

هفتاد و هفتاد

اجرای ۳۵۸۰ پروژه با نظر مردم

پویش «من شهردارم» همه شهروندان را در رفع مشکلات محله‌ها سهیم کرد

موضوعات مورد مطالبه مردم شهر

صفحه ۱۳

آینده خودرو، تورم، مسکن، بورس و ارز کدام برنامه اقتصادی رأی می‌آورد؟

نظرات نامزدهای ریاست جمهوری درباره مهم‌ترین دغدغه‌های اقتصادی مردم

گفت‌وگو با کارشناسان درباره آینده اقتصاد کشور

صفحه ۲

تهران ۸ هزار املاکی غیرمجاز دارد

نیمی از بنگاه‌های املاک غیرمجاز کشور در پایتخت فعالیت دارند



۱۶ هزار بنگاه غیرمجاز شناسایی شده است.



۱۸۵ هزار بنگاه املاک در سطح کشور داریم.

صفحه ۴



بی‌فرهنگی در میزگرد فرهنگی

محمد فاضلی، مشاور فرهنگی پزشکین، میکروفن را پرتاب و صحنه برنامه را ترک کرد

اقدامی بی‌سابقه در برنامه زنده انتخاباتی

روایت یک تنش در میزگرد فرهنگی

علمی بیمانی دانشگاه شهید بهشتی بودند. طبق مقررات، عضو هیأت علمی پیمانی نه می‌تواند مأمور باشد نه خارج از دانشگاه سمت بگیرد. ایشان در ریاست جمهوری و وزارت نیرو سمت داشتند و طبق گفته رئیس دانشگاه و مدیر گروه ۲ سال حتی مراجعه و حضور در دانشگاه نداشتند. خلاف مقررات عمل کردند. ۸ سال دوره پیمانی‌شان طول کشیده و اخراج شدند. چه «الم‌شنگهای» در دانشگاه‌ها و رسانه‌ها راه انداختند. ما ۹۰ هزار عضو هیأت علمی فعال داریم که در حال انجام وظایفشان هستند، به خاطر هتفرت حیثیت آموزش عالی ما را خدشه‌دار کردند. آقای دکتر، اینها بازی سیاسی است؛ مقهور بازی‌های سیاسی نشوید.

عصر روز گذشته میزگرد فرهنگی مسعود پزشکین، کاندیدای ریاست جمهوری دوره چهاردهم با حضور کارشناسان که بنا بود در آن به چالش‌ها و راهکارهای فرهنگی کشور پرداخته شود، با مشاجره محمد فاضلی نیک (مشاور پزشکین) و شهاب اسفندیاری (کارشناس برنامه) دچار تنش شد.

یادداشت

مهدی مذهبی؛ مدیرعامل سازمان زیباسازی شهر تهران

انقلاب تبلیغاتی در تهران

این روزها تهران میزبان تحولاتی نوپه‌ور و پیشرو در فضای تبلیغات شهری شده و سازمان زیباسازی شهر تهران، به‌عنوان پرچمدار این تحول، با نگاهی نوآورانه و جسورانه، به تمام نامزدهای انتخابات ریاست جمهوری به‌طور مساوی تبلیغات اختصاص داده است. اقدامی که نه تنها نمادی از عدالت و شفافیت در فضای انتخابات است، بلکه مویذ اتخاذ گامی بلند در جهت خلق ظرفیت جدید مشارکت‌افزایی سیاسی و جمع‌سپاری فرهنگی در منظر شهری است.

روایت کامل مجادله لفظی

فاضلی: آقای اسفندیاری! رئیس دانشگاه دروغ می‌گوید، شما هم دروغ می‌گویید.

اسفندیاری: آیا شما پیمانی نبودید؟

فاضلی: من پیمانی بودم.

اسفندیاری: پس چطور سمت گرفتید؟

فاضلی (با صدای بلند): شما نمی‌دانید. من پیمانی بودم، با مجوز هیأت امنای دانشگاه سمت گرفتم.

اسفندیاری: آن وقت رئیس دانشگاه نمی‌دانست؟ چرا مجوز را منتشر نکردید؟

مجرى: هم میکروفن دکتر فاضلی و هم میکروفن دکتر اسفندیاری را قطع کردیم چون در امتداد میزگرد فرهنگی انتظار رفتار فرهنگی می‌رود و این رفتار متناسب با شئونات مخاطبان ارجمند رسانه ملی نیست.

فاضلی: آن ماجرا را نمی‌خواهم توضیح بدهم، موضوع دیگری را می‌خواهم توضیح بدهم.

پزشکین: همین رفتار نشان می‌دهد ما هنوز در فرهنگ مشکل داریم.

پزشکین خطاب به فاضلی که قصد ترک برنامه را داشت: بشین آقای دکتر، من به جای تو حرف می‌زنم.

فاضلی: در رسانه‌ای که ایشان (اسفندیاری) به‌عنوان کارشناس با من مسئله شخصی دارد، صحبت نمی‌کنم. فاضلی خطاب به مجری که او را دعوت به آرامش کرد، گفت: «برو بابا».

اسفندیاری خطاب به فاضلی: به‌خاطر این کار تیرت همه روزنامه‌ها شدید. مجری: بسیار متأسفم که مشاور محترم جناب آقای دکتر مسعود پزشکین، آقای دکتر محمد فاضلی رفتار ناشکیبانه‌ای را نشان دادند و این جای تأسف دارد.

مجرى: ما موظف هستیم درباره رفتار عصبی و هیجان‌زده مهمانان شکیبیا بشیم و از بینندگان عذرخواهی می‌کنم. آقای دکتر پزشکین از شما اجازه می‌خواهم برنامه را خاتمه بدهم.

نخستین موشک ایرانی را او ساخت

خرده‌روایت‌هایی از شهیدمصطفی چمران که با مدرک دکتری از آمریکا عمرش را صرف مبارزه و جهاد کرد



صفحه ۱۷

دیدگاه

مهدی چمران؛ رئیس شورای شهر تهران

شهید چمران پایه‌گذار اقتدار منطقه‌ای ایران بود



شهید مصطفی چمران سال ۱۳۱۱ در روستایی از توابع بخش نوربان شهرستان ساوه به دنیا آمد. هوش، استعداد و پشتکاری که در همان دوران دانش‌آموزی از خود نشان داد، او را برای ادامه تحصیل راهی دانشگاه تهران کرد و پس از آن به آمریکا رفت و در فیزیک پلاسما مدرک دکتری گرفت.

در دوران جوانی به جلسات تفسیر قرآن و دروس فلسفه و منطق علاقه‌مند بود و در همان برنامه‌ها با فعالان سیاسی و مبارزان انقلابی ارتباط پیدا کرد؛ از همین رو به‌رغم حضور در آمریکا، با گرم شدن مبارزات علیه رژیم شاهنشاهی به ایران بازگشت. میدان مبارزه شهید چمران محدود به ایران نبود و با سفر به لبنان، مصر و برخی کشورهای منطقه تلاش کرد تشکیلات منظم و منسجمی را برای مبارزان راه عدالت، آزادی و معنویت ایجاد کند.

یکی از ویژگی‌های برجسته شخصیت شهید چمران این بود که هر زمانی که احساس می‌کرد می‌تواند در عرصای خدمتی رارانه دهد، از هیچ تلاشی دریغ نمی‌کرد. از این‌رو گرچه ابتدای انقلاب معاون نخست‌وزیر و وزیر دفاع هم شد، با آغاز جنگ تحمیلی، در جبهه جنگ و جهاد حاضر شد و ۳۱ خرداد سال ۱۳۶۰ در منطقه دهلاویه مورد اصابت ترکش خمپاره قرار گرفت و به درجه شهادت نایل آمد. مروری بر مشی و سیره عملی و سیاسی شهید مصطفی چمران نشان می‌دهد او علاوه بر اینکه نقش مؤثری در دوران مبارزه با رژیم طاغوت داشت، توانست در مقطعی با کوشش برای انسجام نیروهای مسلح ایران زمینه‌ساز توقف موتور جنگ دشمنان در جنگ تحمیلی باشد و با ساماندهی هوشمندانه نیروی نظامی و لجستیک جنگ، پیروزی‌های چشمگیری به‌ویژه در مناطق غربی کشور به‌دست آورد.

تجارب ارزنده مصطفی چمران در موضوعات نظامی به‌ویژه جنگ‌های نامنظم و چریکی به‌خاطر حضور در لبنان و مصر در این مسیر او را کمک می‌کرد. یکی از مهم‌ترین دستاوردهای عملکرد شهید چمران، پایه‌گذاری اقتدار منطقه‌ای ایران در بیرون از مرزهای کشور است.

شهید چمران با دوراندیشی و درایتی که داشت در یافته بود اقتدار ایران بدون حضور مؤثر در کشورهای منطقه و نشر گفتمان مقاومت در کشورهای اسلامی میسر نیست و از این‌رو پیروزی‌های امروز ایران در منطقه اعم از وعده صادق و... را می‌توان دستاورد تاکتیکی‌هایی دانست که شهید چمران ۵۰ سال پیش در کشورهای منطقه پی‌ریزی کرده بود و امروز اقتدار ایران اسلامی را رقم زده است.

یکی دیگر از ویژگی‌های شخصیتی شهید چمران این بود که دنبال رسیدن به امال و آرزوهای خود از مسیر اتصال به مراکز قدرت نبود بلکه تمام توان، ظرفیت و استعداد خود را در مسیر توسعه اسلام و شکل‌دهی به مقاومت و آزادی‌خواهی بر مبنای اسلامی به کار بست. شهید چمران، الگویی ارزنده و ازجمله مردان بزرگ در دوران انقلاب ماست. او عارف و دانشمند فیزیک و الکترونیک بود؛ مدیر و مدبر و فرماندهی بزرگ. هر جارت سازمان و تشکیلات را به‌وجود آورد. او با تدبیر و عاقل کار کرد، دستی در عرفان داشت و در هنر هم توانا بود.

