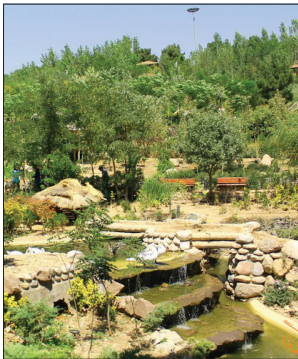


باغ پرندگان



معرفی
قرار گرفتن باغ پرندگان تهران در مرزهای شرقی پایتخت و نزدیکی آن به جنگل و کوه باعث شده این مقصد گردشگری در تابستان هوایی خنک داشته باشد.

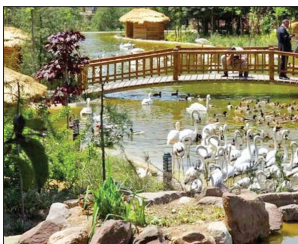
نشانی
بزرگراه شهید بابایی شرق
بعد از خروجی هنگام

تکه‌ای از جنگل‌های لویزان

باغ پرندگان تهران در میان جنگل‌های خوش‌آب‌وهوای لویزان در مرزهای شرقی پایتخت واقع شده، بنابراین در تابستان هوایی مطبوع دارد. این باغ بزرگ‌ترین باغ پرندگان ایران به حساب می‌آید و در محیطی طبیعی ساخته شده که شباهت بیشتری به محیط زیست پرندگان داشته باشد. این باغ بیش از ۲۰ هکتار وسعت دارد و ۲۰ هزار پرندۀ از ۲۵۰ گونه مختلف از سراسر جهان در آن زندگی می‌کنند. آبنماها و دریاچه‌های مجموعه هم بر خنکی هوا اضافه کرده‌اند. محوطه باغ پرندگان سرسبز طراحی شده است. آبشارها و برکه‌های متعدد و گل‌های گوناگون و رنگارنگ، منظره‌ای چشم‌نواز برای طبیعت‌دوستان خلق می‌کند. درختان گونه‌های گیاهی باغ پرندگان تهران، درختان پهن‌برگ و سوزنی هستند که از گونه‌های گیاهی جنگل‌های لویزان پیروی می‌کنند. گل‌ها و گیاهان هم به تناسب فصل، زیبایی خاصی به باغ می‌بخشند.

تماشای پرندگان

اگر با خودروی شخصی راهی باغ پرندگان می‌شوید، بزرگراه شهید بابایی شرق، بعد از خروجی هنگام وارد لاین کندروی شهرک امید شوید و مسیر خیابان کوهستان را انتخاب کنید. برای رسیدن به باغ پرندگان با حمل‌ونقل عمومی، ایستگاه‌های پایانی خط ۲ متروی تهران (صادقیه-فرهنگسرا) و مسیر اتوبوس‌های خط ۲۱۴ (پایانه شهید دستواره- پایانه افق) انتخاب‌های مناسبی هستند. بهترین زمان حضور در این گردشگاه ساعت ۱۰ تا ۱۲ یا ۱۶ تا ۱۸ است. کافه، رستوران و بوفه، آلاچیق، پارکینگ، کلبه گل‌و گیاه، سرویس بهداشتی و نمازخانه امکاناتی است که در این باغ فراهم شده است. برای گشت‌وگذار در این تفریحگاه کفش مناسب بپوشید و یادتان باشد از غذا دادن به پرندگان خودداری کنید.



در این تفرجگاه‌ها می‌توانید از هوای جنگل و کوهستان لذت ببرید

گردشگاه‌های خنک در تابستان پایتخت

✓ **نیلوفر ذوالفقاری** برای یک گشت‌وگذار تابستانی در روزها و شب‌های گرم این فصل لازم نیست حتما راهی اطراف شهر شوید. بعضی تفرجگاه‌های پایتخت در فضاهای جنگلی و کوهستانی واقع شده‌اند و آب‌وهوای خنک‌تری در تابستان دارند؛ به همین دلیل هم

درکه

معرفی
در که برای تهرانی‌ها به‌خاطر مسیر کوهنوردی‌اش بسیار معروف و محبوب شده است.

نشانی
بزرگراه شهید چمران، خیابان یمن
خیابان رشیدالدین فضل‌الله

امکانات
رستوران‌ها، کافه‌ها و قهوه‌خانه‌ها،
سرویس بهداشتی، مسجد

هزینه
رایگان

طبیعت‌گردی در مسیر رودخانه

عبور از کنار رودخانه و استراحت در سایه درختان در دره‌های کنار رودخانه یک انتخاب خنک تابستانی است. در که انتخاب مناسبی برای استفاده از هوای پاک و خنک کوهستان و طبیعت‌گردی

دربند

معرفی
با رفتن به دربند می‌توانید در محیطی کوهستانی قدم بزنید، همزمان از صدای شرشر رود لذت ببرید و در آب‌وهوای تازه منطقه نفسی تازه کنید.

