



جمعه ۱۹ خرداد ۱۴۰۲

شماره ۸۷۹۴

### پیشنهاد

تهپه‌های عباس‌آباد

### از باغ کتاب تا دریاچه دوقلو

مجموعه ۶۸ هکتاری اراضی عباس‌آباد که تا سال‌ها بی‌استفاده مانده بود، نزد یک به ۲ دهه است که پذیرای اوقات فراغت شهروندان تهرانی و مسافرانی است که به پایتخت می‌آیند. اراضی عباس‌آباد با داشتن بخش‌ها و امکانات متعدد حالا به قطب گردشگری پایتخت تبدیل شده و بهره‌برداری از فازهای مختلف آن باعث شده تا روزبه‌روز بر تعداد بازدیدکنندگان این مجموعه افزوده شود. این مجموعه گردشگری از سمت شمال به بزرگراه شهید حقانی، از ضلع جنوب به خیابان شهید مطهری، از سمت غرب به بلوار نلسون ماندلا و از سوی شرق به خیابان شهید قنبرزاده و محله جلفا محدود شده‌است.

باغ کتاب ۱۱۰ هزار مترمربع وسعت دارد که ۶۵هزار مترمربع آن به فضای نمایشگاهی اختصاص داده‌شده‌است؛ باغی که در مجموعه نمایشگاهی آن می‌توان عطر کتاب را استشمام کرد و

برای ساعاتی طولانی غرق در قفسه‌های مملو از کتاب‌های گوناگون شُند. در کنار اینها سَنَسَمتی هم به علم و فناوری اختصاص داده شده که با باغ علم معروف است. در فضای پشت‌باغ کتاب هم یک سینمای تابستانی ۵۰۰نفره ایجاد شده‌است.

پسل طبیعت با نورپردازی‌های بی‌نظیرش حالا به نمادی از شهر تهران تبدیل شده، محلی که بوستان‌های آب و آتش و طالقانی را به هم متصل می‌کند. ۲۰ هزار تن فولاد این پل ۲۷۰ متری را بر فراز ۴۰ متری از بزرگراه مدرس استوار نگه‌داشته‌است.

## باغ هنر

این باغ با هدف نمایش هنرهایی در زمینه موسیقی، شعر، ادبیات و همچنین برقراری رابطه میان هنرمند، مخاطب و ارتقای درک هنری جامعه با تمرکز بر هنر ایرانی

طراحی شده و با الهام گرفتن از الگوی معماری ایرانی و اسلامی، تلاش می‌کند با فراهم کردن امکان تجربه موسیقی

فرهنگی و هنر ایرانی، مردم را با این فرهنگ و هنر آشنا کند.

در این مجموعه یک آمفی تئاتر روباز با ظرفیت ۲۰۰ نفر وجود دارد که میزبان آثار فاخر هنرمندان تجسمی است.آمفی تئاتر دیگری نیز با ظرفیت ۲۵۰ تا ۳۵۰ نفر برای برگزاری

همایش و کارگاه در این باغ ساخته شده‌است. بخش‌های دیگری باغ شامل تالار اجتماعات مرکزی، ۶ سالن همایش ۲۰ تا ۵۰ نفره، باشگاه هنرمندان، قهوه‌خانه، سالن غذاخوری و… است.

## بوستان آب و آتش

تنوع تفریحات تپه عباس‌آباد بسیار است و بوستان آب و آتش هم که به نام بوستان حضرت ابراهیم هم شناخته می‌شود، یکی از آنهاست. وجود برج‌های آتش و فواره‌هایی که از دل

زمین آرا به بیرون پرتاب می‌کنند از مهم‌ترین جاذبه‌های این بوستان است. در کنار این بوستان تعداد زیادی رستوران و فست‌فود هم قرار دارد.

## سفر به کهکشان

بزرگ‌ترین آسمان‌نمای ایران (پلانتاریوم) در مجموعه گردشگری عباس‌آباد و در بوستان منظومه شمسی و بین بوستان آب و آتش و بوستان نوروز قرار دارد. ساختمانی زیبا و منحصربه‌فرد که در داخل آن می‌توانید با سستارگان و سیارات مختلف آشنا شوید. این ساختمان یک گنبد ۳۶ درجه دارد. در قسمت بیرونی با شیشه و فلز کار شده‌است و اگر خوش‌شانس باشید نزدیک غروب خورشید آنجا باشید، می‌توانید ساعت‌ها به این گنبد و نمای زیبای غروب سرخ‌رنگ در پشت آن خیره شوید.