همه این خصوصیات به‌صورت یکجا در کمتر کسی جمع می‌شود. این هنرمند، عارف، عاشق، دانشمند فیزیک و سیاستمدار بزرگی بود که می‌تواند الگوی مناسبی برای جوانان ما باشد.

در سالگرد شهادت او در گرما گرم فضای اجتماعی و سیاسی این روزهای کشور این جمله از شهید مصطفی چمران، می‌تواند تلنگری برای دلسوزان اسلام و انقلاب باشد: «شهادی ما سوختند و ما تا ما راه را اشتباه نرویم و از طریق مستقیم الهی منحرف نشویم، پشت سر رهبری راه را دنبال کنیم و به بیراهه نرویم.»



6 260641 200359



6 260641 200014

هله شهبازی



	28	26		25	25
	23	25		25	25
	18	25		28	26
	28	26		13	15

سرانجام سخت

تیم ملی والیبال ایران بعد از ۸ شکست پی در پی، دیروز آمریکا را شکست داد و بازی قابل قبولی هم به نمایش گذاشت

دارند. در یکی دو بازی تیم تا یک قدمی برد رفت اما انگار توانی برای نکه داشتن نتیجه و به سرانجام رساندن ست های حساس نداشت. شوک بزرگ در هفته سوم به تیم وارد شد؛ جایی که پانز فرانسیسوی - برزیلی جای خودش را به دستیار ایرانی اش پیمان اکبری داد. این اتفاق در ژاپن و بعد از شکست هفتم تیم اتفاق افتاد. تیم با اکبری هم به یک باخت دیگر رسید اما دیروز، تیم تیمی شد که توقع می رفت. تیم بعد از هفته سوم و تمریناتی که در ژاپن و فیلیپین داشت و البته با حسرتی که به دنبال پیروزی بود، ظهر دیروز مقابل

آمریکا قرار گرفت و در بازی ۵ ستی این تیم را شکست داد. ایرادات هنوز هست اما هم روحیه تیم بهتر بود و هم پیمان اکبری در یک کلاس بالاتر از پانز ظاهر شد. شاید بعد از مدت ها بود که بازیکنان با تمجید هواداران روبه رو شدند و نمره قبولی از آنها گرفتند. اکبری هم با تعویض ها و تایم های به موقع، امید را به والیبال برگرداند. البته که تیم هنوز در انتهای جدول است و فعلا فقط ۱۴ امتیاز دارد. ۲ بازی دیگر در پیش است و حالا توقع این است که تیم بازی های بعدی اش را برد و از ته جدول جدا شود.

تمام؛ ایران بالاخره به پیروزی رسید. از شروع لیگ ملت های ۲۰۲۴ والیبال، تیم ملی ایران با باخت های پی در پی و بازی های ضعیف، تحقیر شده بود. تیمی که دوره های قبلی اگر هم می باخت، با بازی های درخشانش چشم ها را خیره می کرد، از سال گذشته در سرانجیبی بود و در لیگ امسال هم به پایین ترین سطح خود رسید. دیدن بازی های تیم و چهره های ناامید بازیکنان دل می خواست؛ بازیکنانی که با چهره های مغموم مدام بعد از هر باختی از هوادارانشان عذر خواهی می کردند تا حداقل آنها را برای خودشان نکه

پایان نکونام؟

گفته می شود نکونام برای ادامه فعالیت در استقلال مورد تأیید مراجع نظارتی نیست و مالکان جدید با مربیان خارجی مذاکره کرده اند در حالی که ۱۹ روز از اتمام مسابقات لیگ برتر می گذرد، هنوز تکلیف ادامه همکاری جواد نکونام با باشگاه استقلال روشن نشده است. فرسید سمعی هم که ۲ روز بعد از نایب قهرمانی آبی ها در یک برنامه تلویزیونی حاضر شده بود، در پاسخ به این پرسش که آیا نکونام در استقلال می ماند، گفت: «ایشان با باشگاه قرارداد دارد و در استقلال می ماند.» مسئله مهم اما مشخص نبودن موضع رسمی هلدینگ خلیج فارس است و همین موضوع شایعات مختلفی را در مورد آینده تیمکت استقلال ایجاد کرده است. این هلدینگ حتی بعد از نایب قهرمانی استقلال در لیگ برتر، واکنشی رسمی در مورد آینده باشگاه نشان نداده و حالا بحث تیمکت آبی ها و اینکه چه کسی قرار است در فصل آینده هدایت استقلال را بر عهده بگیرد، تبدیل به موضوعی مهم شده است.

انتظار می رفت که مالکان باشگاه استقلال در سریع ترین زمان ممکن، موضع شان را در مورد سرمربی فصل آینده اعلام می کردند ولی حالا از گوشه و کنار شنیده می شود که برخی موانع بر سر راه وجود دارد و همین موضوع باعث شده تا مدیران استقلال منتظر بمانند. گفته می شود برخی مصاحبه های نکونام در فصل گذشته و صحبت هایی که در مورد برخی داوران انجام داده، باعث شده تا مشکلاتی برای فعالیت او ایجاد شود. نکونام در فصلی که گذشت، با صراحت از داورانی اسم برد که طرفدار پرسپولیس هستند یا اینکه گفت برخی بازی ها را برای این تیم در آورده اند. حتی صحبت های او باعث شد تا چند سایت خبری از جمله خبرگزاری فارس، خبر از شکایت چند داور از سرمربی استقلال بدهند.

یکی از دستیاران نکونام در گفت و گو با همشهری در مورد اینکه آیا این مربی برای فصل آینده با مشکل مجوز فعالیت مواجه است، می گوید: «خیلی ها این سؤال را از من می پرسند و من هم در این چند روز چنین شایعه ای را شنیده ام ولی نمی دانم حقیقت دارد یا نه. نکونام با باشگاه استقلال قرارداد دارد و اینکه هنوز مدیران هلدینگ خلیج فارس جلسه ای با نکونام نداشته اند، عجیب است.»

دیروز اما خبرگزاری اسپن در گزارشی به مشکل نکونام برای فعالیت در فصل آینده اشاره کرد و نوشت: «با توجه به اتفاقات فصل قبل و حاشیه هایی که پیرامون تیم فوتبال استقلال و کادرفنی این تیم رخ داد، نکونام مورد تأیید مراجع نظارتی قرار نگرفته و آبی ها در فصل بیست و چهارم لیگ برتر یک مربی دیگر را روی نیمکت خود خواهند دید. هلدینگ خلیج فارس به عنوان مالک جدید باشگاه استقلال با چند مربی خارجی برای حضور در تیم مذاکره کرده است.»

بعد از اینکه آبی ها قهرمانی در لیگ برتر را از دست دادند، برخی رسانه ها از عدم تمایل مدیران هلدینگ برای ادامه همکاری با نکونام خبر دادند ولی مالکان باشگاه حتی در مورد این شایعه هم واکنشی نشان ندادند. حتی گفته شد که قرار است بعد از بازگشت نکونام از مسافرت، جلسه ای میان او و مدیران باشگاه برگزار شود که ظاهرا چنین جلسه ای هم تا به امروز برگزار نشده است. هر چند بعد از قهرمان نشدن استقلال، بخش عمده ای از هواداران این تیم بابت سبک تدافعی استقلال و رفتارهای نکونام از این مربی انتقاد کرده و خواهان تغییر کادرفنی برای فصل آینده شدند ولی نکونام در بین هواداران استقلال هم حامیان خاص خودش را دارد و طیف مهمی از طرفداران استقلال هم خواهان ماندن این مربی هستند.

مدیران هلدینگ پاسخی به تماس های رسانه ها در مورد قطع یا ادامه همکاری با نکونام نمی دهند ولی اگر آنها بر اساس مشکل مجوز فعالیت نکونام، تصمیم به قطع همکاری با این مربی بگیرند، بدون شک برای انتخاب سرمربی جدید با چالش مواجه خواهند شد؛ وضعیتی که در حال حاضر پرسپولیس هم با آن دست و پنجه نرم می کند. البته اگر قرار باشد آنها دنبال گزینه ایرانی برون، فرهاد مجیدی را در دسترس دارند، عصر دیروز هم خبرهای مختلفی در فضای مجازی در مورد احتمال بازگشت این مربی به استقلال منتشر شد.

مدیران هلدینگ پاسخی به تماس های رسانه ها در مورد قطع یا ادامه همکاری با نکونام نمی دهند ولی اگر آنها بر اساس مشکل مجوز فعالیت نکونام، تصمیم به قطع همکاری با این مربی بگیرند، بدون شک برای انتخاب سرمربی جدید با چالش مواجه خواهند شد؛ وضعیتی که در حال حاضر پرسپولیس هم با آن دست و پنجه نرم می کند. البته اگر قرار باشد آنها دنبال گزینه ایرانی برون، فرهاد مجیدی را در دسترس دارند، عصر دیروز هم خبرهای مختلفی در فضای مجازی در مورد احتمال بازگشت این مربی به استقلال منتشر شد.

