکس‌ها و وصیتنامه‌ها ثبت شده و به یادگار مانده است.»

او دربارۀ یکی از عکس‌های چاپ شده در کتاب «تکین انگشتی» می‌گوید: «آقای حسن سرگردان آرائی، معلم بسیجی بودند که از آران کاشان به جبهه آمده‌ایش را نقاشی می‌کرد تا بتواند به آقای گریان در جبهه روحیه بدهد. عکس‌ها و خاطرات بسیاری در این زمینه هست و به نظر من فرصت کمی برای جمع‌آوری عکس‌های به یادگار مانده اهمیت بسیاری دارد. حیدری مقدم که همراه چند تن از دوستان خود ۸ جلد کتاب با نام «طائران قدسی» را تهیه کرده است می‌گوید: «در این کتاب‌ها زندگینامه و وصیتنامه شهدای شهرستان آران و بیدگل ثبت شده است. خیلی از پدر و مادرهای



کتاب «جنگ آب» توسط عباس حیدری مقدم، در ۴۷۸ صفحه گردآوری شده و توسط انتشارات موزه انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس سال ۱۳۹۸ منتشر شده است.

مانده بود که باید برای ادای دینم به دفاع‌مقدس انجام می‌دادم. با خدا عهد کردم که اگر زنده ماندم در راه نگارش کتاب و معرفی رزمندگان، اینارگران، شهیدا و خانواده‌های آنها به نسل جوان تلاش کنم و خوشحالم که امروز چندین کتاب در این زمینه چاپ کرده‌ام.»

از ظرفیت مراکز فرهنگی استفاده کنیم

راه‌اندازی مرکزی برای حفظ آثار دفاع‌مقدس یکی از مهم‌ترین فعالیت‌های فرهنگی برای پاسداشت و ثبت وقایع تاریخی آن دوران است. موزه دفاع‌مقدس در منطقه ۳ یکی از ظرفیت‌های فرهنگی و ملی است. حیدری مقدم درباره اهمیت مراکزی که با این هدف فعالیت می‌کنند می‌گوید: «موزه دفاع‌مقدس فضا و موقعیت بسیار عالی دارد. این موزه یکی از ظرفیت‌های بسیار خوب تهران برای آشنایی نسل جوان با دوران دفاع‌مقدس است. کارهای بزرگی هم در این مرکز انجام می‌شود. مانند رونمایی کتاب، جشنواره و یادنامه و... اما نباید به این برنامه‌ها اکتفا کرد. یکی از کارهایی که باید به‌صورت دوره‌ای به آن پرداخته شود بررسی ارتباط نسل جوان با آثار دفاع‌مقدس است. با انجام کارهای پژوهشی باید بررسی کرد چرا جوانان به کتاب کار کجاست؟ من فکر می‌کنم یکی از دلایل آن ارائه آثار ضعیف و کلیشه‌ای است. در این آثار حقیقت امر بیان نشده و گاهی در پرداختن به زندگی شهدا غلو شده است. آنها از میان همین مردم و محله‌ها راهی جبهه شده‌اند. الگوهای دست یافتنی هستند. می‌توانیم به معرفی ابعاد مختلف زندگی آنها برای جوانان امروز الگوسازی کنیم. ضعف کار اینجاست که ما نتوانسته‌ایم آنها را به خوبی معرفی کنیم. اگر موزۀ ای ساخته می‌شود باید با تنوع در اجرای برنامه‌ها به دنبال اثرگذاری بیشتر باشیم. دفاع‌مقدس فقط جنگ نیست. جنگ به خودی خود تقدس ندارد. ایثار، از خودگذشتگی، همراهی و حمایت خانواده‌ها، همراهی مردم برای پشتیبانی و... همه اینها جلوه‌های زیبایی است که این دفاع را مقدس کرده و این موضوع وظیفه ما را بیشتر می‌کند.»



عاشق خیابان ولی‌عصر (عج) هستم

من عکاس خبری در خبرگزاری بودم؛ از اتفاقاتی که در تهران رخ می‌داد عکاسی می‌کردم. ۳ سال است که با رسانه و مطبوعات کار نمی‌کنم. دوست دارم دوباره کارم را یا رسانه شروع کنم ولی به‌عنوان عکاس زن چنان که باید و شاید، حمایت نمی‌شویم. اما اینکه بخواهم خارج از برنامه و برای دل خودم از تهران عکاسی کنم باید بگویم که تجربش، بازار تهران و چشمه‌علی شهرری را خیلی دوست دارم. بافت تاریخی و قدیمی تهران را هم خیلی دوست دارم. باتوق من خیابان ولی‌عصر (عج) است. بهتر است بگویم عاشق خیابان ولی‌عصر (عج) هستم. تجربه عکاسی خیابانی را هم دارم. همچنین به عکاسی از بازار تهران علاقه دارم و این کار را انجام می‌دهم. عکاسان راویان زندگی مردم شهر هستند.

دوربین عکاسی فاطمه بهبودی، زندگی مادران شهدای جاویدالاثر را روایت می‌کند

سخت، مثل زندگی مادران انتظار

راحله عبدالحسینی

راوی روزگار پس از جنگ تحمیلی است: روزگاری که به نظر می‌رسد با پایان دوره دفاع مقدس تمام شده باشد اما برای مادران شهدای جاویدالاثر تا همیشه عمرشان ادامه دارد. دوربین «فاطمه بهبودی» زندگی مادران شهدا را بی‌کم و کاست، بی‌قضاوت، بی‌پیرایه و مستند روایت می‌کند. این عکاس جوان با مجموعه عکس‌هایش با عنوان «مادران انتظار»

روی دیگری از سال‌های جنگ تحمیلی را به دنیا نشان داد و جایزه جهانی ورلدرپرس فوتو در سال ۲۰۱۵ را به‌عنوان نخستین زن ایرانی کسب کرد. بهبودی برای ثبت لحظه‌های ماندگار از زندگی مادران شهدای جاویدالاثر به کوچه‌پسکوبه‌ها رفت. با آنها هم‌صحبت شد، نشست و برخاست کرد و حتی یکی دو روزی مهمان خانه‌هایشان بود. به مادران شهدا در شهرهای دیگر هم سر زد. در آستانه هفته دفاع مقدس از تجربه حضورش در خانه مادران شهدا پرسیدیم تا برایمان از قصه‌های کمتر شنیده شده بگوید.

است. بخش دیگر «شهدای گمنام» است. موضوع دیگر «بهشت زهرای تهران» است که عکاسی آن ۳ سال طول کشید. نوع دیگری از زندگی با حضور خانواده‌های شهدای جنگ در گلزار شهدای بهشت زهرا (س) ادامه دارد. بخش دیگر «سفر به سرزمین مقدس» درباره راهیان نور است. پروژه جدیدی هم تعریف کردم در مورد «کودکان مین» و دیگری «جانبازان و شیمیایی‌ها» که هنوز شروع نکرده‌ام. جانبازان هم بازماندگان مظلوم جنگ تحمیلی هستند. موضوع «تفحص» در خاک ایران و عراق هم بخش دیگری است که فقط با حمایت از پروژه پیش می‌رود و به همین دلیل متوقف شده‌است.

تصاویر زیادی از عملیات‌های دفاع مقدس، خاک‌برها، سنگرها و شهدای جنگ تحمیلی از زمان است. از تجربه حضور در کنار این مادران برای ما بگویید.

اول برای انتخاب است اما گویی امید به زندگی محله‌های تهران رفته. برخی از آنها که قبلاً

«در میان این همه سوژه و ایده برای شما که کارتان را با عنوان عکاسی خبری آغاز کردید، چرا موضوعات مربوط به جنگ تحمیلی به شکل ویژه اهمیت پیدا کرد؟

عکاسی پس از جنگ تحمیلی دغدغه زندگی من است. ایده اصلی عکاسی از مادران شهدا به زندگی خودم برمی‌گردد. من دهه ۶۰ به دنیا آمدم. در خانواده ۳ نفر شهید شده‌بودند و من با زندگی خانواده‌های شهید آشنا بودم. من و همسالانم از همان کودکی جنگ را در خانه خودمان دیدیم. موضوع نقاشی ما همیشه جنگ و مباران و شهادت بود. یادم است که بیکر شهدا را به محله می‌آوردند و این‌طوری نخستین تصاویر در ذهن من نقش می‌بست. بعد از پایان جنگ تحمیلی باز هم مدام حرف از جنگ و شهادت می‌شنیدیم. گویی جنگ هیچ‌وقت خانه ما را رها نکرد. جنگ به سادگی می‌آید. اما هرگز به سادگی از زندگی آدم‌ها بیرون نمی‌رود. تا سال‌ها و نسل‌ها می‌ماند و به شکل‌های مختلف خود را نشان می‌دهد. وقتی عکاسی خبری را سال ۱۳۸۶ با خبرگزاری ایگنا شروع کردم، نخستین پروژه کاری من شهدای گمنام بود. بعد از آن قریب به ۹۰ درصد مراسم تشییع پیکر شهدا را که بعد از سال‌ها می‌آوردند، عکاسی می‌کردم. در حین عکاسی زندگی مادران شهدا به شدت نظر مرا جلب کرد.