## باغ غذا

باغ غذای تهران وینتج و کلاسیک را مشاهده کنید و با تارتیچه آنها نیز آشنا شوید. خودروهایی که حالا به رستوران‌ها و کافه‌های سیار تبدیل شده‌اند و آخرین توقفشان پارکینگ باغ غذای تهران بوده‌است. جالب آنکه همین خودروها باعث شده‌اند از باغ غذا با نام فودتراک نیز یاد شود.

## باغ موزه دفاع مقدس

این باغ موزه با زیربنای ۲۰۵ هزار مترمربع (با احتساب محوطه‌سازی)، یک مجموعه کم‌نظیر و دیدنی در اراضی عباس‌آباد است که در سال ۱۳۹۱ افتتاح شد. در این باغ موزه تالارهای مختلفی وجود دارد که تالار پرانه مختص معرفی سرداران دوران دفاع مقدس است. تالار آستانه بخش دائمی موزه و نمایش دهنده مجموعه وقایعی است که در فاصله سال ۵۷ تا آغاز جنگ منجر به پیروزی انقلاب اسلامی شد. همچنین تالار حیرت و واقعیت نمایش دهنده حیرت مردم ایران از شوک جنگ تحمیلی است. در روزهای که مردم از پیروزی انقلاب شادمان بودند و نظام اسلامی ایران در حال شکل‌گیری بود، حمله رژیم بعثی به ایران با حمایت آمریکا مردم را حیرت‌زده و شوکه کرد. تالارهای دفاع، آمانش، شهادت و پیروزی و تالار سرانجام از دیگر تالارهای این باغ موزه است.

با این حال مجموعه اراضی عباس‌آباد تهران به این امکانات محدود نمی‌شود. دریاچه‌های دوقلو و محل‌های متعددی برای تفریح کودکان و جوانان، لاجب‌های زیبا برای دورهمی‌های خانوادگی و… برخی از امکاناتی است که در این مجموعه وسیع قرار دارد و در آینده نیز به تنوع آن افزوده خواهدشد.

# پیونده



# تزریق شادی و نشاط

## میلیون‌ها شهروند از برنامه‌های تفریحی، ورزشی و فرهنگی شهرداری تهران بهره برده‌اند

مدیریت شهری به روح و کالبد پایتخت توجه و تأکید ویژه داشته است، در همین راستا علاوه بر افتتاح‌های عمرانی بزرگ و کوچک در قالب سرراه‌های محله، بوستان‌های بانوان، اماکن ورزشی، شهردخت و… دیگر پروژه‌های فرهنگی و ورزشی، مانند مسابقه‌ها، جشنواره‌ها و گردهمایی‌های متعددی در مناسبت‌های مختلف و با عنوان‌های متنوع بر گزار شده یا در حال برگزاری است. در این گزارش بخشی از مهم‌ترین رویدادهای تفریحی، فرهنگی و ورزشی تهران در ماه گذشته که هر کدام پذیرای شهروندان بسیاری بوده شرح داده شده‌است.

### سعدیه مرادی

روزنامهنگار

به دوره قبل برگزای می‌شود. تابستان امسال مسابقاتی با عنوان «جشنواره تفریحی ورزشی» از ساعت ۱۸ تا ۲۴ در بوستان آب و آتش برگزار می‌شود که خانواده‌ها می‌توانند از این جشنواره استفاده کنند.

### مهرانه

**زمان:** ۱۹ تیر ۱۴۰۱ ● **مکان:** برج میلاد
● **تعدادشرکت‌کنندگان:** ۱۱۴زوج و بیش از هزار نفر از خانواده‌آنها

**اقدامات:** جشن ازدواج ۱۱۴زوج دارای معلولیت با حضور خانواده معلولان و همکاری سازمان بهزیستی استان تهران و شهرداری تهران در سالن همایش‌های برج میلاد برگزار شد. مهم‌ترین هدف این برنامه ترویج ازدواج افراد معلول بود. این زوج‌ها در محدوده سنی ۲۴ تا ۵۱سال از گروه‌های مختلف بینایی، شنوایی، جسمی و حرکتی و کم‌توان ذهنی با معلولیت خفیف بودند که با مشاوره‌های سازمان بهزیستی کشور با یکدیگر آشنا شدند.