تمام؛ ایران بالاخره به پیروزی رسید. از شروع لیگ ملت های ۲۰۲۴ والیبال، تیم ملی ایران با باخت های پی در پی و بازی های ضعیف، تحقیر شده بود. تیمی که دوره های قبلی اگر هم می باخت، با بازی های درخشانش چشم ها را خیره می کرد، از سال گذشته در سرانجیبی بود و در لیگ امسال هم به پایین ترین سطح خود رسید. دیدن بازی های تیم و چهره های ناامید بازیکنان دل می خواست؛ بازیکنانی که با چهره های مغموم مدام بعد از هر باختی از هوادارانشان عذر خواهی می کردند تا حداقل آنها را برای خودشان نکه

PARIS 2024

036

روز مانده تا المپیک

پخش زنده

جام حذفی ایران

مسلسل رفسنجان

20:00

سپاهان

یورو ۲۰۲۴

اسلواکی

16:30

صربستان

دانمارک

19:30

انگلیس

اسپانیا

22:30

ایتالیا

یورو ۲۰۲۴

اسلواکی

16:30

اوکراین

لهستان

19:30

اتریش

هلند

22:30

فرانسه

شنبه ۲ دیر ۱۴۰۳

کره جستان

16:30

چک

ترکیه

19:30

پرتغال

بلژیک

22:30

رومانی

تمام؛ ایران بالاخره به پیروزی رسید. از شروع لیگ ملت های ۲۰۲۴ والیبال، تیم ملی ایران با باخت های پی در پی و بازی های ضعیف، تحقیر شده بود. تیمی که دوره های قبلی اگر هم می باخت، با بازی های درخشانش چشم ها را خیره می کرد، از سال گذشته در سرانجیبی بود و در لیگ امسال هم به پایین ترین سطح خود رسید. دیدن بازی های تیم و چهره های ناامید بازیکنان دل می خواست؛ بازیکنانی که با چهره های مغموم مدام بعد از هر باختی از هوادارانشان عذر خواهی می کردند تا حداقل آنها را برای خودشان نکه



کلمبیا پس از اخراج کی روش خوشبخت شد. نستور لورنزو آنها را به تیمی شکست ناپذیر تبدیل کرده است. این تیم در ۲۲ بازی شکست نخورده، روندی که به مارس ۲۰۲۲ برمی گردد. ۲۳ سال است که آنها قهرمان کوبا نشده‌اند.

چهارمین شانس قهرمانی است. آنها ۳ سال قبل از میزبانی جام جهانی باید ثابت کنند برای آن مسابقات شایسته و آماده هستند.

کوپا آمریکای شلوغ

جام ملت‌های آمریکای جنوبی از فردا با حضور اهالی کونکاکاف آغاز می‌شود

از ساعت ۳:۳۰ باامداد فردا (جمعه) با مسابقه بین آرژانتین و کانادا، چهار هشتمین دوره رقابت‌های کوپا آمریکا رسماً در ایالات متحده آمریکا آغاز می‌شود. مسابقات این دوره در ۴ گروه ۴ تیمی برگزار خواهد شد. ابتدا قرار بود اکوادور میزبان این مسابقات باشد اما با انصراف این کشور، آمریکا جایگزین شد. در این دوره ۶ تیم از کونکاکاف (آمریکای شمالی و مرکزی) حاضر هستند؛ آمریکا، مکزیک، کانادا، کاستاریکا، پاناما و جامایکا. در دوره قبلی این تورنمنت آرژانتین پس از ۲۸ سال انتظار قهرمان شد. این کشور در کنار اروگوئه با ۱۵ قهرمانی پرافتخارترین تیم این رقابت‌ها محسوب می‌شود.

رسید و آخرین بازیکنی که در ۴ بازی متوالی برای برزیل گل زد، نینمار در ژوئن ۲۰۲۱ بود.

۱۰

برزیلی‌ها اگر در گروه خودشان و در حضور کلمبیا، پاراگوئه و کاستاریکا، صدر نشین شوند، تا فینال با آرژانتین دیدار نخواهند کرد. آنها برای رسیدن به دهمین قهرمانی در این مسابقات واقعا به چنین چیزی نیاز دارند.

۸۳

اروگوئه، آرژانتین و برزیل روی هم ۳۹ بار قهرمان کوپا آمریکا شده‌اند؛ در ۸۳ درصد از دوره‌ها.

۴۶

اروگوئه برای چهارم و ششمین بار در مسابقات حاضر خواهد شد. آخرین قهرمانی آنها در این جام به سال ۲۰۱۱ برمی گردد. آنها ۱۰ سال توانستند رکورد پرافتخارترین تیم کوپا را حفظ کنند تا اینکه در دوره قبلی امیلیانو مارتینس و دی ماریا به انتظار ۱۸ ساله آرژانتینی‌ها برای جام پایان دادند. اروگوئه با مارچلو ویلسا به عنوان سرمربی و والورده، داروین و سوارس، سومین شانس قهرمانی این دوره هستند.

۶۵

لوویس سوارس، رکورددار گلزنی اروگوئه (۶۸ گل در ۱۳۸ بازی ملی) در این تیم حضور دارد و با فرم خوبی وارد مسابقات می‌شود؛ با زدن ۱۲ گل در MLS در این فصل، میانگین یک گل در هر ۹۶ دقیقه برای اینتر مایامی، تیم مسی.

۵۳

اندریک در ۵ بازی ۳ گل برای سلسائو به ثمر رسانده. این گل‌ها در ۳ بازی متوالی به ثمر

آینده مبهم

در صورت جدایی قطعی بیرانوند از پرسپولیس انتخاب تیم بعدی برای او ساده نخواهد بود

داستان علیرضا بیرانوند و پرسپولیس طوری پیش می‌رود که انگار واقعا راهی جز جدایی نیست؛ اتفاقی است که اگر امسال هم رخ ندهد، برای فصل بعد یا بعد از آن اجتناب‌ناپذیر خواهد بود. اینکه یک بازیکن مدام تهدید به جدایی کند اصلا اتفاق جالبی نیست و شأن باشگاه را هم پایین می‌آورد. بنابراین دیر یا زود جدایی محتمل است و اگر در همین تابستان رخ بدهد، آنگاه انتخاب تیم در خور بعدی برای بیرانوند کمی پیچیده و مبهم خواهد بود. ببینیم مشتریان بالقوه او چه شرایطی دارند.

استقلال

آنها فصل گذشته بهترین گلر لیگ را داشتند. حسین حسینی به عنوان کاپیتان استقلال در ممتازترین نسخه‌اش ظاهر شد و آبی‌ها شانس آوردند که ابتدای فصل با هزینه به مراتب بیشتر، بیرانوند را جای او نگرفتند. بسیار بعید است که باشگاه استقلال حاضر به تکرار اتفاقات تابستان قبل باشد و ستاره قدیمی و مؤثری را از دست بدهد که با ۱۸ گلین شیت دستکش طلایی را به دست آورده است.

تراکتور

حسین پورحمیدی هم بعد از یک شروع تردیدآمیز، به تدریج در ترکیب تراکتور جا افتاد و اوج گرفت. او با ۱۸ گلین شیت شریک حسینی در صدر جدول بهترین گلرهای لیگ قبل بود و اینکه باشگاه تیریزی آن همه پول بدهد که بیرانوند را به جای چنین گلری بیاورد، یک ریسک بسیار بزرگ خواهد بود؛ آن هم تراکتوری که هنوز تکلیف مالکیتش روشن نیست.

سپاهان

تیم اصفهانی هم یکی دیگر از گلرهای مطرح و سرشناس فوتبال ایران را در اختیار دارد؛ پیام نیازمند. اگر چه نیازمند هم مثل خود بیرانوند اصلا فصل خوبی را پشت سر نگذاشت اما اینکه باشگاه پیام را کنار بگذارد و با یک هزینه درشت دنبال استخدام بیرانوند برود، اقدام پرمخاطره‌ای خواهد بود. نیازمند هنوز طرف قرارداد سپاهان است؛ بنابراین او باید روی نیمکت بنشیند یا جدا شود که هر دو محل بحث خواهد بود.

سایر تیم‌های ایرانی

ممکن است مقصد بعدی بیرانوند یکی دیگر از تیم‌های ایرانی و مخصوصا باشگاه‌های صنعتی باشد اما به یاد داشته باشید یکی از مهم‌ترین آنها یعنی مس رفسنجان فعلا بلا تکلیف است. گل گهر سیرجان هم محمدرضا اخباری را در اختیار دارد و تازه اگر بیرو به هر کدام از این تیم‌ها برود، باید با کاهش میزان توجهات و دور شدن از مسابقات آسیایی کنار بیاید.

لژیونر شدن؟

تجربه شخصی بیرو در این زمینه اصلا جالب نیست. او یک دوره در فوتبال برنگال و بلژیک تا کام ماند، زبان بلد نیست و بعد از آن نمک‌نشین‌های مفصل، هنرنمایی‌اش منحصر شد به شعبده‌بازی در رختکن! آیا سنسگر بان تیم ملی یکبار دیگر تن به همین چالش خواهد داد؟



ضد قهرمان تابستان

باز هم علیرضا بیرانوند باز هم فسخ قرارداد باز هم خشم پرسپولیس‌ها و آغاز سرگیجه

به بهانه‌های واهی محل اشکال است و سرگرم شدن با سرگردانی هواداران جای بحث دارد.

گره‌بر قسانی بعد از بدترین فصل

حتی زیر بارین اتفاقات هم در اثر تکرار بیش از حد ممکن است به ورطه ابتذال کشیده شوند، دیگر چه برسد به اقدام زشتی مثل تهدید به جدایی و فسخ قرارداد. در نتیجه کاملا روشن است که بیشتر هواداران نسبت به رفتار اخیر بیرو موضع منفی گرفته باشند. با این حال آنچه وضعیت را غیرقابل تحمل تر می‌کند، پیش گرفتن چنین رویه‌ای بعد از بدترین فصل فوتبالی بیرانوند است. او در لیگ بیست و سوم تقریبا به هیچ تویی «ته» نگفت و شاید به جرأت بتوان ادعا کرد تنها در مسابقه برگشت با هوادار بود که تا حدی در اندازه‌های خودش ظاهر شد. در نقطه مقابل، سیاهه اشتباهات او بسیار طولانی و مفصل است و اینکه پرسپولیس با چنین نمایشی از سوی بیرو به عنوان قهرمانی دست یافت، بیشتر به معجزه می‌ماند. از جمله نمایش‌های بسیار ضعیف بیرانوند می‌توان به بازی‌های رفت با ذوب‌آهن و صنعت نفت آبادان، مسابقات برگشت مقابل آلومینیوم اراک و فولاد و بازی‌های رفت و برگشت استقلال خوزستان اشاره کرد. حتی نمایش‌های او در تیم ملی هم فاجعه‌بار بود و می‌توان از عملکرد بیرو به عنوان یکی از دلایل حذف ایران از جام ملت‌های آسیا اشاره کرد. اینطور، به نظر می‌رسد که بیرانوند غرق در سرگرمی‌های دیگری - از کافه‌داری تا مدلینگ و دنیای تبلیغات - شده و فوتبال برایش در اولویت نیست. به این ترتیب شاهد کاهش کیفیت این دروازه‌بان هستیم که همزمان آن با افزایش حواشی‌اش، او به شدت آزاردهنده شده است.