چطور؟

مادری را دیدم که در مراسم تشییع شهید دیگری آمده‌بود و بعد از ۳۰ سال هنوز چشم به راه فرزندش بود و دنبال او می‌گشت. با خودم می‌گفتم که چگونه هنوز این‌قدر منتظر است؟ چه حال و روزی دارد؟ چطور زندگی می‌کند؟ و بعد فهمیدم این پرسش بسیاری از ماست. ما از بخش‌های دیگر جنگ خبر نداریم. رفته‌رفته متوجه شدم که جنگ هنوز خیلی زنده است و مردمی هنوز از اثرات جنگ در رنج هستند.

پرداختن به نقش زنان در جنگ تحمیلی و بعد از آن، چقدر برای شما پررنگ بود که منجر به شکل‌گیری ایده «مادران انتظار» شد؟

نکته مهم برای من این بود که چرا به نقش زنان بعد از جنگ تحمیلی نپرداخته‌ایم. جانبازان را دیده‌ایم ولی از زنان بعد از دوره دفاع مقدس هیچ خبری نداریم. در حالی که اگر این مادران نبودند، قهرمانان شهید هم نبودند. این، جرقه‌ای شد تا پروژه «مادران انتظار» را کار کنیم. پروژه‌ای که از سال ۲۰۱۳ شروع شد و هنوز هم کامل نشده. در این پروژه از ۴۰ مادر شهید از ۱۵ شهر کشور عکاسی کرده‌ام.

بعد از «مادران انتظار» سراغ

پروژه بزرگ‌تری رفتید به نام «جنگ زنده است» که بخش‌های مختلفی دارد. چقدر از این کار را پیش برده‌اید؟

در حقیقت مادران انتظار هم جزئی از پروژه «جنگ زنده است» قرار گرفت. سال آینده در کشور ایتالیا نمایشگاهی از آثار عکاسان زن برگزار خواهد شد که در آن حضور دارم. در تلاشم تا این پروژه را برای نمایشگاه سال آینده تکمیل کنم. یکی از بخش‌های آن درباره «خرمشهر» و اثرات جنگ در زندگی مردم خرمشهر بعد از جنگ تحمیلی



فاطمه بهبودی عکاس

روزگار کرونا هم با تلخی‌ها و دوری‌هایش، روایت کم ندارد که هر کدام از ما به نوعی تجربه‌اش کرده‌ایم. این روزها هم دوربین به دست هستید؟

کرونا که کار و زندگی همه را به شدت تحت تأثیر قرار داد. قرنطینه

و خانه‌نشین شدید. هریک از مردم دنیا به نوعی با این آسیب دست و پنجه نرم کردند. از دیدگاه من

جزو موارد نادری است که کل مردم دنیا آن را تجربه کردند و هر کدام روایت خودشان را دارند. این حوزه هم ذهن مرا درگیر کرده

و امیدوارم به‌زودی و با عبور از پیک بیماری کرونا بتوانم ایده‌هایم را عملی کنم. دوست دارم کرونا را از دریچه نگاه آدم‌های مختلف ببینم.

شما به‌عنوان عکاس از این تعبیر چیست؟

به نظر من هم دقیقاً همین‌طور است. لحظه به لحظه زندگی این مادر

می‌گوید که همواره ناخوشم و همیشه دلشوره دارم. ولی ته دلشان امیدوارند.

برخی می‌گویند که می‌دانیم شهید شده ولی شاید هم زنده باشد. مادری می‌گفت که شاید زنده باشد و در عراق مشغول کاری است. دیگری می‌گفت

شهید شده ولی حتماً یک روز پیکرش می‌آید. هر کدام برای خود داستان امیدبخش و معنایی برای زندگی دارند که آنان را زنده نگه می‌دارد. هر لحظه

بین امید و ناامیدی قدم برمی‌دارند. نشستم. به من، اعتماد و حتی کمک کردند تا مادر شهدای دیگر را پیدا کنم. لطف خدا و کمک مردم را در پیشبرد این پروژه دخیل می‌دانم.

دین عکس مادران شهدای جاویدالاثر

هر چند غم‌انگیز است اما گویی امید به زندگی

را هم در دل مخاطب زنده می‌کند. برداشت

هریک مهم است. مثلاً در بین صحبت‌های مادر شهید متوجه می‌شوم که در حیاط، زیر درختی می‌نشیند که پسرش کاشته. من صبر می‌کنم تا او هر وقت به حیاط رفت و زیر درخت نشست، همان‌طور که با هم گپ می‌زنیم و او تعریف می‌کند، من عکاسی کنم. کار من مثل مورخان در تاریخ می‌ماند. من حق دستکاری واقعیت را ندارم. غم این مادران خیلی زیاد است. بارها با پای آنها گریستم. با این حال گاهی می‌بینم که

چقدر بی‌انصافانه و نادرست قضاوت می‌شوند.

اما هنوز نمایشگاهی از مادران انتظار برگزار نکرده‌اید؟

در ایران نمایشگاه رسمی نداشته‌ام. در کشورهای خارجی چند نمایشگاه برگزار کردم. سال ۲۰۱۳ تعدادی عکس به انجمن عکاسان دفاع مقدس دادم



باشد به پرسش‌های آنان از جنگ تحمیلی.

با توجه به ۳ سال زمانی که برای عکاسی از گلزار شهدای بهشت زهرا (س) صرف کردید زندگی از دریچه نگاه مادران شهدای جاویدالاثر با مادرانی که بر سر مزار فرزند شهیدشان می‌نشینند چقدر متفاوت است؟

گلزار شهدای بهشت زهرا (س) به نظر من یک موزه تمام‌عیار است. دوست دارم مردم دنیا با واقعیت زندگی ما و روزگار ما آشنا شوند. گلزار شهدا یک محیط رنگی است. تولد، شمع تولد، دوره‌می، سفره هفت‌سین و دیگر نشانه‌های شادی و زندگی عادی را می‌بینید. انگار منتخب ۶۰ عکاس سال در فستیوال عکاسی خبری لومیکس آلمان در سال ۲۰۱۸ نیز به نمایش در آمد. سال ۲۰۱۹ پروژه «جنگ هنوز زنده است» نامزد اصلی گرت ۲۵ هزار دلاری آمریکا شد.

و ژورنالیسم دانمارک را دریافت کرد. او یک‌بند انگشت از فرزند شهیدم بیاید و بعد بمیرم. از نظر من زندگی مادران انتظار سخت‌تر از چیزی است که نوشته شود یا به تصویر درآید.



واکنش مردم دنیا در برابر نمایشگاه «مادران انتظار»

نمایشگاه «مادران انتظار» را در مالزی برگزار کردم. یک مرد آمریکایی در مقابل عکس‌ها گریه کرد و به من گفت: به خاطر رنجی که برای مردم ایران در پی جنگ پیش آمده است عذرخواهی می‌کنم. یک دختر اسرائیلی به من پیام داد که نمایشگاه را دیدم و گریه کردم. ولی خجالت کشیدم جلو بیایم و با تو صحبت کنم. در نمایشگاه میانمار، اروپایی‌ها بعد از دیدن عکس‌ها می‌گفتند: ما درباره جنگ ایران و عراق چیزی نشنیده بودیم. حالا چهره دیگری از ایران را می‌بینیم که هیچ چیز درباره‌اش نمی‌دانستیم. عکس یا در کل هنر، این قدرت را دارد که چهره کشورها را تغییر دهد. عکس از اسلحه قدرتمندتر است. عکاسان آمریکایی همیشه به من می‌گفتند: ما دوست داریم مادران شهید را بشناسیم.



