



اعطای وام به استارت‌آپ‌های آسیب دیده

به استارت‌آپ‌هایی که متضرر شده‌اند وام‌های بلندمدت و کم‌بهره اعطای می‌کند

۱۱



۱۴

پیروز به توران می‌رود؟

توله یوز آسیایی ایران که در اسارت به دنیا آمده، حالا زمزمه انتقالش به پارک ملی توران شنیده می‌شود



۱۵

بازگشت آب و کشاورزی به بروجرد

تکمیل عملیات احداث سد آسبرده شهر استان بروجرد بعد از ۱۴ سال با اعتبار ویژه پیش می‌رود

یکشنبه ۱۵ آبان ۱۴۰۱ | ۱۱ ربيع الثانی ۱۴۴۴ | سال سیام | شماره ۸۶۳۱

هلمشهر یک جامعه



عکس همشهری از رضا طهباشی

قصه طهران به روایت کوچه‌ها

بررسی اسامی کوچه‌های تهران که داعیه‌دار فرهنگ و سبک زندگی گذشتگان هستند

گزارش

سحر جعفریان

روزنامه‌نگار

«کوچه‌ها» را باید قدیمی ترین گذرها و عرصه‌های عمومی شهر تهران دانست که با تغییر کالبدی از باغ و زمین های سرسبز به شهر، خیلی پیش تر از شریان اصلی ارتباطی یعنی «خیابان‌ها» شکل گرفتند؛ کوچه‌های پارک و نخستنی که عمدتاً با نام‌هایی مانند «گذر»، «کوچه باغ» و «کوی» در پس و پیش خانه‌های نخستین ساکنان طهران، جای داشتند و تعدادشان نیز انگشت شمار بود؛ عرصه‌هایی که از لحاظ شهری، جزو نخستین عناصر شهرسازی مدرن بوده و از لحاظ فرهنگی و اجتماعی نیز، راوی خوش‌آهنگی برای نقل روایت‌هایی از فرهنگ اجتماعی، سبک زندگی و هویت آن محدوده و عرصه محسوب می‌شدند. فرهنگ و هویتی که هنوز هم با گذشت بیش از یک قرن رد بعضی از آنها را می‌توان بر تابلوی سردرد بعضی از کوچه‌ها و معابر شهر دید و خواند.

در پس «نام‌های کوچه‌ها به‌طور حتم برایتان بسیار پیش آمده که در گذر کوچه و معبری از تهران در محله‌ها و مناطق مختلف، نام خاص یا متفاوت آن کوچه و معبر، توجه‌تان را حسایی جلب کند. طوری که دقایقی بایستید و تابلوی کوچه یا معبر را مدام برانداز کنید. گاه حتی کنجکاوای امان ندهد و دست به دامن نخستین فرد رهگذر از کوچه یا کاسی قدیمی در آن شوید و بپرسید: «چرا نام این کوچه فلان و بهمین است؟!» و اگر خوش‌شانس باشید، از فرد رهگذر یا کاسب قدیمی، اطلاعاتی مهیج در اختیارتان گذارد. آنجاست که برویی بالا می‌اندازید و سری به نشانه تأیید یا تعجب تکان می‌دهید. باری؛ تعداد ایین کوچه‌ها و معابر در پایتخت اندک نیستند و در مناطق و محله‌های قدیمی و مرکزی که بار هسته اولیه شکل‌گیری تهران را به دوش می‌کشند، بیشتر هم هست. طوری که گذر از آنها ساعت‌ها سرگرم‌تان می‌کند و گویی کتابی از تاریخ شهر پیش‌رویتان می‌شایید. کوچه‌هایی با نام‌های «ماست‌بندها» «معمار مخصوص»، «مال فروشان»، «بزاز‌ها»، «فخرالملوک»، «ساج‌دار خاتون»، «قوام‌الحضور»، «باغ یسنه بیک»، «امیر تومان»، «لوطی صالح»، «سرطون»، «خوش‌نشینان»، «پزشک مخصوص»، «صاحب دیوان»، «ریاب»، «آقاچاقان»، «مهینا»، «لولاجی»، «مدرسه»، «فراش باشی»، «زورآباد»، «مروی»، «حمامی‌ها»، «حاجی‌ها»، «پله نوروژخان»، «کالسکه‌چی‌ها»، «خراساتی‌ها» و بسیاری دیگر که هر یک قصه و روایتی گوش‌نواز دارند. اما در پس ایین قصه‌ها و روایت‌ها چیست که ضمن گزیری برای بسیاری از پایتخت‌نشینان، در اذهان باقی می‌ماند؟

