



نام:
محمد نظری

نوع فعالیت:
مجری صدا و سیما
و برنامه به خانه
برمی‌گردیم



یلدا را بسیاری فرصتی برای دور هم بودن می‌دانند. محمد نظری می‌گوید: یلدا اگر چه به‌عنوان طولانی‌ترین شب سال شناخته می‌شود، اما پیش از هر چیز یادآور با هم بودن و دور هم جمع شدن است. اگر چه این رسم دورهمی امروز هم وجود دارد اما به قوت گذشته نیست. در دوران گذشته، خانواده‌ها در شب‌های چله اغلب به خانه پدر بزرگ و مادر بزرگ‌ها و دیگر بزرگان فامیل رفته و دور هم جمع می‌شدند و این شب را ساده اما با گرمی و دلخوشی جشن می‌گرفتند؛ این دورهمی نه تنها به نوعی تجدید دیدار و صله رحم بود، بلکه فرصتی بود که بزرگ ترها هم در این شب برای کوچک ترها حافظ می‌خواندند. تفاوت شب یلداهای امروز در آدم‌هایی است که دور هم جمع می‌شوند؛ بنابراین باید رسم و رسوم کهن ایرانی و اجدادی مان را حفظ کنیم و همواره پاسدارشان باشیم تا فرزندان مان نیز بیاموزند و این فرهنگ نسل به نسل و سینه به سینه حفظ شود.

فال حافظ محمد نظری برای شهروندان را با اسکن بارکد بشنوید.

فرصتی برای با هم بودن

۶

روز هفتم

برخی بازارچه‌ها تا ساعات پایانی شب یلدا میزبان شهروندان هستند

خرید دقیقه ۹

باعث شود تا برخی نتوانند خرید شب چله را در چند روز جلوتر انجام دهند و این موضوع را به شب یلدا موکول کنند. اما بازارهایی وجود دارند که تا ساعات پایانی شب اقلام خوراکی می‌فروشند و این نوید را به شهروندان تهرانی می‌دهند که دست‌خالی به خانه نروند و سفره یلدایشان پر بار باشد.

مردم در شب یلدا معمولاً انواع خوراکی‌های مرسوم در این شب از آجیل و راریج تر از همه هندوانه گرفته تا شیرینی و اقلامی چون مرغ و ماهی را در حد توان خریداری و در ضیافت‌های یلدايي استفاده می‌کنند. اما شاید گرفتاری‌های روزمره

✓ **سعیه مرادی**



قیمت محصولات مختلف در میادین میوه و تره‌بار، چي، چند بخیریم؟

یکی از مراکز خرید مایحتاج شب چله میادین میوه و تره‌بار هستند؛ بازارهایی که با قیمت‌های مناسب و مقرون به صرفه خود، این فرصت را در اختیار اغلب شهروندان تهرانی قرار داده تا سور و سات دورهمی‌های بلندترین شب سال خود را از آن‌ها با کیفیت مناسب از این مراکز فراهم کنند و شب خوبی را برای خود و خانواده‌شان رقم بزنند. اما برای اطلاع از قیمت انواع محصولات در آستانه شب چله در میادین میوه و تره‌بار نگاهی به جدول زیر بیندازید.



انواع میوه

نام محصول	قیمت هر کیلوگرم
ازگیل	۳۵ هزار تومان
انار	۲۵ هزار تومان
انار آبگیری	۱۷ هزار تومان
انار خطی	۱۷ هزار تومان
پرتقال تامسون جنوب	۲۱ هزار تومان
پرتقال تامسون شمال	۱۳ هزار و ۵۰۰ تومان
خرمالو	۳۹ هزار تومان
سیب زرد لبنان	۲۸ هزار و ۵۰۰ تومان
سیب قرمز	۲۷ هزار تومان
کبوی	۳۳ هزار تومان
نارنگی یاقا	۲۳ هزار و ۵۰۰ تومان
انواع نارنگی	۲۱ هزار و ۵۰۰ تومان
هندوانه زیر ۳ کیلوگرم	۸ هزار و ۵۰۰ تومان
هندوانه بالای ۳ کیلوگرم	۱۲ هزار تومان