کوتاه و مختصر درباره فاطمه بهبودی

فاطمه بهبودی فارغ‌التحصیل رشته عکاسی و عکاس خبری در رسانه، سال ۲۰۱۳ در مسترکلاس ورلدرپرس فوتو در هلند پذیرفته شد. در معرفی او همین بس که بگویم نخستین زن ایرانی برنده جایزه جهانی ورلدرپرس فوتو در سال ۲۰۱۵ برای مجموعه «مادران انتظار» است. این مجموعه سال ۲۰۱۴ جایزه عکاسی بوی آمریکا را به خود اختصاص داد. همچنین سال ۲۰۱۷ نشریه تایم عکس‌های او را در مجموعه «۳۴ صدا از اطراف جهان» به نمایش گذاشت. عکس‌های او در نمایشگاه منتخب ۶۰ عکاس سال در فستیوال عکاسی خبری لومیکس آلمان در سال ۲۰۱۸ نیز به نمایش در آمد. سال ۲۰۱۹ پروژه «جنگ هنوز زنده است» نامزد اصلی گرت ۲۵ هزار دلاری آمریکا شد. و ژورنالیسم دانمارک را دریافت کرد. او یک‌بند انگشت از فرزند شهیدم بیاید و بعد بمیرم. از نظر من زندگی مادران انتظار سخت‌تر از چیزی است که نوشته شود یا به تصویر درآید.

شهره کیانوش راد

◀ باغ موزه دفاع مقدس سال

۱۳۸۹ در بزرگراه شهید حقانی،

روبه‌روی بوستان طالقانی با

نام موزه ملی انقلاب اسلامی و

دفاع‌مقدس راه‌اندازی شد. هدف

اصلی راه‌اندازی این موزه نمایش

عکس‌ها و تصاویر به یادگار مانده

از دوران ۸ سال دفاع‌مقدس و

معرفی به جوانان و نسل‌های آینده

است تا با فرهنگ و ارزش‌های

دفاع‌مقدس آشنا شوند. موزه

اگرچه با نام دفاع‌مقدس شناخته

می‌شود اما بخش‌هایی از آن

روایتگر تاریخ انقلاب اسلامی ایران

است. تالارهای هشتگانه، موزه‌های

تخصصی جدید شامل موزه‌های

انقلاب اسلامی، مقاومت، نقش

تهران در دفاع مقدس، نقش زنان

در دفاع‌مقدس و بخش کودکان

و نوجوانان است. برخی از این

بخش‌ها راه‌اندازی شده و بخشی

دیگر در حال تکمیل است. در این

گزارش به بخش‌های متنوع موزه

سر می‌زنیم. ▶



رتبه برتر

طبق نظرسنجی انجام شده موزه دفاع‌مقدس با کسب نمره ۸۵ در جایگاه اول از میان ۲۲ معاونت، سازمان و مدیریت مستقل و مجموعه‌های بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع‌مقدس قرار گرفته است. نتایج نظرسنجی در بازه زمانی ۵ ساله حاکی از آن است که از منظر مخاطبان موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس در جایگاه خیلی خوب و رو به عالی قرار دارد. موزه در ایام کرونا و طبق دستور ستاد ملی کرونا تعطیل شده است و فضای موزه برای انجام واکنسیناسیون در اختیار وزارت بهداشت قرار دارد.



موزه‌های تخصصی

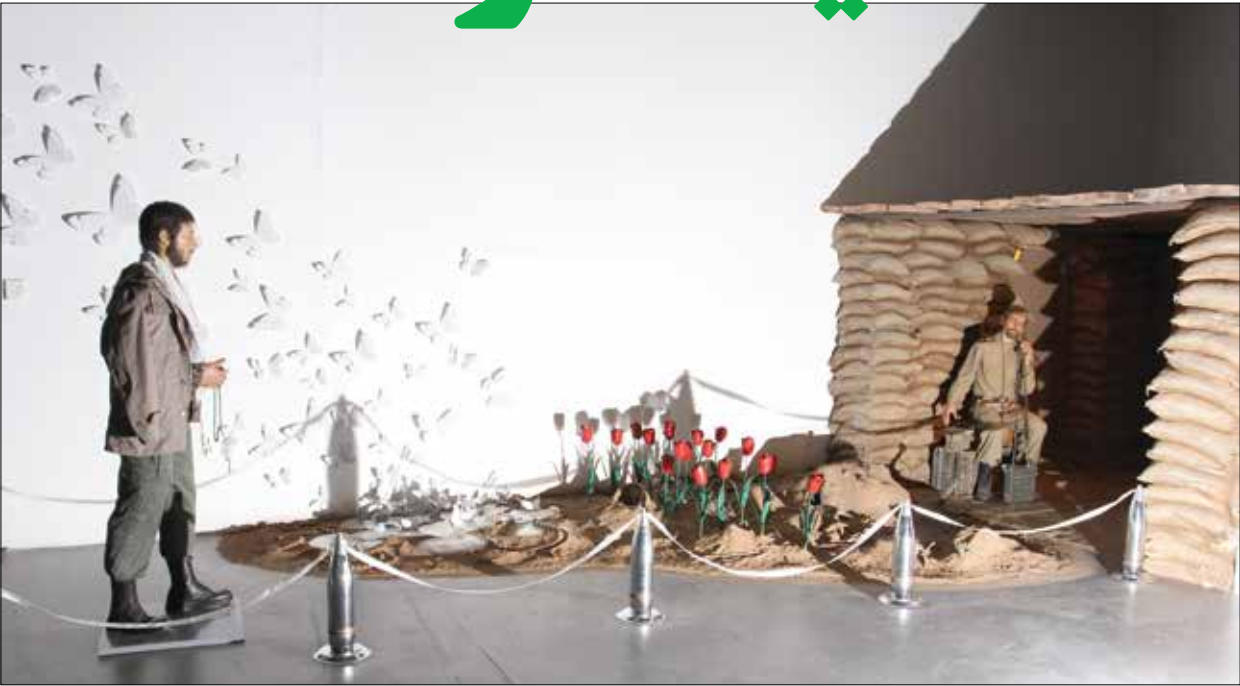
نقش استان تهران در دفاع مقدس، نمای مقاومت شهید سپهبد حاج قاسم سلیمانی، موزه ملی زنان انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس و موزه ملی کودکان و نوجوان انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس از بخش‌های متنوع موزه دفاع‌مقدس است. نشانی موزه میدان ونک، بزرگراه شهید حقانی، انتهای خیابان سرو، روبه‌روی بوستان طالقانی، موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس و شماره تماس ۰۲۶۵۸۶۵۷۲ و شماره داخلی بلیت‌فروشی تالارها داخلی ۸۱۰، بلیت‌فروشی سراسرنا داخلی ۸۱۱ است.



گشتی در موزه دفاع‌مقدس

که با هدف ترویج فرهنگ مقاومت برپا شده است

بماند به یادگار



جایی برای پژوهش دانشجویان

موزه دفاع‌مقدس بخش ویژه‌ای برای دانش‌جویان و پژوهشگران فراهم کرده است. به این موزه علاوه بر بازدید از تالارهای هشتگانه و بخش‌های متنوع موزه می‌توانند در مسیری سبز با نام «باغ‌راه» پیاده‌روی کنند. درختانی سرسبز و ۴۰۰ گونه گیاه همیشه سبز، باغ‌راه موزه را به مکانی زیبا و کم‌نظیر تبدیل کرده است. بخشی از باغ‌راه را نخلستان تشکیل می‌دهد. ۲۲ نخل کاشته شده یادآور سلحشوری حضرت اباعبدالله(ع) و ۷۲ تن از شهدای کربلاست.



تالار پروانه‌ها

«تالار پروانه‌ها»، قسمتی از این باغ‌موزه است که به نمایش آثار موزه‌ای می‌پردازد. در باغ‌موزه دفاع‌مقدس مشخصات تمامی فرماندهان شهید و زنده اسال دفاع‌مقدس به همراه تصاویر و اشیاء باقی مانده از آنها به‌صورت تصاویر سه‌بعدی و عکس در تالار پروانه‌ها به نمایش درمی‌آید. در طراحی باغ، این امکان در نظر گرفته شده تا بازدیدکنندگان امکان خروج از تالارها را پس از هر مرحله داشته و با وقت بیشتری به مرور خاطرات جنگ تحمیلی بپردازند. بازدیدکنندگان بعد از خروج از تالارها بزرگ‌ترین برج پرچم کشور را پیش چشمان خود می‌بینند.



