

امامزاده داوود



معرفی
امامزاده داوود (ع) در شمال غرب تهران واقع شده و از جمله امامزاده‌هایی است که در زمره آثار ملی قرار گرفته است.

نشانی
بخش مرکزی کن، جاده سولقان

بقعه صفوی

امامزاده داوود از جاذبه‌های مذهبی پطرقدار بین پایتخت‌نشینان به‌ویژه سالمندان و مو سپید کرده‌هاست، چون در این فضا در کنار زیارت از آب‌وهوای مطلوب نیز بهره‌مند می‌شوند. معماری آرامگاه امامزاده داوود (ع) جزو دیدنی‌های این جاذبه است. وقتی وارد این آرامگاه می‌شوید، نمایی از ۲ مسجد می‌بینید که با یک گنبد و ۲ گلدسته طلایی شما را مجذوب خود می‌کند. بقعه هشت‌ضلعی که دارای سردابی در قسمت زیرین است، در زمان صفویه ساخته شده، اما بنای اصلی آرامگاه در زمان قاجار احداث شده و توسعه یافته است. اگر به در ورودی امامزاده بنگرید، هشت بیت شعر توجه شما را به خود جلب خواهد کرد. در این شعرها، نام فتحعلی شاه به وضوح به چشم می‌خورد. قدم به داخل این آرامگاه و فضای معنوی آن که بگذارد، ضریحی ساده در مقابل چشمان شما خودنمایی خواهد کرد. این ضریح به ضریح جعفری شهرت دارد.

گردش در بازار

بازار امامزاده داوود (ع) در فاصله کمی از امامزاده قرار دارد و در آن هر نوع کالا و خوراکی از قبیل سوهان تازه و داغ، انواع شیرینی و نان‌های سنتی تازه از تنور درآمده، پوشاک، چادر و جانماز، مهر و تسبیح، کتاب‌های احادیث، لباس، اسباب‌بازی و غیره به فروش می‌رسد. آش و دوغ‌های محلی نیز در این بازار فروخته می‌شود که در آنها از سبزیجات کوهستانی منطقه استفاده شده و لذیذ و دلچسبند. سالمندانی که برای زیارت به امامزاده داوود (ع) می‌روند باید به یاد داشته باشند که رفتن به امامزاده نیازمند پیاده‌روی است و باید کفش مناسب به پا داشته باشند.



سیاحت و زیارت در تورهای یک‌روزه

سالمندان می‌توانند با انتخاب تورهای گردشگری، دسته‌جمعی تفریح کنند

جاذبه‌هایی مانند امامزاده صالح (ع)، امامزاده شاه‌عبدالعظیم حسنی (ع)، روستای رینه، روستای لواسان، امامزاده داوود (ع) و... که همگی فرصت یک تفریح دلچسب و سیاحت و زیارت را در اختیار سالمندان قرار می‌دهند.

✓ **سعیده مرادی** در تهران و اطراف آن جاذبه‌های گردشگری بسیاری وجود دارد که مقصدی مناسب برای پایتخت‌نشینان به‌ویژه پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌هاست. تورهای گردشگری یک‌روزه، امکان تفریح دسته‌جمعی و بازدید از این جاذبه‌ها را برای سالمندان فراهم می‌کنند.

امامزاده صالح

معرفی
مقبره امامزاده صالح از قدیمی‌ترین بناهای تهران است که تاریخچه آن به دوره ایلخانی بازمی‌گردد. این بنا در سال ۱۳۵۱ ثبت ملی شد.

نشانی
خیابان ولیعصر (عج)، میدان تجریش

مقبره‌ای با کاشی‌های آبی

مقبره امامزاده صالح (ع) از باتوق‌های اصلی زیارتی سالمندان در شمال پایتخت است و قسمت‌های مختلفی از جمله یک ایوان و ۴ رواق دارد. مقبره شهدای گمنام و حوضی بزرگ در حیاط امامزاده از بخش‌های دیدنی این فضا به حساب می‌آید. در این حرم مطهر همچنین ۳ ورودی در ضلع‌های جنوب، شرق و غرب تعبیه شده است که ورودی جنوبی و شرقی به بازار تجریش و ورودی غربی به ترمینال درون شهری تجریش منتهی می‌شود. در امامزاده صالح (ع) ویلچرهایی در محوطه قرار دارد تا افراد مسن و کسانی که توانایی لازم را ندارند، به راحتی زیارت کنند.