نشانی
میدان تجریش، خیابان فناخسرو
خیابان دربند، میدان سربند

امکانات
مسجد، سرویس بهداشتی، مرکز درمانی،
رستوران‌ها و ...

هزینه
رایگان



شب‌های خنک دربند

شب‌های خنک دربند در تابستان‌ها بسیار معروف است؛ به همین دلیل اگر آخر هفته‌های تابستان سری به این محدوده گردشگری بزنید، با شور و هیجان و شلوغی گردشگران مواجه می‌شوید. از میدان دربند ردیف رستوران‌ها و کافه‌ها شروع می‌شود که فرصت نشستن کنار رود و لذت‌بردن از طبیعت را فراهم می‌کند. شیب مسیر برای پیاده‌روی سبک مناسب است؛ با این حال حتما کفش مناسب بپوشید و برای پیشگیری از مسمومیت غذایی، خوراکی‌ها را از مکان‌های معتبر بخرید.

بام تهران

معرفی
این جاذبه به‌خاطر دید فوق‌العاده زیبایی که از پایتخت به شما می‌دهد و نیز به دلیل آب‌وهوای خوش و محیط دلچسب برای گردش و پیک‌نیک دسته‌جمعی، بسیار محبوب است.

نشانی
بزرگراه شهید چمران، خیابان یمن
انتهای خیابان ولنجک

امکانات
فودکورت، رستوران، کافه‌های مختلف
پیست اسکی، ایستگاه‌های تله‌کابین و ...

هزینه
رایگان (پارکینگ هزینه دارد)



شب‌گردی در مسیر سلامت

هرچند گشت‌وگذار در توچال، سوارشدن به تله‌کابین و کوه‌پیمایی در همه ایام سال طرفداران زیادی دارد، اما در تابستان مسیر سلامت این تفرجگاه محبوبیت زیادی پیدا می‌کند. خنکی و تمیزی هوای کوهستان در کنار وجود امکانات رفاهی متنوع مثل تفریحات هیجانی، کافه‌ها و رستوران‌ها، بام تهران را به مقصد شب‌گردی‌های تابستانی برای پایتخت‌نشینان تبدیل کرده است. تماشای منظره شهر از بام تهران هم لذتبخش است.

بوستان جنگلی سرخه حصار

معرفی
در یک روز گرم تابستانی، فضای یک پارک جنگلی زیر سایه درختان بلند و آلاچیق‌های متعدد تفریحگاه مناسبی محسوب می‌شود.

نشانی
انتهای خیابان دماوند
جنب ترمینال شرق

امکانات
پارکینگ، محوطه بازی، سرویس
بهداشتی، نمازخانه، بوفه، آلاچیق و ...

هزینه
رایگان



پیاده‌روی زیر سایه درختان

بوستان جنگلی سرخه حصار یک آبنمای سنگی دارد که هوا را مطبوع‌تر می‌کند. وجود درختان کهنسال در این بوستان جنگلی باعث شده هوا نسبت به مناطق دیگر خنک‌تر باشد. در بیشتر نقاط بوستان آلاچیق‌هایی برای استراحت در روزهای تعطیل ساخته شده است. همچنین می‌توانید با خیال راحت در مسیرهای مختلف بوستان زیر سایه درختان پیاده‌روی یا ورزش کنید. امکانات رفاهی مثل منقل برای کباب درست کردن، سرویس بهداشتی، نمازخانه و غرفه فروش مواد غذایی در بوستان وجود دارد.

● نشانی: جاده لشکرک، روستای فشم

● **معرفی:** فشم یکی از مناطق خنک اطراف تهران است. اغلب تهرانی‌ها و حتی طبیعت‌گردان از سایر نقاط کشور در تابستان به این منطقه می‌آیند تا از هوای خنک و طبیعت بی‌نظیر آن استفاده کنند. یکی از تفریحات لذتبخش در فشم، آب‌تنی در رودخانه است. رودخانه فشم آب زلال و خنکی دارد و در فصل تابستان برای آب‌تنی مناسب است، اما قبل از زن به دل آب بهتر است چند نکته را رعایت کنید؛ اول اینکه قبل از ورود به آب، از عمق و ایمنی محل آب‌تنی اطمینان حاصل کنید. اگر به شنا تسلط ندارید، بهتر است وارد آب نشوید و نکته آخر اینکه از آلوده کردن آب خودداری کنید.

فشم