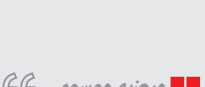
هویت محله

شنبه ۲۷ شهریور ۱۴۰۰ شماره ۸۲۰



کلیسای میناس مقدس

نخستین عبادتگاه قلعه ارامنه



◀ در زمان حکمرانی محمدشاه قاجار بود که ۱۳ خانواده ارمنی از اصفهان به تهران مهاجرت

کردند. این افراد به دستور صدراعظم به تهران آمدند و بعد از آن، جمعی از این خانواده‌ها

در ده‌ونک کنونی ساکن شدند. زمین‌هایی برای کشاورزی در ونک در اختیار این خانواده‌ها

قرار گرفت و دور‌تادور این زمین‌ها برای تأمین امنیت مردم و دام‌ها و محصولاتشان، دیواری

کشیدند و در ۴ گوشه این دیوارها، برجک‌های نگهبانی ساخته شد. به این‌ترتیب قلعه ارامنه

در ونک بنا شد و خانواده‌های ارمنی ساکن این روستا در اتاق‌هایی که دور‌تادور دیوار قلعه بنا

شده بود سکونت پیدا کردند. کلیسای میناس مقدس نخستین عبادتگاهی بود که ارامنه در

ونک ساختند تا بتوانند در آن به برگزاری آیین مذهبی خود بپردازند. کلیسای میناس مقدس

سال ۱۲۳۵ خورشیدی ساخته شد و در دهه ۸۰ در زمره آثار ملی ایران به ثبت رسید. ▶

شنبه ۲۷ شهریور ۱۴۰۰ شماره ۸۲۰

خاطرات تهران در آارات

ارامنه ساکن قلعه ونک روزگار تلخ و شیرین زیادی در این منطقه سپری کردند. جمعیت این قلعه به مرور بیشتر شد و با گسترش شهر تهران و رسیدن مرزهای شهر به ونک، کم‌کم دیوارهای قلعه برجیده شد.

«میکائیل هارطونیان» یکی از کدخدایان قلعه ونک خاطرات خود در دوره قاجار را ثبت کرده است. طبق آنچه در خاطرات او آمده طی سال‌های جنگ جهانی، گروهی از متفقین به قلعه ارامنه می‌آیند و از مردم این روستا می‌خواهند که به آنها آذوقه و جایی برای استراحت بدهند.

ساکنان قلعه مقداری آب و غذا برای سربازان تدارک می‌بینند اما آنها را به داخل قلعه راه نمی‌دهند. بعد از آن از ترس غارت شدن مایحتاجشان، اتاقکی مخفی در محوطه کلیسا برای خود می‌سازند و مایحتاجشان را در آن نگهداری می‌کنند تا از دست درازی‌های سربازان متفقین در امان بماند.

حضور ارامنه در روستا و قلعه ونک با تاریخچه این محله گره خورده است. حضوری که بعدها در سال ۱۳۵۰ خورشیدی به ساخته شدن باشگاه فرهنگی ورزشی آارات منجر شد و بخش مهمی از خاطرات ارامنه در تهران در این باشگاه رقم خورد.

در دل قلعه ارامنه می‌توان سراسری از قبرستان قدیمی ارامنه و کلیسای بتنی این روستا را گرفت. بعد از گسترش تهران در دهه ۵۰ و اتصال ونک به محدوده شهری تهران، کم‌کم بساط باغ‌ها و زمین‌های کشاورزی این منطقه هم برجیده شد. گرچه هنوز نشانی از معماری قدیمی در این محله می‌توان پیدا کرد اما باغ و زمین کشاورزی در آن باقی نمانده است.

به یاد خدمات میناس

زمان زیادی از سکونت ارامنه در قلعه ونک نگذشته بود که آنها تصمیم به ساخت یک کلیسا گرفتند. آن زمان دیگر جمعیت ارامنه این منطقه به هزار و ۲۰۰ نفر رسیده بود. آنان برای انجام مراسم مذهبی خود مجبور بودند به تهران بروند. این شد که ساخت کلیسا در قلعه ارامنه با بخش زمینی از طرف مستوفی الممالک پایه‌گذاری شد. گفته می‌شود شاه قاجار هم برای تأمین هزینه‌های ساخت کلیسا مبلغی را به ارامنه کمک کرد. «سعیده صائی مقدم» کارشناس مرکز دایره‌المعارف بزرگ اسلامی می‌گوید: «در این کلیسا صلیبی برزنی نگهداری می‌شود که مستوفی الممالک آن را به کلیسا اهدا کرده و روی آن نوشته شده: مستوفی الممالک به کلیسای ونک فی شهر ذیقعدالحرام ۱۲۷۸. از این نوشته پیداست که این کلیسا پیش از سال ۱۲۷۸ ساخته شده بود.»

روزگار چاپ سنگی

مشکل ساخت استفاده از عبادتگاه تنها با ساختمان آن برطرف نمی‌شده؛ ارامنه برای عبادت و برگزاری مراسم نیاز به کتاب مقدس خود داشتند. در حالی که در آن دوران به دلیل رواج چاپ سنگی

و دشواری‌های چاپ کتاب، منابع مکتوبی مثل کتاب‌های مذهبی ارامنه در تهران چندان در دسترس نبودند و پیدا کردن این کتاب چندان کار ساده‌ای نبود. به همین دلیل آئنفَر از ارمنی‌های ساکن قلعه راهی خرقان شدند تا کتاب مذهبی خود را با آیینی خاص به ونک بیاورند. کلیسا، ساخته و نام «میناس مقدس» برای آن انتخاب شد.

«میناس» یکی از ارمنی‌های

اهل روم بود که خدمات زیادی

به مسیحیان ارائه داد و در نهایت

به دست قیصر روم کشته شد.

مسیحیان به پاس خدمات او و زنده نگهداشتن نام میناس به‌عنوان یکی از افراد مورد احترام دین خود، نام میناس مقدس را روی کلیساها و مراکز مذهبی خود می‌گذارند. کلیسای دیگری به این نام در اصفهان هم به چشم می‌خورد.

ساختمانی به سبک بازلیک

«ساختمان آجری کلیسای میناس مقدس



معماری به سبک بازلیک دارد. در ۲ سوی محراب کلیسا ۱۲ اتاق به چشم می‌خورد. اتاق سمت راست با سقفی کوتاه و میزی که روی آن شمایل‌حضرت‌مریم قرار دارد محلی است برای عبادت افرادی که می‌خواهند در فضایی شخصی‌تر عبادت کنند. اتاق سمت چپ هم مکانی است برای نگهداری از لباس مخصوص کشیشان و کتاب‌های انجیل و وسایل دیگری که در مراسم آیینی از آن استفاده می‌شود. نزدیک محراب، حوضچه مرمری کوچکی هم برای انجام مراسم غسل تعمید قرار دارد.» این را صائی مقدم می‌گوید و به قدمت ۱۷۰ ساله کلیسا اشاره می‌کند. با این حال ساختمان آن در دوره‌های مختلف بازسازی و مرمت شده است. یکی از تغییرات انجام شده در معماری این کلیسا استفاده از ستون‌های آجری به جای ستون‌های قدیمی

چوبی در صحن کلیسااست. همچنین سقف شیروانی جای سقف مسطح کلیسا را گرفته. برج ناقوسی که از نمای بیرونی کلیسا هم قابل تشخیص است بخش دیگری از معماری این بنا را تشکیل می‌دهد. اگر به سمت راست صحن کلیسا نگاه کنید، پله‌هایی که به سمت محراب آرگی می‌رود را می‌بینید؛ اینجا محل استقرار گروه همسرآیانی است که سرودهای مذهبی کلیسا را در مراسم مختلف می‌خوانند.