بازار شهرستانی

بازارچه شهرستانی از سال ۱۳۳۲ فعال است و در آن کالاهای مختلف با قیمت مناسب عرضه می‌شود. این قطب خرید شرق پایتخت از بخش‌های مختلفی تشکیل شده و در قسمت میوه و تره‌بار انواع میوه، سبزی، صیفی و فرنگی عرضه می‌شود. در بخش دیگر آن هم انواع آجیل و خشکبار، ترشی، لپاس، کیف و کفش، بدلیجات، خرده‌فروشی و... به فروش می‌رسد. همچنین یکی از مهم‌ترین قسمت‌های بازارچه شهرستانی فروش مواد پروتئینی مانند گوشت و مرغ، تخم‌مرغ و انواع ماهی است که با قیمت دولتی عرضه می‌شود. حضور در این بازارچه به قول معروف «هم فال و هم تماشا است» و می‌توان برای خرید از این بازارچه به ضلع جنوب شرقی میدان امام حسین (ع) مراجعه کنید. در اینجا رنگین‌کمانی از میوه‌ها و سبزی‌ها و اقلام شب‌چله باعث می‌شود تا از خرید شب‌چله لذت کافی ببرید.

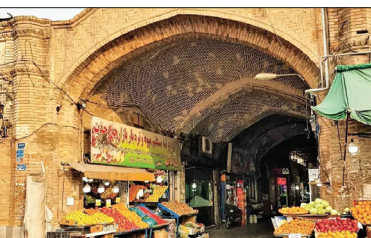
نشانی: خیابان شهید اسدی، خیابان اقبال لاهوری، خیابان مرتضایی، خیابان پروین

ساعت فعالیت: ۳:۳۰ تا ۲۲:۳۰

راه‌های دسترسی: نزدیک‌ترین ایستگاه مترو: امام حسین، منتظری

نزدیک‌ترین ایستگاه اتوبوس: منتظری

بازارچه شاپور (بازار قوام الدوله)



نشانی: خیابان وحدت اسلامی، میدان شاپور

ساعت فعالیت: ۲۲ تا ۲۴

راه‌های دسترسی: نزدیک‌ترین ایستگاه مترو: ایستگاه خیام

نزدیک‌ترین ایستگاه اتوبوس: ایستگاه میدان وحدت

بازار فرمانطقه‌ای صادقیه



نشانی: صادقیه، خیابان خسروی شمالی

ساعت فعالیت: ۷:۳۰ تا ۲۱

راه‌های دسترسی: نزدیک‌ترین ایستگاه مترو: طرشت

نزدیک‌ترین ایستگاه اتوبوس: ترمینال صادقیه

بازار پل بعثت

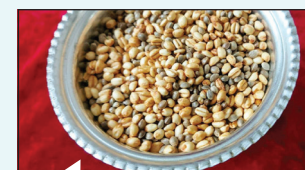


نشانی: بزرگراه بعثت، خیابان ۱۷ شهریور

ساعت فعالیت: ۶:۳۰ تا ۲۲

راه‌های دسترسی: نزدیک‌ترین ایستگاه مترو: شوش

نزدیک‌ترین ایستگاه اتوبوس: ۱۷ شهریور



انواع آجیل

نام محصول	قیمت
آجیل شیرین (شامل ۱۰ درصد پسته خام (اکبری، کله قوچی)، ۱۵ درصد مغز بادام، ۱۵ درصد نخودچی، ۲۰ درصد پسته، ۱۵ درصد کشمش، ۱۵ درصد سبزی، ۱۵ درصد برگه قیسی، ۱۵ درصد انجیر خشک و ۱۵ درصد باسلق)	۲۸۰ هزار تومان
آجیل شیرین بدون باسلق (شامل ۱۵ درصد مغز بادام، ۱۵ درصد نخودچی، ۲۰ درصد پسته، ۱۵ درصد کشمش، ۱۵ درصد سبزی، ۱۵ درصد برگه قیسی، ۱۵ درصد فندق خام با پوست و ۱۵ درصد انجیر خشک)	۳۲۱ هزار تومان
آجیل شور (شامل ۱۵ درصد پسته (اکبری، کله قوچی)، شور، ۱۵ درصد مغز بادام، ۲۰ درصد نخودچی، ۲۰ درصد پسته، ۱۵ درصد کشمش، ۱۵ درصد تخمه کدو، ۱۵ درصد گوشتی، ۱۵ درصد پسته، ۱۵ درصد تخمه جاپانی و ۱۵ درصد فندق با پوست (شور))	۳۲۶ هزار تومان
باسلق با گردو و پسته سفید	۹۸ هزار تومان
باسلق خوش‌سیریس با گردو و پسته سفید	۱۱۰ هزار تومان
باسلق بدون گردو و پسته سفید	۸۸ هزار تومان