امامزاده شاه‌عبدالعظیم حسنی

معرفی
حرم شاه‌عبدالعظیم، آرامگاه عبدالعظیم حسنی، از نوادگان امام حسن (ع) است که در جنوب تهران قرار دارد. آرامگاه این امامزاده در سال ۱۳۳۴ به ثبت ملی رسید.

نشانی
شهری، خیابان حرم



آرامگاه خاطره‌انگیز

حرم شاه‌عبدالعظیم حسنی (ع)، یکی از خاطره‌انگیزترین زیارتگاه‌ها برای پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌هاست. این حرم از بخش‌های مختلفی همچون ضریح، شبستان، صحن، ایوان و رواق و... تشکیل شده است که هر یک از آنها معماری منحصر به فردی دارند. در اینجا علاوه بر زیارتگاه، مدرسه و حوزه علمیه و... مقبره افراد معروف نیز وجود دارد. در این امامزاده علاوه بر جای زائران سالمند با استفاده از ویلچر در داخل حرم، صندلی‌های چرخ‌دار نیز به صورت آمانی در اختیار زائران قرار می‌گیرد.

روستای رینه

معرفی
روستای رینه در دامنه جنوبی دماوند جا خوش کرده و کوه دماوند، آبشار شاه‌اندشت و دشت لار از مهم‌ترین جاذبه‌های این منطقه محسوب می‌شوند.

نشانی
۸ کیلومتری تهران، جاده هراز



آب درمانی در چشمه

تورهای گردشگری یک‌روزه مخصوص سالمندان، روستای رینه را به عنوان مقصدی برای آب‌درمانی انتخاب می‌کنند. روستای رینه در کنار طبیعت زیبا، پرآب‌ترین چشمه‌های منطقه را نیز دارد. چشمه آبگرم رینه که از دوره قاجار مورد توجه قرار گرفته، موجب به‌وجود آمدن حمام‌های عمومی و استخرهای متعدد شده و گردشگران به‌ویژه سالمندان می‌توانند از این استخرها و حمام‌های عمومی استفاده کنند و از خواص درمانی آب چشمه بهره‌مند شوند.

لواسان

معرفی
لواسان شهری تاریخی با قدمتی ۵۰۰۰ ساله است که علاوه بر جاذبه‌های طبیعی و دیدنی، جاذبه‌های تاریخی متعددی همچون تپه تاریخی سرقلعه را در دل خود جای داده است.

نشانی
بزرگراه شهید بابایی، جاده لشکرک



سفر به لواسان ۵۰۰۰ ساله

این منطقه مکانی مناسب برای کسانی است که به دنبال آرامش و طبیعت بکر هستند. لواسان از شمال به کوه‌های ورچین، باغدره، کند و افجه و از جنوب به کوه‌های تلو، قوچک، زینکوه و اراکوه محدود می‌شود. لواسان دارای بیش از ۱۸ روستای بکر و زیبا مانند افجه، سینک و... است. هر روستا دارای ویژگی‌های منحصر به فردی است که تجربه‌ای متفاوت از زندگی روستایی و طبیعت بکر را ارائه می‌دهند. شهروندان به‌ویژه سالمندان حین سفر به لواسان باید تجهیزات لازم مانند کفش و لباس مناسب به همراه داشته باشند.



● فرقی نمی‌کند که خودتان سالمند باشید یا یکی از اعضای خانواده؛ موقع سفر، گردش و تفریح، باید حواستان به همراه داشتن داروهای ضروری و جعبه کمک‌های اولیه باشد. مخصوصاً اگر سالمندی داروی قند و فشار خون استفاده می‌کند، باید مقدار کافی از دارو همراهش باشد تا در صورت نوسان قند و فشار خون دچار دردسر نشود. برگزارکنندگان تورهای گردشگری سالمندی هم باید جعبه کمک‌های اولیه و داروهای ضروری همراه داشته باشند.

دارو و جعبه کمک‌های اولیه همراهمان باشد