با ابلاغ ضوابط ساخت‌وساز، راه نوسازی بافت فرسوده در فرحزاد هموار می‌شود

جامه نو بر تن فرحزاد

حسن حس‌زاده

«مسیر نوسازی در بافت فرسوده فرحزاد هموار شد.» خبری کوتاه اما امیدوارکننده برای ساکنان این محله که سال‌هاست با مشکلات ریز و درشت سکونت در دل بافت فرسوده دست‌وپنجه نرم می‌کنند. طی سال‌های اخیر، نوسازی بافت فرسوده در فرحزاد به دلیل ابلاغ نشدن طرح تفصیلی و ضوابط ساخت‌وساز متوقف مانده و حل مشکلات و کمبودهای محله به کلافی سر‌درگم تبدیل شده بود. اکنون اما با ابلاغ طرح تفصیلی و ضوابط ساخت‌وساز، موانع تجمع، نوسازی و ساخت‌وساز در فرحزاد از سر راه برداشته شده و اهالی این محله امیدوارند که با آغاز فرایند نوسازی، زمینه برای توسعه امکانات و خدمات در فرحزاد فراهم شود. در گفت‌وگو با شوراباران و مدیر دفتر توسعه محله فرحزاد به جزئیات طرح تفصیلی و ضوابط ساخت‌وساز در فرحزاد پرداخته‌ایم.



گام به گام تا تجمیع و نوسازی

اکنون که طرح تفصیلی محله فرحزاد ابلاغ شده و مالکان می‌توانند با اطلاع از ضوابط ساخت‌وساز، فرایند تجمیع و نوسازی پلاک فرسوده یا واحدهای مسکونی خود را آغاز کنند، دفتر توسعه محله فرحزاد در فرایند صدور پروانه از تشکیل پرونده در دفتر خدمات الکترونیک تا انعقاد قرارداد مشارکت و پیدا کردن سازنده مناسب، مشاوره‌های لازم را به مالکان ارائه می‌دهد و امکان تسهیل و تسریع در فرایند صدور پروانه را برای مالکان فراهم می‌کند. اگر قصد تجمیع و نوسازی دارید برای تسهیل این فرایند، مراحل پیش رو را گام به گام در دفتر توسعه محله فرحزاد در انتهای کوچه محسن فرحزادی طی کنید.



مصائب زندگی در بافت فرسوده فرحزاد

از میدان فرحزادی تا بالادست محله ده‌ها کوچه مارپیچ مثل رشته سیم‌های در هم تنیده خانه‌های قدم و نیم قد را به یکدیگر وصل می‌کنند. در دل کوچه‌های پلکانی، پیدا کردن خانه‌های فرسوده کار دشواری نیست. در میان انبوه املاک ریزدانه، خانه‌های کوچکی که چند خانوار را در خود جا داده‌اند و الونک‌های نایم‌نی که بدقواره، کنج برخی معضلاتی که کلید نهایی حل آن در گرو نوسازی

گام نخست

تشکیل پرونده
تجمیع در دفتر توسعه
در نخستین گام فرایند تجمیع و نوسازی، دفتر توسعه محله خدماتی شامل مشاوره به مالکان، رایزنی برای تجمیع املاک و اطلاع‌رسانی درباره بسته‌های تشویقی را به مالکان ارائه می‌کند.

گام دوم

تشکیل پرونده الکترونیک
و گرفتن دستور نقشه
در این مرحله مالکان برای تشکیل پرونده و گرفتن دستور نقشه به دفتر خدمات الکترونیک ارجاع داده می‌شوند. پیگیری و اقدامات پشتیبان برای تسریع فرایند و حل مشکلات احتمالی از خدمات دفتر توسعه محله در این مرحله است.

گام سوم

انعقاد قرارداد مشارکت در ساخت
در این مرحله هم دفتر توسعه محله با ارائه خدماتی مانند تضمین اولیه تراکم و پیش‌روی، طبقات، متر از تقریبی واحدها، طراحی نقشه معماری اولیه و... در کنار شماسیت. همچنین آموزش مسایل حقوقی قرارداد مشارکت در ساخت و برگزاری جلسات توجیهی محاسبات ساخت‌وساز، معرفی سازنده دارای صلاحیت به مالکان (انتخاب توسط مالکان یا معرفی سازنده از سوی مالکان) و انعقاد قرار مشارکت در ساخت از دیگر خدمات دفتر توسعه در این مرحله است.

مانع بزرگ نوسازی بر داشته شد

بر کسی پوشیده نیست که کلید حل بسیاری از معضلات فرحزاد در نوسازی بافت فرسوده نهفته است. با وجود این، تجمع و نوسازی در این محله همواره با موانعی روبه‌رو بوده است. در آخرین نقشه بافت فرسوده فرحزاد قریب به هزار و ۶۰۰ پلاک مسکونی و غیرمسکونی فرسوده در این محله شناسایی شده که به عبارتی حدود نیمی از پلاک‌های این محله را دربرمی‌گیرد. در سال‌های اخیر به جز پلاک‌های فرسوده‌ای که به دلیل موانع موجود بر سر راه تجمع و نوسازی به حال خود راه شده بودند، مهاجرت‌های بی‌رویه به فرحزاد هم زمینه‌ساز ساخت‌وسازهای نایمن و غیرمجاز شد تا معضلات بافت فرسوده فرحزاد دوچندان شود. یکی از مهم‌ترین موانع نوسازی در فرحزاد ابلاغ نشدن طرح تفصیلی محله بود. «فاخته محمدی» مدیر دفتر توسعه محله فرحزاد در این‌باره می‌گوید: «اگر در محله‌ای طرح تفصیلی و ضوابط ساخت‌وساز ابلاغ نشده باشد، مالکان نمی‌توانند اقدام به نوسازی

گام چهارم

تسهیلات تشویقی
پیش از گرفتن پروانه
معرفی تسهیلات ودیعه مسکن به پرونده‌های مشمول دریافت و پیگیری گرفتن کمک هزینه خدمات مهندسی (نظارت، مکانیک خاک و...) از خدمات دفتر توسعه در این مرحله از فرایند تجمیع و نوسازی است.

گام پنجم

پیگیری گرفتن پروانه تخریب و نوسازی
اقدامات پشتیبان دفتر توسعه محله در این مرحله شامل حل مسائل احتمالی مانند عوارض پارکینگ، پیش‌روی، دیگر موضوعات شورای معماری و... در چهار چوب ضوابط و مقررات جاری است.

گام هفتم

معرفی تسهیلات تشویقی
پس از گرفتن پروانه
در این مرحله دفتر توسعه محله با معرفی گرفتن تسهیلات بانکی (وام) و معرفی تسهیلات اجرایی (وام) به مالکان خدمات‌رسانی می‌کند.

گام هشتم

محدوده مجوز ساخت حداکثر ۳ طبقه روی زمین و یک طبقه زیر زمین داده می‌شود تراکم طبقات هم به‌صورت پلکانی اعمال خواهد شد. «تیپ دوم هسته اصلی و روستایی محله را دربرمی‌گیرد. در این محدوده امکان مجوز ساخت تا حداکثر ۳ طبقه روی زمین داده خواهد شد. پارکینگ این قطعات به دلیل شرایط خاص قطعات شامل معبر پلکانی، عرض کم معبر (۳متر و کمتر)، شیب زیاد(بیش از ۲۰درصد) دسترسی صرفاً پیاده و همچنین بر کم ملک (۳متر و کمتر) با هدف تأکید بر انسان‌محوری و حداقل مداخله در بافت ارگانیک محله، باید در شعاع ۲۵۰ متری قطعات و در پارکینگ‌های محلی تأمین شود. در این تیپ هم تراکم طبقات به‌صورت پلکانی اعمال خواهد شد.»



فانزه محمدی مدیردفتر توسعه محله فرحزاد

محمدی از ضوابط ساخت‌وساز در محدوده شمالی محله می‌گوید: «تیپ سوم محدوده شمالی محله را دربرمی‌گیرد. در این محدوده با هدف تثبیت حقوق مکتسبه موجود قطعات و حفظ الگوی بافت، حداکثر مجوز ساخت ۲ طبقه روی زمین و به‌صورت پلکانی داده خواهد شد. با توجه به شرایط بافت، تأمین پارکینگ این قطعات هم حداکثر تا شعاع ۲۵۰ متری و در پارکینگ‌های محلی الزامی است.»

محمدی ادامه می‌دهد: «تیپ چهارم شامل قطعات مجاور محور امامزاده‌اوداع) می‌شود. ساخت‌وساز در این تیپ به‌صورت مختلط و با غلبه خدمات، به‌ویژه خدمات فرهنگی و هنری در حداکثر ۳ طبقه روی زمین مجاز است. تأمین پارکینگ در این محدوده هم داخل قطعات انجام می‌شود.»