کوچه‌های قدیمی با اسامی خاص و متفاوت قدیم به کوچه «معمار مخصوص» در منطقه ۱۲تهران می‌گذاریم. نام کوچه بر تابلوی آبی و سفید رنگی، سر در آن خوش‌نمایی می‌کند. افراد در حال رهگذر و گفت‌وایند. کمتر کسی به آن تابلو توجه می‌کند، مگر آنکه به‌دنبال نشانی و آدرسی باشد یا به‌عنوان تازواره، در آن گذر کند. «داوود بهرامی» یکی از کسبه قدیمی کوچه می‌گوید: «نام این کوچه خیلی سال است که معمار مخصوص است. از پدرانتان شنیده‌ایم که این نام به یکی از معماران معروف و درباری دوره

و گاه در تنگه‌ای کم‌عرض، دوش به دوش هم قرار گرفته‌اند. «محمد کبیری» از ساکنان کوچه قلعه در این‌باره می‌گوید: «قلعه بریانک، با ۴بارو، دیواره‌هایی تقریباً بلند، مسیرهایی باریک و تودرتو، سرسبز با درختان بسیار و با آبخش اصلی «سغلی» و «علی» در حدود چند قرن پیش در این محدوده وجود داشت. از آن قلعه همین تودرتو بودن کوچه‌ها و باریک بودن عرصه‌هایی ملنده است که برای خیلی از مهمانان و شهروندان دیگر مناطق، جالب است. برایشان که از تاریخ تعامل و مشارکت، انواع شغل و فرهنگ اجتماعی غالب نخستین افراد ساکن در آن است؛ فرهنگ اجتماعی غالب که هویتی مشترک میان آنها و البته آیندگان پدید می‌آورد. در واقع ساکنان نخستین، نخستین گروه‌های اجتماعی محلی را شکل می‌دهند که در گذر زمان و با توجه به تحولات سیاسی، اجتماعی و اقتصادی، گاه در این کوچه را جایی ثبت کنند تا فراموش نشود.» کوچه «ماست‌بندها» در منطقه ۱۲ نیز از جمله کوچه‌های تاریخی است که نام و نشانش را بسیار دیده‌ایم. «عباس قدیمی» کاسب گذر امامزاده یحیی(ع) که نزدیک کوچه‌ماست‌بندها مسافزه دارد، می‌گوید: «آن سال‌ها که تهران محدود می‌شد به چند محله و گذر، گذر امامزاده یحیی(ع) یکی از مهم‌ترین‌هایشان بود. آن زمان در این گذر بازارچهای بود با کلی بروبیاء. معمولاً ماست‌هایی که در این بازارچه می‌فروختند و یا به محله‌های دیگر به‌نحوی ارسال می‌شد، توسط گروهی ماست‌بند بود که در همین کوچه ماست‌بندهای فعلی، خانه و دکان داشتند.» این شهروند همچنین معتقد است: «هویت غنی و پسر بار ایین کوچه‌ها باعث افتخار ماست و این کوچه و کوچه‌هایی که حکایت و هویت دارند، نماد یا المانی از آن حکایت و هویت نصب شود. باور کنید با این شیوه، تهران و کوچه‌هایش، خواندنی و دیدنی می‌شوند.»