همواره شهروندان در کانون اهداف برگزاری برنامه‌های مدیریت شهری مدنظر قرار دارند و در این میان سازمان فرهنگی و هنری شهرداری تهران در این راه نقش پررنگ و تأثیر گذاری در توسعه فعالیت‌های فرهنگی و اجرای برنامه‌های متنوع و جذاب برای غنی‌سازی اوقات شهروندان داشته است. به طوری که در ماه‌های اخیر ده‌ها برنامه از سوی این سازمان برگزار شده و توانسته در هر فصل و به هر مناسبتی به بهترین شکل پذیرای مردم شهر باشد. رویدادهای فرهنگی و اجتماعی‌ای که در گوشه و کنار پایتخت میزبان شهروندان بود و البته این برنامه‌ها همچنان با موضوعات جدید و در مناسبت‌های مختلف اجرا خواهدشد.

<b>شهر امید</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>همزمانی نوروز و ماه رمضان امسال، منجر به اجرای برنامه‌های متنوع فرهنگی و هنری در راستای بر کردن اوقات فراغت خانواده‌ها در دریاچه شهدای خلیج‌فارس شد و اوقات خوشی را برای شهروندان رقم زد.</div>
<b>آیه‌های سبز</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>آیه‌های سبز، عنوان برنامه‌ای است که به مناسبت روز درختکاری از ۱۴ تا ۱۸ اسفند ۱۴۰۱ برگزار شد. کاشت ۱۰۰ نهال به یاد ۱۰۰ نفر از مفاخر فرهنگی شهر تهران در سده گذشته و نیز کاشت درخت توسط شهروندان هر منطقه به یاد یکی از شهدای محله از جمله بخش‌های این برنامه بود.</div>
<b>نوجوونیم</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>این جشنواره بهمن ماه گذشته و به مناسبت چهل‌چهارمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی برگزار شد و معرفی نوجوانان برگزیده و دارای استعدادهای ویژه، در محورهای مختلف در بخش فردی و توانمندی‌های گروهی برای مشارکت نوجوانان متولد ۱۳۸۳ تا ۱۳۸۹ تهرانی، در مناطق ۲۲ گانه تهران از اهداف این جشنواره بود.</div>
<b>ما عاشق محمدمیم</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>از دیگر برنامه‌هایی است که توسط سازمان فرهنگی و هنری به مناسبت مبعث و با هدف ترویج فضایل اخلاقی حضرت رسول (عظیم‌رض) در تعمیق بخشیدن به الگوهای فرهنگی شهروندان برگزار شد. برپایی ۴۰ موبک در آرزو در نقاط پرتردد شهر تهران و راه‌اندازی کارناوال عطر گل محمدی از جمله بخش‌های این برنامه بود.</div>
<b>به‌نام مادر</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>به‌نام مادر، عنوان جشنواره‌ای بود که همزمان با سالروز ولادت حضرت فاطمه(س) و روز مادر برگزار شد. برپایی ایستگاه‌های فرهنگی به نام مسافر در ۱۱۰ نقطه منتخب با برنامه‌های متنوع در شهر تهران از بخش‌های آن بود.</div>
<b>ایران پیروز</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>همزمان با فرارسیدن ایام جهانی جهانی برگزار شد و شامل اجرای برنامه‌های متنوع با حضور خانواده‌ها به ویژه نوجوانان در ۶بخش اصلی در فرهنگسراها و خانه‌های فرهنگ شهر تهران بود.</div>
<b>شهر پرستاره</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>باشعار «ها مقتدریم» به مناسبت هفته دفاع مقدس و با دو رویکرد محتوایی افزایش آگاهی تاریخی مردم نسبت به دفاع مقدس و ترویج فرهنگ ایثار و شهادت پیش‌بینی شده بود. شهر پرستاره شامل ۸۱ عنوان برنامه فرهنگی و هنری و در مجموع ۲هزار و ۳۹۲اجرا بود.</div>

## رویدادهای متنوعی در ماه‌های اخیر از سوی سازمان فرهنگی و هنری برگزار شده‌است

# شهر پرستاره

### راهپیمایی جاماندگان

راهپیمایی جاماندگان اربعین حسینی (ع) ۲۶ شهریورماه از میدان امام حسین (ع) تا حرم عبدالعظیم حسنی (ع) به نیابت از پیاده‌روی اربعین از نجف تا کربلا در تهران برگزار شد.