شرایط نوسازی پلاک‌های قولنامه‌ای

با ابلاغ طرح تفصیلی و ضوابط ساخت‌وساز در فرحزاد، اکنون مالکان پلاک‌هایی که سند رسمی دارند می‌توانند تجمیع و نوسازی پلاک فرسوده یا ساخت واحدهای مسکونی و غیرمسکونی جدید را براساس ضوابط ابلاغی آغاز کنند. اما همواره یکی دیگر از موانع بزرگ نوسازی در فرحزاد، وضعیت سند مالکیتی در این محله است. حدود ۷۰ درصد املاک فرحزاد سند رسمی ندارند و از املاک قولنامه‌ای محسوب می‌شوند. از آنجایی که بخش زیادی از بافت فرسوده فرحزاد را پلاک‌های فرسوده قولنامه‌ای تشکیل می‌دهند، رسیدگی به وضعیت نوسازی این پلاک‌ها هم از اهمیت فراوانی برخوردار است. محمدی در این‌باره می‌گوید: «اکنون بسیاری از پلاک‌های فرحزاد سند رسمی ندارد و این مورد هم یکی از مشکلات اصلی در توسعه فرحزاد است. اما براساس قانون، مالکان پلاک‌های قولنامه‌ای هم در صورت واجد شرایط بودن می‌توانند براساس ضوابط طرح تفصیلی فرحزاد اقدام به نوسازی کنند.»



پشتیبانی مستمر تا تحویل واحدها و اسناد تفکیکی
در آخرین گام فرایند تجمیع و نوسازی، دفتر توسعه محله با پشتیبانی و مشاوره تا پایان دوره ساخت و تحویل واحدها و نیز ایفای نقش داور در صورت درخواست متقاضیان در موارد لازم و در صورت بروز هرگونه اختلاف میان طرفین کنار مالکان است.

۱

مالکان باید در مرحله تشکیل پرونده تجمیع در دفتر توسعه محله، مدارک هویتی و مالکیتی خود را ارائه و فرم تشکیل پرونده تجمیع و نوسازی را تکمیل کنند.

۲

در مرحله دوم فرایند تجمیع و نوسازی مالکان باید در دفتر خدمات الکترونیک تشکیل پرونده انجام دهند و رسید و دستور نقشه را به دفتر توسعه محله ارائه کنند.

۳

در گام سوم یا همان مرحله انعقاد قرارداد مشارکت در ساخت، مالک و سازنده باید به مفاد قرارداد مشارکت در ساخت(در صورت عقد قرارداد در دفتر توسعه محله) پایبند باشند.

۴

در این مرحله مالکان باید در انجام امور اداری همکاری کنند و مدارک مورد نیاز را براساس دستورالعمل ابلاغی دفتر توسعه محله ارائه کنند.

۵

در مرحله پیگیری گرفتن پروانه تخریب و نوسازی، مالکان برای حل مشکلات احتمالی باید با دفتر توسعه محله در ارتباط و تعامل باشند. همچنین باید پروانه و برگه مهر و امضا شده آغاز عملیات اجرایی را به دفتر توسعه محله ارائه کنند.

۶

در مرحله تحویل ملک و آغاز تخریب و نوسازی هم مالک و سازنده باید به مفاد قرارداد مشارکت پایبند بوده و براساس زمان‌بندی اقدام کنند.

۷

در گام هفتم یا همان مرحله معرفی تسهیلات تشویقی(پس از گرفته پروانه) مالکان باید در انجام امور اداری با دفتر توسعه محله، همکاری و مدارک لازم را براساس دستورالعمل ابلاغی دفتر توسعه محله ارائه کنند.

۸

در آخرین گام فرایند تجمیع و نوسازی تا تحویل واحدها و اسناد تفکیکی، مالک و سازنده باید به مفاد قرارداد مشارکت در ساخت پایبند بمانند و در انجام امور اداری همکاری کنند.



وظایف متقاضیان در فرایند تجمیع و نوسازی چیست؟

در هر کدام از مراحل فرایند تجمیع و نوسازی، متقاضیان باید وظایفی دارند که انجام آنها در هر مرحله به پیش‌رفت سریع‌تر فرایند کمک می‌کند. عمل به این موارد را در گام‌های هشت‌گانه فرایند تجمیع و نوسازی در دفتر توسعه محله فراموش نکنید.

۱۰ حرکت ورزشی ساده برای افزایش توان جسمی معلولان در روزهای کرونایی

در خانه تمرین کن!

حسن حسن‌زاده

با شیوع ویروس کرونا و توقف گاه و بیگاه فعالیت باشگاه‌های ورزشی، بسیاری از مراکز ورزشی ویژه معلولان هم تعطیل شده است. خانه‌نشینی و دوری از ورزش برای معلولان جسمی و حرکتی پیامدهای بسیاری مثل ضعف عضلانی و حتی در مواردی معلولیت بیشتر به همراه دارد. در این شرایط،

انجام حرکات ورزشی در خانه راهکاری مناسب و کاربردی برای افزایش توان جسمی، تقویت

اعتماد به نفس و جلوگیری از تحلیل رفتن عضلات است. «اکرم سادات صابری» کارشناس

ارشد آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی و امدادگر ورزشی، راهنمای معلولان جسمی-

حرکتی و ضایعه نخاعی می‌شود تا با انجام ۱۰ حرکت ورزشی ساده و بدون نیاز به ابزار

و تجهیزات خاص، آمادگی جسمانی خود را در این روزهای خانه‌نشینی حفظ کنند.



۱

حرکات ورزشی را با گرم کردن شروع کنید. دست‌ها را در حالت دویدن قرار دهید و با یک چرخش کوتاه در کمر، عضلات را برای حرکات بعدی آماده کنید.

۲

دست‌ها را دایره‌وار از هر دو طرف

به بالای سر ببرید. این حرکت با

دست خالی، وزنه سبک و بطری آب

معدنی کوچک قابل اجراست.



۳

دست‌ها را به هر دو طرف باز کنید. ابتدا کف

دست‌ها را به بالا (یا وزنه یا بدون وزنه) قرار

دهید و با یک چرخش کوچک از مچ دست، جهت

کف دست‌ها را به سمت پایین تغییر دهید. این

حرکت عضلات شانه و ساعد را تقویت می‌کند.



۴

دست‌ها را با زاویه

۹۰ درجه از آرنج و

موازی با سر شانه‌ها

بالای سر ببرید. به

شکلی که کف دست‌ها

سمت روبروی شما

قرار بگیرد. این

حرکت باعث

تقویت هر سه

بخش عضلات

شانه می‌شود.

۵

۲ بالشت را در طرفین

بدن خود قرار دهید.

بین بالشت‌ها صاف

بنشینید. دست‌ها را

دور هریک از بالشت‌ها

قرار داده و سعی کنید

از عضلات دست، شانه

و پشت خود برای بلند

کردن بدن استفاده

کنید. این حرکت به

تمرین و قدرت بدنی

بیشتری نیاز دارد و

مناسب افرادی است که

سابقه ورزشی و آمادگی

بدنی مناسب دارند.



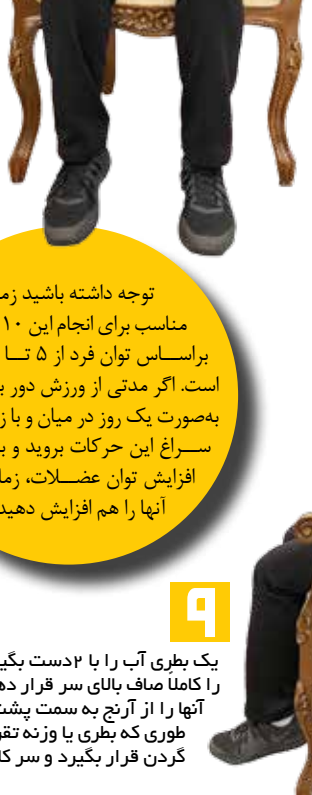
۶

۲ بطری آب یا وزنه سبک را در دست بگیرید.

دست‌ها را از آرنج باز و سپس به سمت بازوها

خم کنید. این حرکت باعث تقویت عضلات جلو

بازو می‌شود.



۹

یک بطری آب را با ۲ دست بگیرید. دست‌ها

را کاملاً صاف بالای سر قرار دهید. و سپس

آنها را از آرنج به سمت پشت سر خم کنید.

طوری که بطری یا وزنه تقریباً پشت

کردن قرار بگیرد و سر کاملاً صاف باشد.