سرگردانی مردم، سرگرمی آقای گل

به هر حال تردیدی نیست که بخش بزرگی از مردم کشورمان به فوتبال علاقه دارند. بین هموطنان مان هواداران جدی پرسپولیس و استقلال را داریم که با این تیم‌ها زندگی می‌کنند و با علاقه و هیجان اخبار مربوط به آنها را پی می‌گیرند. شمار زیادی از این مردم در زندگی شخصی‌شان درگیر مشکلات حاد هستند و از فوتبال به عنوان یک پناهگاه روانی استفاده می‌کنند اما دقیقا همین نقطه تبدیل به اهرم فشار برخی از فوتبالیست‌ها شده؛ جایی که آنها می‌کشند با سوءاستفاده از احساسات مردم و رودررو قرار دادن هواداران و مدیران باشگاه، امتیازات مالی بیشتری به دست بیاورند. کسی نمی‌گوید بازیکن حرفه‌ای نباید دنبال حق و حقوق باشد اما چارژن مسئله بین عموم مردم و استفاده ابزاری از طرفداران باشگاه ایراد دارد. هر فصل فسخ یکطرفه



آلبانی که در بازی ابتدایی یورو ۲۰۲۴ با نتیجه ۲ بر یک شکست خورده بود، در دومین بازی هم تا نایب‌های یابانی با همین نتیجه مغلوب کرواسی بود. اما کلاوس جاسولدر دقیقه پنجم وقت‌های تلف‌شده گل مساوی را زد تا آلبانی با تساوی ۲-۲ به نخستین امتیازش در این تورنمنت برسد. گل اول بازی را آلبانی دقیقه ۱۱ زد اما کرواسی در نیمه دوم به خوبی به بازی برگشت و طی دقیقه ۷۲ گل رسید. گل دوم کرواسی یک گل به خودی بود که توسط همین جاسولدر زده شد.



و باعث قطع بازی شدند. شبکه تلویزیونی گلستان که این بازی را مستقیم پخش می‌کرد، طبیعتا قهرمان کرد اما همه منتظر ادامه بازی بودند. این دیدار که از ساعت ۱۷ آغاز شده بود، بعد از وقفه طولانی ساعت ۲۰:۳۵ از سر گرفته شد و طبیعتا در نایب‌های یابانی با یک برتاب دیگر ۹۹ بر ۹۴ به قهرمانی رسید و به آقای شهرداری یابان پایا داد.



رفتند. در پایان ۴ کوارتر بازی ۸۸-۸۸ به پایان رسید و کار به وقت اضافه کشید. در وقت‌های اضافه این طبیعت بود که پیش افتاد. در ۱۶ دقیقه مانده به پایان بازی در حالی که طبیعت ۹۸ بر ۹۴ پیش بود، تماشاگران گرگان که تحمل باخت و از دست رفتن چهارمین قهرمانی یابانی را نداشتند، با برتاب شلنگ و بطری اعتراضشان را نشان دادند. البته که آنها وسط زمین رفتند

جنجال ۱۶ ثانیه با قهرمانی طبیعت

آخرین بازی از سری فینال لیگ برتر بسکتبال، در ۱۱ ثانیه با یابانی وقت اضافی نیمه تمام ماند. طبیعت اسلامشهر و شهرداری گرگان که در ۴ بازی قبلی فینال ۲-۲ مساوی بودند برای معرفی قهرمان در بازی پنجم به میدان



از عبازی که روز آینده برگزار می شود
منتظر ۳ بازی بسیار جذاب باشید

EURO2024
GERMANY

آخر هفته شروع یورو

نیکلاس فولکرگ بازیکن آلمانی پیش از دیدار افتتاحیه یورو مقابل اسکاتلند، موقعی که با تیم در حال گرم کردن بود، با شوتی سنگین، دست هوادار آلمانی را که روی سگوها نشسته بود، شکست. مهاجم آلمانی برای دلجویی از این هوادار، یک نامه به همراه پیراهن امضا شده خود برای او ارسال کرده است.

در پیروزی ۳ بریک ترکیه مقابل گرجستان که زیباترین بازی هفته اول یورو بود، آردا گولر با ۹۹ سال و ۱۱۴ روز سن به جوان ترین بازیکن ترکیه ای تبدیل شد که در تاریخ جام جهانی یا یورو گل زده است.

امروز و فردا مسابقه در روز دوم مرحله گروهی رقابت های یورو ۲۰۲۴ در آلمان برگزار می شود که ۳ بازی بسیار مهم و جذاب است؛ امروز دیدار انگلیس - دانمارک، ایتالیا - اسپانیا و فردا بازی فرانسه - هلند. بازی دیگر هم داریم که اجازه بدهید زیاد کاری به آنها نداشته باشیم؛ صربستان - اسلونی، اسلواکی - اوکراین و لهستان - اتریش.



بدون ستارهها

فرانسه بازی بدون امپایه را تجربه خواهد کرد چون این بازیکن در پیروزی سخت یک بر صفر مقابل اتریش دچار شکستگی بینی شد. هلند هم دی یونگ را در کل مسابقات ندارد. تیم در مرحله انتخابی هم همگروه بودند و بنا به سوابق، باید انتظار برنده باشیم.

این چهارمین دیدار هلند و فرانسه در یورو خواهد بود. فرانسه در یک چهارم نهایی سال ۱۹۹۶ در ضربات پنالتی پیروز شد، در حالی که هلند هر دو رویارویی مرحله گروهی را از حریف برده بود (۳ بر ۲ سال ۲۰۰۰ و ۴ بر یک سال ۲۰۰۸).

فرانسه ۷ بازی از ۸ بازی اخیر خود مقابل هلند را در تمام رقابتها برده است، به استثنای باخت ۲ بر صفر در لیگ ملت های اروپا در نوامبر ۲۰۱۸.

فقط ۴ بازی از ۳۰ بازی قبلی بین هلند و فرانسه با تساوی به پایان رسیده است (۱۵ برد برای فرانسه و ۱۱ برد برای هلند).

بدون احتساب ضربات پنالتی آخر مسابقه، هلند فقط یک از ۱۷ بازی اخیر خود در جام جهانی و یورو را باخته است که مربوط می شود به شکست ۲ بر صفر مقابل چک در یورو ۲۰۲۰. در این مدت، نازنجی ها ۱۲ برد و ۴ تساوی به دست آورده اند. آنها قبل از این دوره، ۴ باخت متوالی داشتند (۳ بازی در یورو ۲۰۱۲ و یکی در فینال جام جهانی ۲۰۱۰).

فرانسه به دنبال پیروزی در بازی ابتدای است. اگر این اتفاق بیفتد، احتمالاً آنها به فینال می رسند. در دوره قبلی ۱۹۸۴، ۲۰۰۰ و ۲۰۱۶ این کار را انجام دادند و فینالیست شدند.

جذاب همیشگی

اسپانیا در بازی اول ۳ بر صفر کرواسی را برد اما آن قدرها هم که نتیجه می گوید، تیمی فوق العاده نیست. ایتالیا هم با پیروزی ۲ بر یک مقابل آلمانی آسان ترین بازی خود را در گروه مرگ به سلامت به پایان رساند اما سریع ترین گل ادوار یورو را از بایرامی در ثانیه ۲۳ دریافت کرد.

این یازدهمین رویارویی اسپانیا و ایتالیا در یک تورنمنت بزرگ است؛ یورو (۸) و جام جهانی (۳) که یک رکورد بین ۲ کشور اروپایی به حساب می آید.

این پنجمین تورنمنت متوالی قهرمانی اروپا است که آنها از سال ۲۰۰۸ با یکدیگر رویهرو شده اند که این نیز یک رکورد محسوب می شود.

اگر پنالتی های آخر مسابقه را در نظر بگیریم، ایتالیا فقط یک بازی از ۱۰ بازی خود را مقابل اسپانیا در یورو یا جام جهانی باخته است؛ ۴ برد و ۵ تساوی و تنها شکست اتزوری از لاروخا مربوط می شود به فینال سال ۲۰۱۲.

اسپانیا هر سه رویارویی قبلی خود با مدافعان عنوان قهرمانی در یورو را برده و هر بار به فینال رسیده؛ ۲ بر یک مقابل اتحاد جماهیر شوروی در سال ۱۹۶۴، یک بر صفر مقابل آلمان غربی در سال ۱۹۸۴ و ۲ بر یک مقابل یونان در سال ۲۰۰۸.

ایتالیا در ۱۰ بازی اخیر خود در یورو شکست نخورده (۷ برد و ۳ تساوی). نخستین بازی در این دوره پیروزی ۲ بر صفر مقابل اسپانیا در یورو ۲۰۱۶ بود.

دیدار سخت

انگلیس در بازی اول مقابل صربستان چنگی به دل نزد مثل دیگر مدعیان (منهای آلمان) ظاهر شد. حالا سه شنبه ها در سخت ترین دیدار گروه باید ثابت کنند که ارزش این همه توجه را دارند.

احتمالاً شاهد یک بازی گل گل خواهیم بود. در ۴ دیدار اخیر دانمارک (۲) و انگلیس (۳) فقط ۵ گل زده شده است.

این چهارمین رویارویی دانمارک و انگلیس در یک تورنمنت بزرگ است؛ ۳ بار در یورو و یک بار جام جهانی، یک برد به سود انگلیس و ۲ تساوی. دانمارک در این ۳ بازی تنها یک گل به انگلیس زده که به ضربه ایستگاهی میکال دامسگارد در نیمه نهایی یورو ۲۰۲۰ برمی گردد.