سری هم به کوچه «قلعه» در منطقه ۱۰ می‌نیم. آنجا که قدیمی‌های کوچه می‌گویند: «این کوچه مارپیچ و تودرتو، از آخرین بقایای قلعه بریانک و متصل به قلعه حی است.» در کوچه که پیش می‌رویم بافت قدیمی و گاه نوسازی شده‌ای را مقابل خود می‌بینیم که گاه در مساحتی فراخ

تهران به فرهنگ اجتماعی و هویت آن کوچه بازمی‌گردد و گویایی و خوانایی شهر را تضمین می‌کند. این را «عبدالله محبی»، تهران‌شناس دیواره‌هایی تقریباً بلند، مسیرهایی باریک و تودرتو، سرسبز با درختان بسیار و با آبخش اصلی «سغلی» و «علی» در حدود چند قرن پیش در این محدوده وجود داشت. از آن قلعه همین تودرتو بودن کوچه‌ها و باریک بودن عرصه‌هایی ملنده است که برای خیلی از مهمانان و شهروندان دیگر مناطق، جالب است. برایشان که از تاریخ تعامل و مشارکت، انواع شغل و فرهنگ اجتماعی غالب نخستین افراد ساکن در آن است؛ فرهنگ اجتماعی غالب که هویتی مشترک میان آنها و البته آیندگان پدید می‌آورد. در واقع ساکنان نخستین، نخستین گروه‌های اجتماعی محلی را شکل می‌دهند که در گذر زمان و با توجه به تحولات سیاسی، اجتماعی و اقتصادی، گاه در این کوچه را جایی ثبت کنند تا فراموش نشود.» کوچه «ماست‌بندها» در منطقه ۱۲ نیز از جمله کوچه‌های تاریخی است که نام و نشانش را بسیار دیده‌ایم. «عباس قدیمی» کاسب گذر امامزاده یحیی(ع) که نزدیک کوچه‌ماست‌بندها مسافزه دارد، می‌گوید: «آن سال‌ها که تهران محدود می‌شد به چند محله و گذر، گذر امامزاده یحیی(ع) یکی از مهم‌ترین‌هایشان بود. آن زمان در این گذر بازارچهای بود با کلی بروبیاء. معمولاً ماست‌هایی که در این بازارچه می‌فروختند و یا به محله‌های دیگر به‌نحوی ارسال می‌شد، توسط گروهی ماست‌بند بود که در همین کوچه ماست‌بندهای فعلی، خانه و دکان داشتند.» این شهروند همچنین معتقد است: «هویت غنی و پسر بار ایین کوچه‌ها باعث افتخار ماست و این کوچه و کوچه‌هایی که حکایت و هویت دارند، نماد یا المانی از آن حکایت و هویت نصب شود. باور کنید با این شیوه، تهران و کوچه‌هایش، خواندنی و دیدنی می‌شوند.»

سری هم به کوچه «قلعه» در منطقه ۱۰ می‌نیم. آنجا که قدیمی‌های کوچه می‌گویند: «این کوچه مارپیچ و تودرتو، از آخرین بقایای قلعه بریانک و متصل به قلعه حی است.» در کوچه که پیش می‌رویم بافت قدیمی و گاه نوسازی شده‌ای را مقابل خود می‌بینیم که گاه در مساحتی فراخ