۱۰

وزنه، توپ یا بطری آب را روی پاها

با ۲ دست نگه دارید و کاملاً صاف

به روی زانو خم شوید. این حرکت

عضلات کمر و راست‌کننده ستون

مهره‌ها را تقویت می‌کند.



۱۱

۲ بالشت را در طرفین

بدن خود قرار دهید.

بین بالشت‌ها صاف

بنشینید. دست‌ها را

دور هریک از بالشت‌ها

قرار داده و سعی کنید

از عضلات دست، شانه

و پشت خود برای بلند

کردن بدن استفاده

کنید. این حرکت به

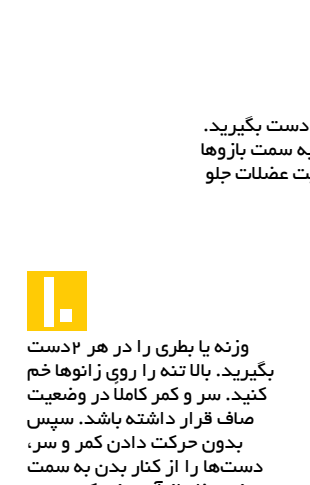
تمرین و قدرت بدنی

بیشتری نیاز دارد و

مناسب افرادی است که

سابقه ورزشی و آمادگی

بدنی مناسب دارند.



۱۲

وزنه یا بطری را در هر ۲ دست

بگیرید. بالا تته را روی زانوها خم

کنید. سر و کمر کاملاً در وضعیت

صاف قرار داشته باشد. سپس

بدون حرکت دادن کمر و سر،

دست‌ها را از کنار بدن به سمت

زیر بغل از آرنج خم کنید و به

طرف بالا بکشید. این حرکت باعث

تقویت عضلات زیربغل، پشتی

و دوزنقه‌ای

می‌شود.



گشتی در یکی از قدیمی‌ترین بوستان‌های شمال تهران

سلفی با کره زمین در بوستان شریعتی

حسن حسن‌زاده

زمانی بوستان زیبای شریعتی در محله سید خندان، تنها بوستان منطقه ۳ بود و ساکنان

محله‌های اطراف اوقات فراغت خود را در این بوستان قدیمی سر می‌کردند. اگر چه طی سال‌های

اخیر سمرانه فضای سبز منطقه با ساخت بوستان‌های محله‌ای و فرامنطقه‌ای افزایش پیدا کرده

است اما هنوز هم بسیاری از ساکنان محدوده سید خندان قدم زدن در سایه‌سار درختان کهنسال

و قدبرافراشته این بوستان خاطره‌انگیز را به بوستان‌های دیگر ترجیح می‌دهند.



۱

بوستان شریعتی، بوستان

محبوب کتابخوان‌ها هم به

شمار می‌رود. روی نیمکت‌های

بوستان همیشه افرادی با

سن و سال مختلف در حال

مطالعه هستند. وجود یک

کتابخانه عمومی غنی در

دل بوستان به استقبال

کتابخوان‌ها، دانشجویان و

دانش‌آموزان از بوستان

شریعتی کمک کرده است.



طی سال‌های اخیر چند مجسمه مسی رنگ کنار آب‌نمای مرکز بوستان نصب شده که زیبایی آن را برای

علاقه‌مندان به عکاسی دوچندان کرده است. همچنین مسیر مناسب‌سازی شده برای پیاده‌روی، لوازم

ورزشی و امکانات مناسب برای بازی و ورزش کودکان و دورهمی سالمندان از دیگر جاذبه‌های گردشگری

این بوستان است.



۲

بوستان شریعتی ده‌تنها یکی از قدیمی‌ترین بوستان‌های منطقه ۳ بلکه یکی از قدیمی‌ترین بوستان‌های

تهران است. پس از تغییر نام خیابان کوروش به خیابان شریعتی، نام تنها بوستان این محدوده هم

تغییر کرد. هنوز هم اهالی قدیمی سید خندان، بوستان خاطره‌انگیز محله را با نام قدیمی‌اش «بوستان

کوروش» به یاد می‌آورند و با گشت‌وگذار در این بوستان به روزگار گذشته محله پا می‌گذارند.



۳

قدم زدن روی سنگفرش‌های بوستان شریعتی دلیل استقبال اهالی از این بوستان قدیمی است

سراسر بوستان با درختان سر به فلک کشیده‌ای زینت داده شده که سایه خود را به عابران و

رهگذران می‌بخشد. تنوع گونه‌های گیاهی و انبوه درختان سدروس، زبان گنجشک، توت، نارون،

سیپدار، بلوط و زیتون و... یکی از اصلی‌ترین جاذبه‌های این بوستان است.



۴

مشخصه اصلی بوستان شریعتی تندیس زیبایی کره زمین در مرکز آن است؛ مکانی مناسب برای

عکاسی و ثبت خاطره دورهمی‌ها که حالا دیگر به یکی از نمادهای هویتی این بوستان تبدیل شده

است. همچنین وجود ساختمان بلندمرتبه و معروف بانک ملت در مقابل بوستان یکی از جاذبه‌های این

بوستان به شمار می‌رود که هنگام شب با نورپردازی‌هایی که روی آن انجام می‌شود، جلوه‌ای زیبا به

خود می‌گیرد.



● صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
● سردبیر: مهدی علیپور

● تحریریه: شهره کیانوش‌راد
مرضیه موسوی/راحله عبدالحسینی
سحر رمضانعلی‌پور/حسن حسن‌زاده

● مدیر هنری: کامران مهرزاده
● صفحه‌آرایی: محمدرضا محمدی‌تاش/علی حسینی/میلاد رفاقتی
● فائزه توکلی
● حروفچینی و تصحیح: منیژه خسروآبادی/اعظم آجوربندیان/فهیمة شیرازی

● نشانی: خیابان ولی‌عصر (عج) ترسیده به پارک وی کوچه تورج پلاک ۱۴ ● کد پستی: ۱۹۶۶۵۳۳۸ ● صندوق پستی: ۴۵۹۵۶-۱۹۶۶۶ ● تلفن: ۲۳۰۲۳۱۰۰ ● دورنگار: ۲۳۰۲۳۴۸۸

هویت

حسن حسن‌زاده

ردپای مستوفی‌الممالک در شهرک نیایش

بزرگراه شهید چمران میان محله شهرک نیایش یا همان اسلام‌آباد و محله دهونک فاصله انداخته است. اگرچه این بزرگراه درختان سرسبز حاشیه شهرک را از باغ‌های سرسبز دهونک جدا کرده اما تاریخچه اسلام‌آباد از اراضی دهونک جدانشدنی نیست. اسلام‌آباد در گذشته بخشی از آبادی قدیمی و کهن دهونک بود و حتی وجود برخی سکونتگاه‌ها و درختان و فضای سبز در این محدوده عمری به درازای قدمت این‌آبادی دارد. پس از ساخت بزرگراه شهید چمران زمین‌های شهرک نیایش فعلی از دهونک جدا شد و این محله در تقسیم‌بندی‌های جدید در محدوده منطقه ۲ شهرداری قرار گرفت. جست‌وجو در تاریخچه و قدمت درختان سرسبز به جا مانده در شهرک نیایش ما را به نام مستوفی‌الممالک می‌رساند. این محدوده هم به‌عنوان بخشی از دهونک سابقه روستایی دارد و اراضی آن در مالکیت مستوفی‌الممالک یکی از رجال مشهور دوره قاجار قرار داشت. پس از فوت مستوفی‌الممالک که مالک اصلی اراضی دهونک بود، این اراضی میان ورثه او تقسیم شد. کمی بعد حقوق زارعانه کشاورزان دهونک که در اراضی این محدوده کشت و زرع می‌کردند به رسمیت شناخته شد و به تدریج با توسعه شهر، محله شهرک نیایش هم سر و شکل امروزی خود را پیدا کرد.