دانمارک تنها یک برد در ۴ بازی اخیر خود در مرحله گروهی یورو (یک تساوی و ۴ شکست) کسب کرده است و فقط روسیه را ۴ بر یک در یورو ۲۰۲۰ شکست داده تا به یک هشتم برود.

انگلیس هرگز نتوانسته ۲ بازی نخست خود را در این رقابتها ببرد.

انگلیس در پیروزی یک بر صفر مقابل صربستان فقط ۱۲ لمس توپ در محوطه جریمه حریف داشت که در کنار بازی با اوکراین در سال ۲۰۱۲ بدترین عملکرد این تیم در ادوار یورو محسوب می شود.

بازی انگلیس و صربستان فقط ۱۱ شوت داشت (۵ تا برای انگلیس و ۶ شوت برای صربستان) که این کمترین تعداد شوت در یک مسابقه قهرمانی اروپا است، کمتر از هر ۳۲۲ بازی دیگر در این رقابتها از سال ۱۹۸۰.

رکورد های پرتغالی

رونالدو و پیه شور استقامت را در آورده اند

کریستیانو رونالدو ششمین یوروی خود را هم تجربه کرد و رکورد هایش را بهبود بخشید. او که در همه دوره های قبل به گل رسیده بود، فعلاً در بازی اول پرتغال موفق به انجام این کار نشد. اگر کریس در بازی با چک گل می زد، با عبور از ایویکا و استیک (در تساوی یک-یک اتریش مقابل لهستان در یورو ۲۰۰۸) که با ۳۸ سال و ۲۵۷ روز سن، مسن ترین گلزن تاریخ یورو است، می توانست به یک رکورد شخصی دیگر هم برسد. کریستیانو تنها بازیکنی است که در بین ۱۰ بازیکن جوان و ۱۰ گلزن مسن جام ملت های اروپا قرار دارد. گل او در بازی با فرانسه که روز ۲۳ ژوئن ۲۰۲۱ و زمانی که کریس ۳۶ سال و ۱۹۴ روز سن داشت به ثمر رسیده، او را به پنجمین بازیکن مسن گلزن در این مسابقات تبدیل کرد. رونالدو حالا ۳۹ سال و ۱۲۵ روز سن دارد.

رونالدو مقابل چک خوب بازی کرد و با اینکه همواره از او به عنوان بازیکنی خود خواه یاد می شود، به نفر اول جدول بازیکنانی که بیشترین موقعیت گل را در یورو خلق کرده اند، تبدیل شد و رکورد فیگو را زد. بیشترین خلق موقعیت در تاریخ یورو، ۴۳ موقعیت کریستیانو رونالدو، ۴۲ موقعیت لوییس فیگو، ۴۰ موقعیت مسوت اوزیل.

رونالدو در پیروزی و کامبک ۲ بر یک مقابل چک یک ضربه سسر به دیرک دروازه زد و آمار ۵ شوت، ۳ شوت داخل چار چوب، ۲ خلق موقعیت، یک خلق موقعیت بزرگ گلزنی و ۲۲ پاس صحیح از ۲۲ پاس را ثبت کرد. همه اینها در حالی اتفاق افتاد که پرتغال با آن همه ستاره در حد مدعی جدی قهرمانی ظاهر نشد. بازیکنان این تیم هر کدام ساز خودشان را

می زدند و احتمالاً باند برونو فرناندز، برناردو سلوا و کانسلیو در ادامه با رونالدو با مشکلات بیشتری رویهرو می شوند. روبرتو مار تینس اسپانیایی برای این بازی از ۳ مدافع کناری استفاده کرد. سیستم ۳-۴-۳ مار تینس جواب نمی دهد. در این سیستم دالو و کانسلیو به عنوان هافبک راست و چپ بازی کردند و نونو مندس یکی از ۳ مدافع بود ولی در اصل مندس دفاع چپ بازی کرد. کانسلیو در کنار ویتینیا هافبک دفاعی و دالو مدافع راست. در ادامه سمندو و ایناسیو هم به این نفرات اضافه شدند.

گل پسر سرمری
۲۰۰۳: کریستیانو برای نخستین بار با تیم ملی پرتغال در یکی از آخرین بازی های سرخو کونسیسانو (سرمری فضل پیش پورتو) با او هم تیمی شد.
۲۰۲۴: پسر سرخو کونسیسانو، گل پیروزی پرتغال در نخستین بازی یوروی این فصل را در وقت های تلف شده به ثمر رساند و با کریستیانو جشن گرفت.

رکورد پیه
یک بازیکن دیگر پرتغال هم رکورد زد؛ پیه با ۴۱ سال و ۱۱۲ روز سن نام خود را به عنوان مسن ترین بازیکن تاریخ یورو ثبت کرد. نفرات بعدی به این شرح هستند:
کرایلی گایور (بازیکن مجارستان مقابل بلژیک، روز ۲۶ ژوئن ۲۰۱۶) با ۴۰ سال و ۶ روز سن
کریستیانو رونالدو (بازیکن پرتغال مقابل

چک، روز ۱۸ ژوئن ۲۰۲۴) با ۳۹ سال و ۱۳۴ روز سن
لوتار ماتئوس (بازیکن آلمان مقابل پرتغال، روز ۲۰ ژوئن ۲۰۰۰) با ۳۹ سال و ۹۱ روز سن
مورتن اولسن (بازیکن دانمارک مقابل ایتالیا، روز ۱۷ ژوئن ۱۹۸۸) با ۳۸ سال و ۳۰۸ روز سن
لوکا مودریچ (بازیکن کرواسی مقابل اسپانیا روز ۱۵ ژوئن ۲۰۲۴) با ۳۸ سال و ۲۸۰ روز سن
مار تین استیکلنبرگ (بازیکن هلند مقابل چک، روز ۲۷ ژوئن ۲۰۲۱) با ۳۸ سال و ۲۷۸ روز سن
پیتر شیلتون (بازیکن انگلیس مقابل هلند، روز ۱۵ ژوئن ۱۹۸۸) با ۳۸ سال و ۲۷۱ روز سن
ایویکا و استیک (بازیکن اتریش مقابل لهستان، روز ۱۲ ژوئن ۲۰۰۸) با ۳۸ سال و ۲۵۷ روز سن
نیس لمان (بازیکن آلمان مقابل اسپانیا، روز ۲۹ ژوئن ۲۰۰۸) با ۳۸ سال و ۲۲۲ روز سن
پیه بیستیمین بازی اش را در ادوار یورو برای پرتغال انجام داد و پس از کریستیانو رونالدو (۲۶) دومین بازیکن با سابقه این رقابتها شد. او در لیگ قهرمانان هم با ۴۰ سال و ۲۲۱ روز سن مقابل رویال آنتورپ بلژیک برای پورتو به میدان رفت و مسن ترین بازیکن غیر دروازه بان تاریخ این رقابتها شد. او بعد از آن بازی هار دیگر رکورد را بهبود بخشید و در بازی برگشت مقابل همین تیم به مسن ترین گلزن مسابقات هم تبدیل شد.

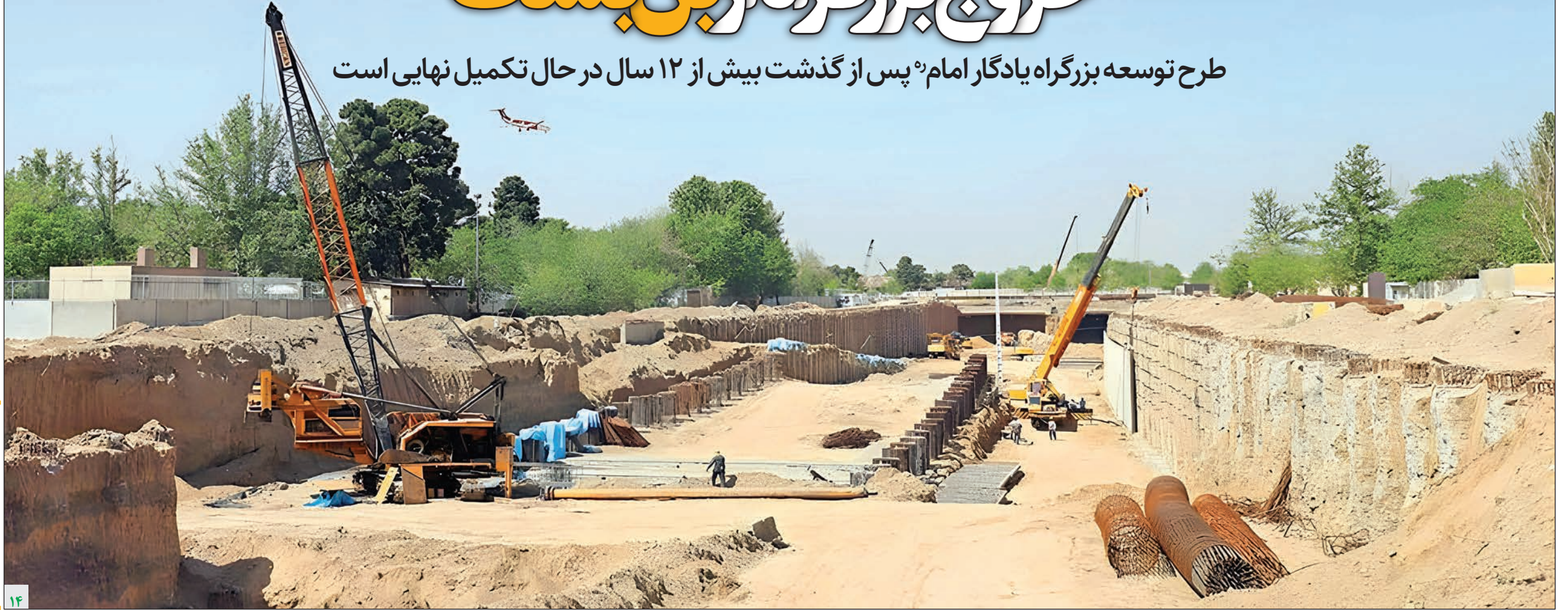
همیشه‌های شه‌نگار

پیش‌بینی پایان پروژه:
تاسال ۱۴۰۴

زمان آغاز مسدودی:
یکشنبه ۲۷ خرداد ۱۴۰۳

خروج بزرگراه ازین بست

طرح توسعه بزرگراه یادگار امام پس از گذشت بیش از ۱۲ سال در حال تکمیل نهایی است



عکس از آژانس عکس تهران اسپهان فرج ون

همزمان با راه اندازی فاز اول پایانه شرق، پروژه توسعه شرقی خط ۲ مترو اجرایی می‌شود