فرهنگ اجتماعی تهران در این کوچه‌هاست

نام و اسامی قدیمی و تاریخی برخی از کوچه‌های

تهران به فرهنگ اجتماعی و هویت آن کوچه بازمی‌گردد و گویایی و خوانایی شهر را تضمین می‌کند. این را «عبدالله محبی»، تهران‌شناس دیواره‌هایی تقریباً بلند، مسیرهایی باریک و تودرتو، سرسبز با درختان بسیار و با آبخش اصلی «سغلی» و «علی» در حدود چند قرن پیش در این محدوده وجود داشت. از آن قلعه همین تودرتو بودن کوچه‌ها و باریک بودن عرصه‌هایی ملنده است که برای خیلی از مهمانان و شهروندان دیگر مناطق، جالب است. برایشان که از تاریخ تعامل و مشارکت، انواع شغل و فرهنگ اجتماعی غالب نخستین افراد ساکن در آن است؛ فرهنگ اجتماعی غالب که هویتی مشترک میان آنها و البته آیندگان پدید می‌آورد. در واقع ساکنان نخستین، نخستین گروه‌های اجتماعی محلی را شکل می‌دهند که در گذر زمان و با توجه به تحولات سیاسی، اجتماعی و اقتصادی، گاه در این کوچه را جایی ثبت کنند تا فراموش نشود.» کوچه «ماست‌بندها» در منطقه ۱۲ نیز از جمله کوچه‌های تاریخی است که نام و نشانش را بسیار دیده‌ایم. «عباس قدیمی» کاسب گذر امامزاده یحیی(ع) که نزدیک کوچه‌ماست‌بندها مسافزه دارد، می‌گوید: «آن سال‌ها که تهران محدود می‌شد به چند محله و گذر، گذر امامزاده یحیی(ع) یکی از مهم‌ترین‌هایشان بود. آن زمان در این گذر بازارچهای بود با کلی بروبیاء. معمولاً ماست‌هایی که در این بازارچه می‌فروختند و یا به محله‌های دیگر به‌نحوی ارسال می‌شد، توسط گروهی ماست‌بند بود که در همین کوچه ماست‌بندهای فعلی، خانه و دکان داشتند.» این شهروند همچنین معتقد است: «هویت غنی و پسر بار ایین کوچه‌ها باعث افتخار ماست و این کوچه و کوچه‌هایی که حکایت و هویت دارند، نماد یا المانی از آن حکایت و هویت نصب شود. باور کنید با این شیوه، تهران و کوچه‌هایش، خواندنی و دیدنی می‌شوند.»

تاریخچه شکل‌گیری کوچه در تهران نقطه عطف تحول در کمیت و کیفیت کوچه‌ها و گذرندی نوین تهران به اواسط دوره حکومت «اصرائالدین شاه قاجار» بازمی‌گردد. آن زمان که شاه قاجار سعی داشت حاصل فرنگ رنگ‌گری‌های خود را در شهر و اطراف‌ارگ درباری‌اش اجرا کند تا از آن لذت ببرد. آن زمان که گذرگاه‌های محدود تهران، به گواه اسناد تاریخی، نمره نداشتند و هر محلی نام برد که آوازهای ملی و فراملی یافتند. محبی می‌افزاید: «لینکه ساکنان یک کوچه در گذشته، چگونه زیست می‌کردند، به چه اموری مشغول بودند یا از ویژگی‌های آن کوچه (طبیعی و انسانی) به چه نحوی بهره می‌بردند در شهر آن کوچه اثربخش بوده است. مانند کوچه «حاج رضا» یا کوچه «کاغذچی‌ها» که اشاره‌هایی به فرآیند تولید کوچه، کسب‌وکار متداول و سست و فرهنگ اجتماعی آن کوچه دارد. این بخشی از تاریخ و هویت کوچه‌است که اگر عناصر شهری نوین (هویت‌سازی فیزیکی و کالبدی) و تعلق خاطر ساکنان (مشارکت در نگهداری و دکان داشتن) و نقل آن برای آیندگان، پشتوانه آن باشد به‌طور یقین ماندگاریش تضمین می‌شود. محله‌ها و کوچه‌های بسیاری در تهران از این ویژگی مهم و اصیل (برای انسجام، امنیت، منزلت، پایگاه افتخار و روحیه جمعی) برخوردار هستند که نیازمند توجه، برنامه‌ریزی شهری و سرمایه‌گذاری هستند تا در سایه این شاخصه‌های برجسته هم هویت اجتماعی جمعی محفوظ بماند و هم سایر عوامل توسعه پایدار مانند گردشگری رونق بگیرد.» این تهران‌پژوه با