گردشگری

بازدید از آبشار زیبای کفترو

آبشار زیبای کفترو در نزدیکی روستای کندعلیا یکی از جاذبه‌های گردشگری منحصربه‌فرد و تماشایی شمیران است. اگرچه روستای کندعلیا به دلیل آب و هوای مطبوع و تابستان‌های خنک و دلپذیرش معروف شده و باغ‌های بی‌شمار گیلاس و آلبالوی آن دلبری می‌کند اما مهم‌ترین جاذبه گردشگری طبیعی این روستا همان آبشار کفترو یا کبوترلوست. آبشار کفترو انتهای یک دره بسیار زیبا و سرسبز و در میان صخره‌های این منطقه جاری است. برای دسترسی به این آبشار زیبا ابتدا باید مسیر ۴۶ کیلومتری تهران تا کندعلیا را طی کنید و پس از رسیدن به روستا برای لذت بردن از منظره طبیعی این آبشار بار سفر ببندید. برای دسترسی به آبشار از روستای کندعلیا ۲ مسیر پیش رو شما قرار دارد. مسیر پیاده‌روی ۶ کیلومتری روستا تا آبشار یا عبور از میان باغ‌های باصفای منطقه و رانندگی در دل جاده خاکی پیش رو. مسیر روستا تا آبشار کفترو یک جاده خاکی باریک است که از میان باغ‌های گیلاس و آلبالوی محلی‌ها می‌گذرد. این جاده در برخی نقاط پستی و بلندی‌هایی دارد که شاید به خودرو شما آسیب وارد کند. با عبور از این مسیر زیبا به آبشار کفترو می‌رسید. آبشاری با حدود ۱۰ متر ارتفاع که وجود یک حوضچه کوچک در پای آبشار به زیبایی آن افزوده است. آبشار کفترو در حصار صخره‌های زیبای اطراف می‌درخشد و لذت بازدید از روستای کندعلیا را برای گردشگران دوچندان می‌کند.



کافه کتاب

دانشنامه شمیران

آداب و رسوم، گویش و لهجه، خوردنی‌ها، پوشیدنی‌ها و اماکن تاریخی شمیران به‌عنوان خرده فرهنگ بارها مورد مطالعه قرار گرفته است. دانشنامه شمیران در ۲ جلد که از سوی مرکز دایره‌المعارف اسلامی منتشر شده، بخشی از دانشنامه تهران بزرگ است که گردآوری آن از سال ۱۳۸۷ آغاز شده. می‌توان گفت دانشنامه تهران نخستین دانشنامه تخصصی درباره



یکی از شهرهای ایران است که می‌تواند الگویی برای تدوین دانشنامه‌های مشابه باشد. تدوین دانشنامه تهران بزرگ که شمیران، تهران و ری را در برمی‌گیرد همچنان ادامه دارد و اکنون فقط ۲ جلد دانشنامه شمیران منتشر شده است. کلانته‌ری را که امروزه با نام تهران بزرگ می‌خوانیم، پیش از این ۳ حوزه فرهنگی جدا از هم بود: شمیران، تهران و ری. این بخش‌ها در فاصله اندک از هم بودند اما فرهنگ‌ها و تمایزهای بسیاری با هم داشتند. به همین دلیل دانشنامه تهران بزرگ هم ۳ بخش مجزا را شامل می‌شود. برای گردآوری دانشنامه شمیران از تحقیقات میدانی با همکاری تیمی ۵۰ نفره و تحقیقات کتابخانه‌ای با هزار و ۳۰۰ مقاله و نظارت تهرانشناسی از جمله استاد انوار استفاده شده است. این دانشنامه ۲ نگاه به شمیران دارد. شمیران تاریخی که تا قبل از دوره پهلوی به محدوده‌ای از شمیران گفته می‌شد و الان جزو تقسیم‌بندی شمیران نیست؛ مانند تهرانپارس، هروی، مجیدیه شمالی، حسین‌آباد و مبارک‌آباد. دیگری شمیرانی که بعد از دوره پهلوی شکل گرفت و بخش‌هایی که به شمیران اضافه شد مانند لواسانات و رودبار و قصران. در دانشنامه شمیران علاوه بر پرداختن به نام رودها، کوه‌ها و دره‌ها به آداب و سنن و تاریخچه محله‌های شمیران نیز پرداخته شده. دانشنامه شمیران در ۲ جلد ۵۵۴ صفحه‌ای برای علاقه‌مندان در بازار کتاب موجود است.

راهنما

تغذیه برای پیشگیری از بیماری‌های تنفسی و کرونا

عملکرد سیستم ایمنی بدن نقشی مهمی در پیشگیری از بیماری‌های تنفسی از جمله بیماری کرونا دارد.
۱. کمبود ویتامین‌هایی مثل C و A در بدن با تضعیف سیستم ایمنی احتمال ابتلا به بیماری‌ها را افزایش می‌دهد.
۲. مصرف روزانه منابع غذایی حاوی ویتامین C مثل مصرف سبزی و سالاد همراه با غذا، میوه‌های پرتقال، نارنگی، لیموترش و لیموشیرین، کیوی، انواع کلم، گل کلم، شلغم و فلفل سبز را فراموش نکنید.
۳. برای پیشگیری از ابتلا به بیماری و تقویت سیستم ایمنی بدن مصرف روزانه ۳ واحد از گروه سبزی‌ها و حداقل ۲ واحد میوه توصیه شود.
۴. از هویج و کدوحوای در غذاهای روزانه استفاده شود.
۵. از مصرف سوسیس و کالباس و سایر فست‌فودها و غذاهای چرب و سنگین اجتناب شود.
۶. استفاده از منابع پروتئین در غذای روزانه مثل حبوبات یا تخم‌مرغ حائز اهمیت است.
۷. از خوردن غذاهایی که خوب پخته نشده (مثل تخم‌مرغ عسلی و نیمرو، کباب‌هایی که مغز پخت نشده‌اند) خودداری شود.

بیست و سومین کنگره سراسری شعر دفاع مقدس

بیست و سومین کنگره سراسری شعر دفاع‌مقدس برگزار می‌شود. به گزارش روابط‌عمومی و امور بین‌الملل موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس هدف از برگزاری این کنگره تبیین مبانی نظری و تعیین شاخص‌ها و معیارهای امروزی شعر دفاع‌مقدس و مقاومت مطابق با تدابیر رهبر معظم انقلاب، تبیین راهکارهای ترویج و گسترش اشعار دفاع‌مقدس، تمرکززدایی و هویت‌بخشی به فعالیت شاعران استان‌ها و مناطق کشور، شناسایی و پرورش استعداد شعری شاعران جوان و برجسته عرصه شعر دفاع‌مقدس، فعالسازی و تقویت جریان تولید شعر مقاومت در سراسر کشور و تقویت انجمن‌های ادبی در حوزه شعر دفاع‌مقدس و مقاومت عنوان شده است. این کنگره در سطح استان تهران و در قالب ۵ بخش با عناوین بخش‌های عمومی، دفاع‌مقدس و شعر مقاومت بین‌الملل اسلامی (کشورهای محور مقاومت)، دفاع‌مقدس و جنگ نرم، دفاع‌مقدس و مدافعان سلامت و دفاع‌مقدس و کودک و نوجوان برگزار می‌شود. دکتر مصطفی محدثی خراسانی، دبیر علمی جشنواره و دکتر محمدمهدی عبداللهی، دبیر اجرایی بیست و سومین کنگره سراسری شعر دفاع‌مقدس هستند.

علاقه‌مندان برای شرکت در کنگره سراسری شعر دفاع‌مقدس می‌توانند آثار خود را تا ۳۰ مهر ماه به دبیرخانه موزه ملی انقلاب اسلامی و دفاع‌مقدس ارسال کنند.

جان‌بخشی هنر به درختان بی‌جان

درختان بی‌جان منطقه ۲ با بهره‌مندی از ذوق هنری هنرمندان، احیا و به المان هنری تبدیل شد. به گزارش خبرنگار همشهری محله، این المان هنری در بلوار قیصر امین‌پور و با نقش بستن یک مصرع از اشعار این شاعر معاصر شکل گرفت. هدف از تبدیل تنه خشک درختان به آثار هنری، گسترش بحث‌های فرهنگی در قالب المان است که تاریخ، فرهنگ و هویت شهر را در این قالب به مردم انتقال می‌دهد. این آثار هنری علاوه بر زیباسازی شهر شامل پیام فرهنگی نیز

هستند که هنرمندان با خلق چنین آثاری این پیام‌ها را به مردم انتقال می‌دهند. به دلایل اجتناب‌ناپذیر با گذر زمان و با بروز آسیب‌های مختلف، عمر درختان به پایان می‌رسد و خشک می‌شوند. اما هنرمندان با ذوق هنری خود روحی دوباره به کالبد این موجودات بی‌جان می‌دمند و آنها را احیا می‌کنند.