شمارش معکوس برای افتتاح پردیس مسافربری

بهره برداری از پروژه پایانه جدید شرق در ۳ فاز

صفحه ۱۴

رکورد بالاترین سرعت ساخت خطوط مترو در ۳۳ ماه اخیر زده شد

توسعه مترو روی دور تند

از نیمه دوم ۱۴۰۰ تا پایان ۱۴۰۲، به بهره برداری رسید. **۱۸ ایستگاه** مترو همراه در تهران ساخته می‌شود. **۱۲۷۰ متر**

صفحه ۱۵

از ساماندهی ۶ هزار دستفروش تارسیدگی به وضعیت ون کافه‌ها و بازار خلایزیر

اصناف شهر نظم می‌گیرند

تعداد بازارهای محلی سال قبل از ۳۴ به ۶۳ بازار افزایش پیدا کرد

صفحه ۱۴

داده‌نما

مهدی اسماعیل پور: روزنامه‌نگار

ایجاد ۷۰ پارکینگ برای موتورسوارها

ساماندهی توقفگاه موتورسیکلت‌ها با همکاری شهرداری و راهور

پلیس راهور پایتخت و شهرداری‌های مناطق ۲۲ گانه تهران، در اقدام مشترکی با شناسایی نقاط مناسب، در حاشیه معابر مختلف پایتخت توقفگاه‌ها یا همان پارکینگ‌های ویژه‌ای را طراحی و ایجاد کرده‌اند تا موتورسیکلت‌ها به جای توقف در پیاده‌روها، در نقاط ایمن و مناسب‌سازی شده پارک کنند.



هدف طرح
ساماندهی توقف موتورسیکلت‌ها
ایمن‌تر کردن پیاده‌روها با جلوگیری از تردد و توقف موتورسیکلت‌ها
ایجاد نظم و انضباط شهری

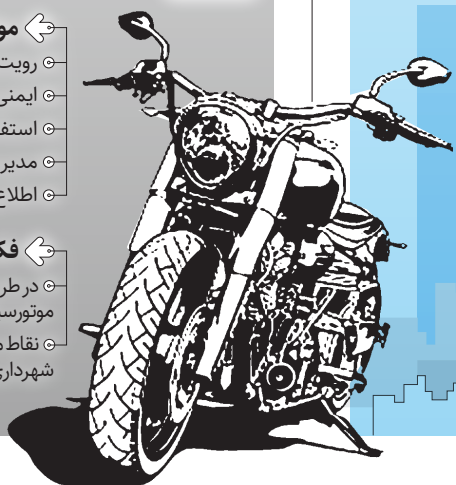
امکان مهمی که توقفگاه‌ها در آنجا ایجاد شد
بازار تهران، خیابان خیام، خیابان طالقانی، تقاطع خیابان مفتوح/ خیابان طالقانی، تقاطع خیابان برادران مظفر/ خیابان ولیعصر (عج)، نرسیده به میدان، بازار بزرگ کامپیوتر/ خیابان جمهوری، بل حافظ و...

اقدامات صورت گرفته در توقفگاه‌ها
حذف محل توقف خودروها
نصب تابلو و علائم ترافیکی
خط‌کشی
نرده‌گذاری برای جداسازی و قابلیت قفل و زنجیر کردن موتورسیکلت

محری طرح
پلیس راهور تهران بزرگ با همکاری شهرداری‌های مناطق ۲۲ گانه

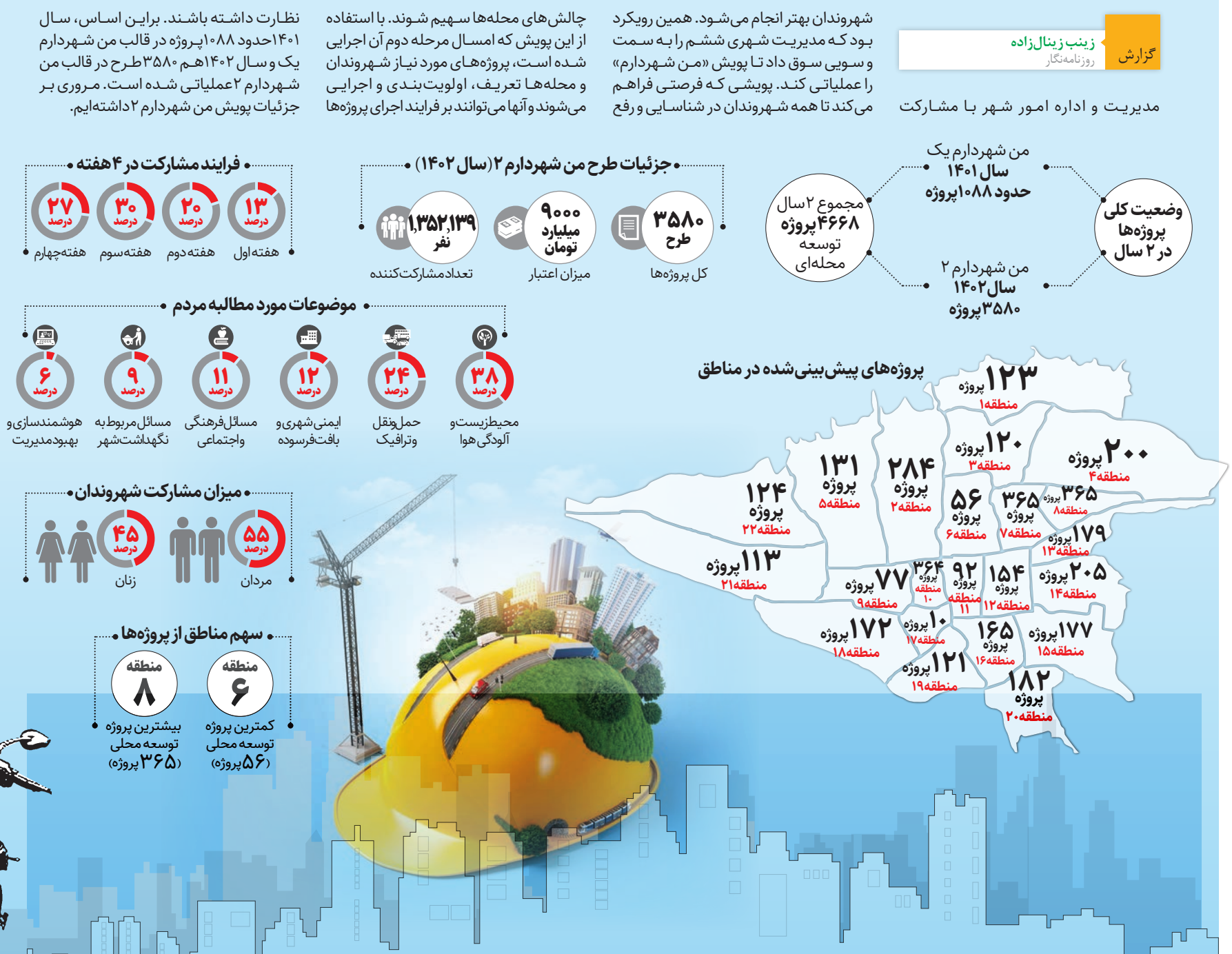
مولفه‌های مهم در طراحی پارکینگ
رویت‌پذیری و در دسترس بودن
ایمنی و امنیت
استفاده و ورود و خروج آسان
مدیریت و نگهداری
اطلاع‌رسانی

فکت
در طرح راه‌نمایی و اندنگی، محل پارک موتورسیکلت‌ها در خیابان‌ها مشخص شده است. نقاط مناسب ایجاد توقفگاه‌های بیشتر با کمک شهرداری‌های مناطق شناسایی و بررسی می‌شود.



اجرای ۳۵۸۰ پروژه با نظر مردم

پویش «من شهردارم» همه شهروندان را در رفع مشکلات محله‌ها سهیم کرد



خروج بزرگراه از بن بست

طرح توسعه بزرگراه یادگار امام پس از گذشت بیش از ۱۲ سال در حال تکمیل نهایی است

شورا افزایش ۵۰ درصدی کرایه تاکسی‌ها را نمی‌پذیرد
 علی اصغر قائمی، عضو کمیسیون حمل‌ونقل شورای شهر تهران: افزایش ۵۰ درصدی نرخ تاکسی‌های برقی (در مقایسه با نرخ کرایه تاکسی‌های بنزینی) در شورا هنوز مطرح نشده است و خبرها در این خصوص درست نیست، چراکه شهرداری لایحه‌ای به شورا نداده و اگر چنین لایحه‌ای ارائه شود بعید است شورا آن را قبول کند.

اجرایی شدن زودهنگام پروژه‌های توسعه محلی
 میثم مظفر، رئیس کمیته بودجه شورای شهر تهران: با تعامل بین شورا و شهرداری و معاونت هماهنگی امور مناطق با جهش خوبی در اجرای پروژه‌های توسعه محلی روبه‌رو هستیم. از این رو مناقصه پروژه‌های توسعه محلی امسال زودتر انجام شد و پیمانکاران عمده پروژه‌ها هم انتخاب شدند و شاهد اجرای زودهنگام پروژه‌ها هستیم.