### باشگاه صدتایی‌ها

همزمان با سی‌و چهارمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب، مرحله جدید باشگاه کتابخوانی ۱۰۰ تایی‌ها که در داخل آن شهرداری تهران، اجرا شد. این طرح تابستان سال ۱۴۰۰ برای مخاطبان کودک و نوجوان طراحی شد و در مرحله دوم در تابستان سال ۱۴۰۱ توانست ۲ هزار و ۷۰۶ عضو را کتابخانه‌های سازمان جذب کند.

### بازی

نخستین جشنواره بازی‌های تابستانی با رویکرد ترویج شادی و نشاط اجتماعی در شهر و خانوادگی در ۳ هفته متوالی در مناطق ۲، ۵، ۶، ۷، ۸، ۱۰، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۲۱ و ۲۲ شهر تهران از دیگر اقدامات سازمان فرهنگی و هنری شهرداری تهران بود که تیرماه سال گذشته اجرا شد و فضای شادی را برای خانواده‌های تهرانی ایجاد کرد.



### عطر سیب

بیستمین نمایشگاه «عطر سیب» دوم مردادماه سال ۱۴۰۱ در میدان امام حسین (ع) شهر تهران برگزار شد. کمک به تجهیز و تأمین نیازهای هیئت‌های عزاداری پایتخت شامل پرچم و کتیبه هیئت، مواد غذایی، تجهیزات برقی و صنعتی، محصولات فرهنگی، ظرف یکبار مصرف و… از جمله اهداف برگزاری این نمایشگاه بوده‌است.

### صداننده یاقوت

در روزهای ۲۸ آبان تا ۱۱ آذرماه سال گذشته در فرهنگسراها ولا، اشراق، خاوران و بهمن برگزار شد. این جشنواره با اجرای برنامه‌های فرهنگی و هنری در فضایی بانشاط همراه بود و اهدافی مانند معرفی و آشنایی مخاطبان و شهروندان با مزایا و خواص انار و حمایت از باغداران و تولیدکنندگان انار را دنبال کرد.

### ماجرای اردو

ماجرای اردو، عنوان برنامه‌ای است که تابستان ۱۴۰۱ با هدف کشف استعداد و توانایی نوجوانان برگزار شد. این برنامه شامل برپایی تورهای هم‌روزه ویژه نوجوانان دختر و پسر ۱۳ تا ۱۸ ساله در ۹ فرهنگسرای مناطق ۴، ۳، ۱۱، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۲۰ و فرهنگسرای امام(ره) بود.

# هم‌شهری

### پیشنهاد

## تهران هیجان داردا

در هر سن و سالی که باشید نمی‌توانید از تفریحات هیجان‌انگیز چشم‌پوشی کنید. گاهی اوقات حتی برای چند دقیقه تجربه تفریحی همچون بانجی‌جامپینگ ممکن است مسافتی طولانی را ترد کنید تا برای چند ثانیه آدرنالین‌تان را بالا ببرد و در یک هفته پیش‌روی‌تان سر حال و قیراق بمانید اما حالا چند سالی است که انواع و اقسام تفریحات هیجانی در گوشه و کنار تهران توسط بخش‌های خصوصی و نهادهای عمومی همچون شهرداری راه‌اندازی شده تا همه شهروندان بتوانند به یک نسبت از این امکانات استفاده کنند. با برخی از این تفریحات هیجان‌انگیز آشنا شوید.