آیین‌نامه نام‌گذاری معابر و اماکن عمومی شهر تهران چه می‌گوید؟

در نام‌گذاری معابر شهر تهران باید به فرهنگ و تاریخ ایران اسلامی توجه شود تا جایی که از آن نامگذاری به‌عنوان شناسنامه‌ای معتبر و درخور از این فرهنگ و تاریخ یاد شود. در بخشی از آیین‌نامه نامگذاری معابر و اماکن عمومی شهر تهران (مصوبه شورای عالی انقلاب فرهنگی) آمده است که نام و اسامی معابر باید از نام‌شخصیت‌های مهم تاریخ فرهنگ، اسلامی مردم ایران، نام شخصیت‌های فرهنگی، علمی، سیاسی، تاریخی ایران و اسامی مرتبط به اندیشه، فکر و هنر و نیز مظاهر طبیعت بهره‌برده باشد. در مرحله بعد باید به زیبایی، ایرانی بودن، متناسب بودن، خوش‌آهنگ و کوتاه بودن آن توجه داشت. نام‌ها و اسامی برگزیده باید روحیه ملی، حماسی و محلی را تقویت کنند و غنای فرهنگی و تاریخی را دربرداشته باشند. باید موجب همبستگی فرهنگی و دولت‌های سیاسی شوند. باید در پیوند با ملل و دولت‌های دارای اشتراک باشد. همچنین می‌تواند از نام افراد و شخصیت‌های نیکوکار و تأثیرگذار در حوزه‌ها مختلف گرفته شده باشد. در فرایند نام‌گذاری می‌توان از طبیعت ایران و تهران بهره‌برد. نکته مهم و قابل توجه در این آیین‌نامه، نظرسنجی از اهالی آن معبر و مکان و نیز استفاده از پوست‌های پژوهشی و مطالعاتی است.

خلاصه گزارش

روانشناسی

روانشناسی تغذیه

درمان اختلالات خوردن تأثیر قابل توجهی بر سلامت بدن و تناسب اندام دارد

علم روانشناسی با علم تغذیه آنجا به تلاقی یکدیگر درمی‌آیند که آثار تغذیه بر روان افراد مشهود می‌شود و اختلالاتی مانند «اختلال در خوردن» و به شیوه‌های مختلف پدید می‌آیند. در واقع اختلالات خوردن از جمله رفتارهای شایع روان‌تنی به‌شمار می‌رود که مشکلات فراوانی در سلامت جسمانی و عملکرد روانی افراد به‌وجود می‌آورد. طبق آخرین نتایج به‌دست آمده توسط روانشناسان، روانپزشکان و متخصصان علوم تغذیه و سلامت در این نوع از اختلالات با توجه به گسترتش فرهنگ غذایی نامتناسب با جغرافیای غالب، الگوهای نامناسب تغذیه‌ای، عوامل نژادی و طبقه اجتماعی که فرد در آن قرار دارد، می‌توان اختلالات خوردن از بی‌اشتهایی عصبی تا پرخوری عصبی را به خوبی مشاهده کرد که واضح است علم روانشناسی به درمان آن پرداخته است. بهتر است برای فهم کامل این موضوع بپیچیده و در هم تنیده شده، کمی به عقب بازگردیم و از نخستین خدمت علم روانشناسی به علم تغذیه بگوییم. دانشمندان از طراحی الگو یا مدل سلامت محور غذایی با هدف بهبود عملکرد عصبی و روانی بدن به‌عنوان نخستین خدمت بین‌علمی یاد می‌کنند و در تعریف روانشناسی تغذیه چنین می‌گویند: «روانشناسی تغذیه را می‌توان علم شناخت اثرات ذهن و روان بر تغذیه و برعکس، شناخت اثرات تغذیه بر روان و ذهن انسان دانست.» از دیدگاه روانشناسی، عوامل مختلفی مانند عوامل فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، جغرافیایی، ژنتیک و تکامل بر عادات و سبک غذایی افراد مؤثر است که هر یک باید از مدیریت مناسب برخوردار باشد تا ذهن و روان سالم را تضمین کند. فقط در این شرایط است که احساسات و افکار مثبت در افراد تقویت می‌شود و می‌توان انتظار عملکردی سازنده از آنها داشت.