۱. بخش‌هایی که برای تکمیل و توسعه بزرگراه یادگار امام (ره) اجرایی می‌شود
۲. احداث، تعریض و اصلاح هندسی ۲۰ کیلومتر معبر محدوده اجرا: خیابان‌های هرمزان، نیارکی، میدان چی میدان فتح، بزرگراه آیت‌الله سعیدی و بزرگراه فتح
۳. احداث ۲/۸ کیلومتر زیرگذر - سطح منفی یک - محدوده اجرایی: غرب میدان چی تا میدان فتح
۴. یک تونل ۳۵۰ متری (سطح منفی ۲) محدوده اجرایی: میدان چی
۵. احداث ۷ پل (۶ پل سقف زیرگذر و یک پل روگذر) محدوده اجرایی: حدفاصل شمال میدان چی تا میدان فتح
۶. اجرای ۵۵۵۸ متر مربع دیوارسازی و اجرای جوی و جدول به‌منظور جمع‌آوری و هدایت آب‌های سطحی در طول پروژه

از اوایل هفته جاری انتهای بزرگراه یادگار امام (ره) مسدود شد. طرح توسعه بزرگراه یادگار امام (ره) که در دوره قبلی مدیریت شهری رها شده بود، از تابستان سال ۱۴۰۱ در ششمین دوره از مدیریت شهری در دو بخش غربی و شرقی آغاز شد. تکمیل پروژه در بخش غربی جریان دارد و بخش شرقی نیز پس از رفع معارضان، از نیمه دوم سال اجرایی و عملیاتی خواهد شد.

مهدی اسماعیل پور
 روزنامه‌نگار

سال ۱۴۰۲:
 ■ رفع معارضان نهادهای مانند پادگان چی (وزارت دفاع)، پادگان چی (ارتش) و سوله‌های وزارت آموزش و پرورش
 ■ رفع معارضان ملکی در محدوده میدان فتح

شهریور ۱۴۰۱:
 ■ از سرگیری ساخت ادامه شاخه غربی بزرگراه یادگار امام (ره) در دوره ششم مدیریت شهری
 ■ آغاز توافقات با نهادهای و اشخاص

۱۳۹۵:
 ■ تکمیل رمپ و لوپ خیابان امام خمینی (ره)

خرداد ۱۴۰۳:
 ■ آغاز مسدودسازی انتهای یادگار امام (ره) برای اجرای عملیات شاخه غربی و محدوده میدان چی

۱۳۹۹:
 ■ تکمیل ادامه بلوار استاد معین، حدفاصل نوری نیارکی تا سی‌متری چی
 ■ توقف ادامه پروژه به دلیل عدم توافق با معارضان

۱۳۹۲:
 ■ تکمیل بخشی از بزرگراه یادگار امام (ره) حدفاصل خیابان آزادی تا سی‌متری چی



شمارش معکوس برای افتتاح پردیس مسافری

شمارش معکوس برای بهره‌برداری از فاز اول پروژه پایانه شرق جدید شروع شده است و به زودی با افتتاح این بخش پایانه‌های مسافری از پایانه قدیم به پایانه جدید منتقل می‌شوند. البته این همه کار نیست و مدیریت شهری بلافاصله عملیات عمرانی فازهای دوم و سوم را آغاز می‌کند. اجرای شدن توسعه شرقی خط ۲ مترو (ایستگاه فرهنگسرا تا پایان شرقی جدید) در اولویت قرار دارد و همزمان با قیچی شدن روبان فاز اول، عملیات این پروژه (توسعه شرقی خط ۲ مترو) شروع می‌شود.



۱۳۹۷: پروژه با بیش از ۵۰ درصد پیشرفت رها شد

۱۳۸۴: کلنگ پروژه پایانه شرق به زمین زده شد

۸: ماه پیش این پروژه به شرکت مترو واگذار شد

۹: شرکت مسافری اتوبوسی به پایانه شرق جدید منتقل می‌شوند

شناسنامه پایانه شرق جدید
 ساختمان اصلی: ۳ طبقه
 مساحت زیربنا: ۲۶ هزار مترمربع
 مساحت پارکینگ: ۱۸ هزار مترمربع
 مساحت محوطه بیرونی: ۷۲ هزار مترمربع

بهره‌برداری از پروژه در ۳ فاز

فاز اول: شامل سالن اصلی مسافری است که حدود ۲۵ هزار و ۵۰۰ مترمربع مساحت دارد. همچنین محوطه‌سازی و ایجاد جاده دسترسی به طول ۵۰۰ متر در عرصه ۱۲۰ هزار متری اجرایی می‌شود.

فاز دوم: طراحی و مهندسی این فاز از ابتدای مرداد امسال آغاز شد. در این عملیات اجرایی شروع می‌شود و تا پایان فروردین سال آینده (۱۴۰۴) به بهره‌برداری می‌رسد. در این بخش ایجاد ۱۷۵۰۰ مترمربع پارکینگ سواره، تاکسی و اتوبوس مهم‌ترین بخش خواهد بود.

فاز سوم: طراحی و مهندسی این فاز از مرداد امسال آغاز شد و تا پایان آذر ادامه خواهد داشت. عملیات اجرایی آن دی‌ماه امسال شروع می‌شود و پایان تابستان سال آینده (۱۴۰۴) بهره‌برداری می‌شود. احداث ساختمان‌های جانبی شامل آتش‌نشانی، اورژانس، نیروی انتظامی، نگهبانی، تعمیرگاه، نگهداری و کاروانسار در دستور کار قرار دارد.

مهم‌ترین بخش‌های هوشمند پایانه
 ■ سامانه اطلاع‌رسانی هوشمند پیش از سفر
 ■ سامانه اطلاع‌رسانی مانیتوری
 ■ سامانه هوشمند مدیریت سکوها
 ■ سامانه مدیریت بار
 ■ سامانه رزرو پارکینگ
 ■ سامانه اطلاع‌رسانی هوشمند داخل پایانه

۱۴۰۰: مترمربع اصلاح هندسی در ضلع شرقی و ضلع شمالی پروژه در حال انجام است
 ۲ میلیون مسافر سالانه از پایانه جدید شرق جایجا می‌شوند

۱۹: سال پروژه بلاتکلیف رها شده بود

۳۶۰۰: متر از حفاری و تونل‌سازی باقی مانده است

۳: شرکت مسافری مینی‌بوس به پایانه شرق جدید منتقل خواهند شد

۱۰: هزار دستفروش‌های مترو شناسایی شده‌اند. دستفروش‌های مترو شناسایی شده‌اند.

۲۳۰۰: واتنی غیرقانونی فعالیت می‌کنند.

۲۰: تا ۳۰ هزار غرفه ۳ در ۳ متر برای ساماندهی دستفروشان لازم است.

۱۴: بازار برای هدایت و ساماندهی دستفروشان در ۱۲ محور پرتراکم ایجاد شده است.

۱۱: هزار غرفه برای ۶ هزار دستفروش سال ۱۴۰۲ ساخته شد.

۹۰۰: واتنی باعث ثبت پیام‌های شکایت مردمی شده‌اند.

رسیدگی به وضعیت ون کافه‌ها
 از یک دهه گذشته ون کافه‌ها به‌عنوان بخشی از مشاغل سیار در خیابان‌های شهر خودنمایی می‌کنند، اما به دلیل نامشخص بودن شرایط کاری، نیازمند ساماندهی بودند تا از نظر قانونی مجاز به فعالیت باشند و همین موضوع باعث ورود شرکت ساماندهی صنایع و مشاغل به موضوع شد.



شرایط ون کافه‌ها در گذشته

- وضعیت فعلی (از اواخر پاییز ۱۴۰۲)**
- مراجعه متقاضیان به درگاه ملی مجوزها و ثبت درخواست برای دریافت مجوز
 - نظارت شرکت بر ظاهر و نظافت ون کافه‌ها
 - بهره‌مندی از همکاری سازمان‌های بهداشت، اصناف و اماکن برای رسیدگی به فعالیت آنها
 - مدیریت استقرار در محلهایی بدون ایجاد ترافیک
 - مدیریت آب، برق، فاضلاب و پسماند ون کافه‌ها

افزایش کیفیت بازارها
 سعید بیگی، مدیرعامل شرکت ساماندهی: بازارهای ثابت، محلی، هفتگی و... برای انتقال دستفروشان ساخته شده است و شهرداری به دنبال افزایش کیفیت بازارها و روزبازارهاست.

ار تقای کیفیت روزبازارها
 تجمع دستفروشان در معابر پررفت‌وآمد شهر در گذر زمان به یکی از معضلات پایتخت تبدیل شد و راهکار مدیریت شهری ششم در این زمینه راهاندازی بازارهای ثابت، محلی و هفتگی بوده است.