<b>معلق میان زمین و آسمان بانجی‌جامپینگ</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>بزرگراه شهید چمران، خیابان یمن، خیابان ولنجک، بام‌تهران</div>
<b>نشانی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>تجربه ورزشی که در آن از ارتفاع زیاد به سمت زمین سقوط می‌کنید و سالم می‌مانید، شاید در زندگی برای اکثر قرب‌به اتفاق افراد روی ندهد. در این تفریح که کلا ۳۰ ثانیه از وقت شما را می‌گیرد با سرعت ده‌ها کیلومتر در ساعت با شتاب ۹٫۸ متر مجذور بر ثانیه ۴۰ متر به سمت زمین سقوط می‌کنید و برای چند ثانیه بین زمین و آسمان معلق می‌مانید. ما تهران از مدوددو همایی‌هایی است که امکانات بانجی‌جامپینگ را دارد. البته در بوستان ولایت نیز امکانات بانجی‌جامپینگ وجود دارد اما هنوز به بهره‌برداری نرسیده‌است.</div>
<b>قرقره بازی زیپ‌لاین</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>برج میلاد، دریاچه چیتگر و بوستان طالقانی</div>
<b>نشانی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>برای این تفریح شما به یک قرقره بزرگ متصل می‌شوید و با کمک آن روی یک سیم بکسل که بالای جایی دره ماندنی قرار گرفته رها شده و به سمت انتهای سیم حرکت می‌کنید. در محوطه برج میلاد تهران محلی برای زیپ‌لاین اختصاص داده شده که ۱۵۰ متر طول دارد و شما را در ارتفاع ۳۰ متری با سرعت ۶۰ تا ۷۰ کیلومتر در ساعت به پرواز درمی‌آورد. زیپ‌لاین دریاچه چیتگر هم اولین زیپ‌لاین ریلی ایران به حساب می‌آید که شامل ریلی پرپیچ‌وخم با ۱۲۰ متر طول و حدود ۱۴ متر ارتفاع است. زیپ‌لاین کماندو بوستان طالقانی هم با طول ۱۲۰ متر و ارتفاع ۱۰۰متر و در توجال و باشگاه انقلاب نیز این امکان وجود دارد.</div>
<b>پرواز بر بلندای پایتخت اسکیت هوایی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>بزرگراه شهید همت غرب، دریاچه شهدای خلیج فارس</div>
<b>نشانی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>برای تفریح هیجانی دسته‌جمعی، اسکیت هوایی دریاچه چیتگر محل مناسبی است. وسیله‌ای شبیه به ترن هوایی که روی ریل‌های یو(U) شکل حرکت می‌کند و دو کابین این اسکیت که ۵ تا ۶بار مسیر پایین به بالای یو را حرکت می‌کنند و در حین حرکت کابین‌ها نیز به صورت دایره‌ای تکان می‌خورند. ارتفاع بالاترین نقطه اسکیت از زمین ۲۰متر و طول آن نیز ۵۰متر است. افرادی که ناراحتی قلبی دارند و خانم‌های باردار نمی‌توانند از این وسیله تفریحی استفاده کنند.</div>
<b>تیوب‌سواری قایق پرشی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>بزرگراه شهید حکیم غرب، بعد از خروجی بزرگراه یادگار امام، فاز ۲ بوستان نهج‌البلغه</div>
<b>نشانی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>نیاست اینکه تجربه تیوب‌سواری داشته باشید لازم نیست دیگر به پیست‌های اسکیت شمشک و دیزین بروید. بوستان نهج‌البلغه و دریاچه خلیج فارس گزینه‌های خوبی برای تجربه تیوب‌سواری هستند. در اینجا به جای اینکه با تیوب روی برف فرود بیایید، روی یک تشک بادی عظیم از ارتفاع ۱۴ متری فرود می‌آید. این مجموعه که به‌نام قایق پرشی معروف است، با استفاده از این وسیله شما سوار قایق شده و توسط جک‌های کششی به بالا کشیده می‌شوید. در انتهای ریل لانچ‌ها و با سرعت به سمت پایین ریل حرکت کرده و سپس خود را مابین آب و آسمان خواهید دید. در پایان یک فرود هیجان‌انگیز به داخل استخر هدایت می‌شوید بدون آنکه خیس شوید.</div>
<b>آدرنالین پارک بانجی‌جامپینگ، سوینگ، پرش آزاد و…</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>سعادت‌آباد، میدان بهرود، بوستان پرواز</div>
<b>نشانی</b>
<div><div><div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div><div><div><div><span></span></div></div></div></div></div></div> <div>نخستین پارک ویژه ورزش‌های خاص و هیجان‌انگیز پایتخت است و حدود ۲ سال از عمرش می‌گذرد. این بخش در زمینی به مساحت حدود هزار مترمربع، در پارک پرواز قرار دارد و با تفریحاتی نظیر بانجی‌جامپینگ با ارتفاع ۴۰ متر، سوینگ (تاب غول‌پیکر) با ارتفاع ۳۰متر، آونچر پارک (بازی‌های طنابی) و پرش آزاد روی تشک بادی (بیگ جامپ) میزبان مراجعان است. همچنین پرش آزاد روی تشک بادی بیگ‌جامپ کودکان، زیپ‌لاین، ترامپولین و یورو بانجی از تفریحات مناسب برای کودکان است. در محدوده‌ای از آدرنالین پارک، طناب‌هایی وجود دارند که از سازه‌های آهنی آویزان شده‌اند؛ همانند پل معلق عمل می‌کنند و افراد از روی آن عبور می‌کنند. تردبان‌های معلق نیز برای بالا رفتن و یک دیواره سنگ‌نوردی معلق در ارتفاع ۲ متری وجود دارد.</div>