داستان نام و

نام گذاری کوچه‌های

تهران مانند

کوچه‌های هر شهر

دارای تاریخ، متأثر از

سبک زندگی، نحوه

تعامل و مشارکت،

انواع شغل و فرهنگ

اجتماعی غالب

نخستین افراد ساکن

در آن است؛ فرهنگ

اجتماعی غالب

که هویتی مشترک

میان ساکنان فعلی

و آیندگان پدید

می‌آورد.

محله‌ها و کوچه‌های

بسیاری در تهران

از ویژگی هویتی

(برای انسجام،

امنیت، منزلت،

پایگاه افتخار و

روحیه جمعی)

برخوردار هستند

که نیازمند توجه،

برنامه‌ریزی شهری

و سرمایه‌گذاری

هستند تا در سایه

این شاخصه‌های

برجسته هم هویت

اجتماعی جمعی،

محفوظ بماند و هم

عوامل توسعه پایدار

شهری رونق بگیرد.

اختلال پرخوری

افراد که درگیر چنین اختلالی هستند، معمولاً اضافه وزن دارند. اختلال پرخوری در هر سنی می‌تواند بروز کند، اما شایع‌ترین زمان آن میانسالی است. این بیماری فسر در در خطر ابتلا به دیابت نوع ۲، فشار خون بالا، سوزش و خونی‌ریزی معده، اختلالات روده‌ای، فرسایش مینای دندان، کم شدن ضراب قلب، اختلال در کاهش سرعت سوخت‌وساز بدن و بیماری‌های قلبی قرار می‌دهد.

اختلال پرخوری (بولیمیا)

از نشانه‌های مهم ایین از نوع پرخوری، بی‌بالا آوردن، است. کسی در هر سنی می‌تواند دچار بولیمیا شود. البته اغلب، بانوان درگیر این نوع از اختلال پرخوری می‌شوند. عواملی که در ابتلا به این اختلال نقش‌سازی می‌کنند عبارتند از: حوادث تروماتیک و استرس‌زا، بی‌ولژی، فرهنگ و عادات یک خانواده و فشارهای اجتماعی برای لاغر شدن و کاهش وزن. با این حال این اختلال دائمی نیست و با درمان مناسب روانشناسی می‌توان چرخه آن را متوقف کرد.

اختلال بی‌اشتهایی عصبی (آنارو کسپیا)

این اختلال باعث بی‌اشتهایی تقریباً دائمی در افراد می‌شود و کاهش وزن شدید به همراه دارد. این اختلال نیز بیشتر میان دختران و بانوان شایع است اما پسران و مردان نیز ممکن است دچار آن شوند. بی‌اشتهایی عصبی منجر به تحریک بیش از حد هورمون ها، کاهش وزن و پریشانی روانی می‌شود و افراد دارای این اختلال معمولاً از چاق شدن وحشت دارند. این اختلال پس از یک تغییر در زندگی مانند تجربه یک حادثه تلخ یا میل به برتری در ورزش‌هایی مانند ژیمناستیک یا دوندگی و نیز کاهش وزن با هدف حضور در صنعت مدلینگ با وسواس وزنی رخ می‌دهد. بی‌اشتهایی عصبی عوارض جدی از جمله سوء تغذیه، بیماری‌های قلبی – عروقی، کم شدن حجم مایعات بدن، اختلالات گوارشی، ناباروری و نشانه‌های دیگر را به همراه دارد.

واما درمان چیست؟

برای هر نوع از ایین اختلالات در خوردن، راهکار درمانی به‌منظور تغییر رفتار و نگرش افراد مبتلا وجود دارد تا الگوی تغذیه فرد اصلاح شود. راهکارهای درمانی به‌طور متداول توسط متخصص روان درمانگر از طریق به کارگیری روش‌هایی مانند درمان رفتاری – شناختی همراه با متخصصان تغذیه و مراقبت‌های پزشکی طراحی می‌شود.