بازار قوام‌الدوله یا شاپور که نامش به‌تازگی به بازار طرخانی تغییر یافته، از سه‌راه شاپور شروع می‌شود و تا محله سنگلج امتداد می‌یابد. این بازارچه از آن بازارچه‌هایی است که بیشتر مشاهیر را می‌توان در قیلم‌ها و سرپال‌ها دید، چون بافت آن شبیه بازارچه‌های سنتی بازار قدیم تهران است که گذرهای تنگ و سقاخانه و مسجد دارند. این بازارچه نه تنها بورس کفش است و تولیدی‌های کفاشی در آن به وفور به چشم می‌خورد، بلکه محل مناسبی برای خرید نیز به حساب می‌آید. نانوايي، خواربارفروشی، گوشت و میوه‌فروشی، خیاطی، سوپرمارکت، پروتئینی و... اصناف بازارچه شاپور را تشکیل می‌دهند و دورهمی این اصناف و مغازه‌ها باعث شده تا مکانی مناسب برای خرید شب‌چله باشد. اغلب مغازه‌های این بازارچه قدیمی تا پاسی از شب جوابگوی نیاز مشتریان هستند.

میادین میوه و تره‌بار از جمله مراکز فروش اقلام شب‌چله هستند که تا ساعات پایانی شب به عرضه محصولات خود می‌پردازند. در میان میادین میوه و تره‌بار تهران، برخی از این میادین نقش فرمانطقه‌ای دارند و بخشی از کالاها و محصولات مورد نیاز شهروندان ساکن در یک پهنه جغرافیایی پایتخت را نیز تأمین می‌کنند. میدان تره‌بار صادقیه یکی از این میادین است که تعداد مراجعاتش نشان می‌دهد حسابی پرطرفدار و شلوغ است و در آن می‌توان به جز میوه، محصولات دیگری را هم از این بازار تهیه کرد. در اینجا اقلام شب‌چله فراهم است و خریداران دست‌خالی از آن خارج نخواهند شد. در این میدان ده‌ها غرفه فروش سبزیجات، میوه‌های دستچین، صیفی‌جات، آجیل و محصولات پروتئینی و ماهی وجود دارد که مانع ایجاد ازدحام می‌شود.

چه قصد خرید ماهی با قیمت مناسب داشته باشید و چه خرید میوه‌های متنوع، بازار ماهی بعثت گزینه مناسبی است. بازار ماهی بعثت از ۳ سالن بزرگ تشکیل شده که از ۲ سالن آن فقط به عرضه آبزیان اختصاص دارد. این دو سالن بالغ بر ۶۵ غرفه دارد. سالن سوم در بازار بعثت به میوه و سبزیجات اختصاص دارد که این بازار هم جایگاه ویژه‌ای برای صنف میوه‌فروشان و سبزی‌فروشی‌ها دارد. قیمت‌های این منطقه به دلیل اینکه مرکز اصلی ماهی و آبزیان در تهران است، نسبت به بقیه مکان‌ها ارزان‌تر است. افراد برای انتخاب نوع و کیفیت ماهی و قیمت، حداقل از میان ۴۰ فروشنده و غرفه‌ها حق انتخاب دارند. پاک کردن ماهی و میگو معمولاً در همان غرفه‌ای که خرید می‌کنند، رایگان است. آبزیان شامل میگو، ماهی دریا و ماهی پرورشی در این بازار موجود است.