ساماندهی بازار پرنندگان
 بازارهای پرنندگان تغییرات متفاوتی از گذشته تاکنون داشته‌اند؛ اما در نهایت با اخذ تدابیری و ایجاد مرکزی در محدوده خلیج فارس مشکل رفع شد.
 ■ تعداد غرفه‌ها: ۱۰۰ غرفه
 ■ موقعیت: ضلع شمالی مرکز خرید و فروش پرنندگان زینتی خلیج فارس
 ■ مساحت: ۲۵۰۰ مترمربع
 ■ ویژگی: نداشتن آلودگی و مزاحمت‌های ناشی از نگهداری و فروش پرنندگان و مجهز به پارکینگ

فعالیت‌های اجرایی
سال ۱۴۰۱: اجرای فاز اول ساماندهی بازار جدید خلایزیر
مساحت: ۲۳ هزار مترمربع
تعداد غرفه: ۵۱۰ غرفه
هزینه ساماندهی: ۱۰ میلیارد تومان

سال ۱۴۰۲: پیگیری اجرای فاز دوم ساماندهی خلایزیر
مساحت زمین‌های آزادسازی شده: ۲۰ هکتار
تعداد غرفه‌های پیش‌بینی شده: ۱۰۰۰
فعالیت اجرایی: جمع‌آوری و تخریب ۲۰۰ واحد غیرمجاز تفکیک پسماند

همیشه‌ای فرازنگ‌شهر



نخستین موشک ایرانی را او ساخت

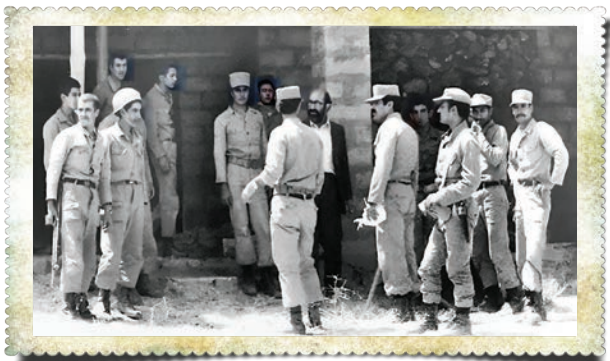
خرده‌روایت‌هایی از شهید مصطفی چمران که با مدرک دکتری دانشگاه برکلی کالیفرنیا، عمرش را صرف مبارزه و جهاد کرد



چمران شرف را بیمه کرد

امام خمینی (ره) بنیانگذار انقلاب: یک روز پس از شهادت مصطفی چمران، بنیانگذار انقلاب راهی حسینیه جماران شدند و صبح یکم تیرماه ۱۳۶۰ در غم از دست‌دادن چمران سخن گفتند: «چمران با عزت و عظمت و با تعهد به اسلام جان خودش را فدا کرد و در این دنیا شرف را بیمه کرد و در آن دنیا هم رحمت خدا را بیمه کرد؛ ما و شما هم خواهیم رفت، مثل چمران بمیرید، مثل این سربازهایی که در مرزها کشته می شوند بمیرید. این وصیتنامه‌هایی که این عزیزان می‌نویسند مطالعه کنید، پنجاه سال عبادت کردید و خدا قبول کند، یک روز هم یکی از این وصیتنامه‌ها را بگیرید و مطالعه کنید و تفکر کنید. این جوان‌های ما که علی‌شددن الان هم وقتی می‌آیند از من می‌خواهند که دعا کنم که اینها شهید بشوند؛ پایش را از دست داده، عصا زیر بغلش هست، لکن گریه می‌کند و می‌خواهد که دعا کنیم که شهید بشود. از اینجا یک قدری تعلم پیدا کنید.»

منبع: صحیفه نور



منم کچلم! لکنه من چمرانم؟

مریم کاظم‌زاده، نخستین عکاس زن روزنامه انقلاب اسلامی: اول تابستان ۸۵بود؛ قبل از ماجرای پاره. دکتر چمران به‌عنوان نماینده‌نخست‌وزیر به پادگان مروان آمده بود تا ماجرای کردستان را از نزدیک ببیند. صبح بود با دکتر چمران و سرگرد شیبانی فرمانده پایگاه مروان با جیب‌ز تشی رفتم تا گشتی در شهر بزیم. سرگرد شیبانی رانندگی می‌کرد و دکتر چمران با کت و شلوار کنارش نشسته بود. من هم عقب ماشین بودم. گشتی در شهر زدیم، بعضی مغازه‌ها باز و بسته بودند. روی‌روبه ژاندارمری جوانی توجه ما را جلب کرد. جوان ۱۷، ۱۶ ساله مسلحی بود. مرتب به دکتر چمران فحش می‌داد. دکتر نزدیک رفت و گفت: «چرا فحش می‌دهی؟» جوان مسلح با عصبانیت گفت: «چمران فالانژه». چمران پرسید: «فالانژ کیه؟». جوان گفت: «نمی‌دونم؛ قاتله». چمران گفت: «هی شناسیش؟». جوان گفت: «آره، کچله». دکتر گفت: «منم کچلم! لکنه من چمرانم؟». جوان گفت: «تو نیستی، اون از چشمش خون می‌چکه». خندیدم، دکتر چپ‌چپ نگاهم می‌کرد.

منبع: صفحه شخصی مریم کاظم‌زاده



وصیت می‌کنم به کسی که او را بیش از حد دوست می‌دارم

امام موسی صدر: شهید مصطفی چمران و امام‌موسی صدر تلاش‌های فراوانی را برای شکل‌گیری یک ارتش متحد در برابر صهیونیست‌ها انجام دادند و «جنبش‌امل» را پایه‌گذاری کردند. رفاقت شهید چمران و امام موسی صدر در لبنان زیانزد بود. زمانی که امام موسی‌صدر در سال ۷۸ میلادی به کشور لیبی رفت و بروده شد، شهید چمران با مشارکت گروه بزرگی از بیروت و جنوب لبنان تادمشق را برای آزادکردن امام موسی صدر به‌نشانه اعتراض پیاده‌طی کرد. در بخشی از وصیت شهید چمران خطاب به امام موسی صدر آمده است: «وصیت می‌کنم به کسی که او را بیش از حد دوست می‌دارم به امام موسی صدر! کسی که او را مظهر علی می‌نامم! او را وارث حسین می‌خوانم! کسی که رمز طایفه شیعه و افتخار آن و نماینده هزار و چهار پجسید صدساله در غم، حرمان، مبارزه، سرسختی، حقلطیبی و بالاخره شهادت است! آری به امام موسی وصیت می‌کنم... برای مرگ آماده‌شده‌ام و این امری است طبیعی که مدت‌هاست با آن آشنا شده‌ام.»

منبع: وصیت‌نامه شهید چمران



مصطفی نخستین موشک ایرانی را ساخت

مهدی چمران، برادر شهید چمران: رفتم پیش دکتر چمران و به ایشان گفتم که آمریکا حدود یک ساعت پیش اعلام کرده ما را تحریم شدید کرده است. دست‌هایشان را به حالت دعا کردن به سمت آسمان گرفتند و گفتند «الهی شکر!» گفتم چرا؟ گفت چون من مدام به دوستانم در صنایع دفاع می‌گویم خودتان بسازید، اینها می‌گویند حالا که هست و می‌آید و وجود دارد، چرا ما بسازیم؟ ولی حالا که نداریم و نمی‌گذارند بیاید، شروع به ساختن می‌کنند و ما می‌توانیم خودمان بسازیم و تولید کنیم. خود ایشان هم نخستین موشک ایرانی را ساختند که در سال ۵۹ در جبهه جنگ و در اهواز ساخته شد و مورد آزمایش هم قرار گرفت. نخستین پل چریکی را که خودرو می‌توانست از روی آن عبور کند، ایشان طراحی کردند و در جبهه‌ها ساختند. ابتکار جالبی که ایشان در ساخت آن پل به کار بستند برای همه تعجب‌برانگیز بود. حتی ایشان یک نفربر نظامی طراحی کردند و موشک زیرپایی و زیردریایی ساختند.

منبع: خبرگزاری ایرنا

مهمانی غدیر

شور نوجوانان برای جشن بزرگ

تا مهمانی بزرگ غدیر فقط ۷ روز مانده است؛ مهمانی‌ای که اغلب هیبتی‌ها و موکب‌داران از چند هفته پیش در حال آماده کردن خود برای آن هستند. اما در این میان نوجوانان ذوق و شوق بیشتری دارند. آنها که تجربه موکب‌داری درازبعین را از مسیر جشن غدیر می‌آموزند تا برای پسر همچون پدر خدمت‌کنند.



۲هزار نوجوان سال گذشته در موکب‌ها خدمت کردند که امسال می‌توانند برای شرکت در این پوش‌نبتام کنند. آنها هم در موکب‌ها و هم در نظم دهی خیابان و برنامه‌هایی که برای کودکان برگزار می‌شود می‌توانند در سامانه‌های مربوط به مهمانی غدیر ثبت‌نام کنند تا خادم‌افتخاری این مراسم بزرگ باشند.

۲هزار نوجوان سال گذشته در موکب‌ها خدمت کردند که امسال می‌توانند برای شرکت در این پوش‌نبتام کنند. آنها هم در موکب‌ها و هم در نظم دهی خیابان و برنامه‌هایی که برای کودکان برگزار می‌شود می‌توانند در سامانه‌های مربوط به مهمانی غدیر ثبت‌نام کنند تا خادم‌افتخاری این مراسم بزرگ باشند.



۲کیلومتر به طول مهمانی از سمت خیابان سیلان برای برپایی موکب‌های جدید اضافه شده است. این مراسم تا میدان آزادی ادامه خواهد داشت و شما از هر جای مسیر که بخواهید می‌توانید به این مهمانی تشریف‌بیاورید.



سال گذشته زنان تهرانی ۷۵۰ هزار لقمه برای توزیع در مراسم مهمانی به صورت خودجوش آماده کرده بودند که امسال نیز ستاد برگزاری جشن مهمانی از آن‌ها خواسته این حرکت خودجوش را تکرار کنند تا کام همه از این نذری دلی شیرین شود.



در مهمانی ۱۰ کیلوتری شهر در سال گذشته، نوزادان زیادی که از شیعیان مولا علی (ع) بودند حضور داشتند. که این مهمانان کوچک در این مراسم بزرگ شرکت کنند. برای همین برای آنها هدیه‌های کوچکی به رسم یادگار در نظر گرفته شده است.

معرفی کتاب

علی‌الله سلیمی

روزنامه‌نگار

تابستان بلند با کتاب

از قدیم تابستان و اوقات فراغت با چند تفریح‌گره خورده بود که مهم‌ترین آنها کتاب بود. داستان‌ها و رمان‌هایی که کمک می‌کردند تا ظه‌رهای کشتار و گرم تابستان، غروب و خنک شود. گرچه حالا موبایل و مشتقات تمام‌نشدنی‌اش در زندگی روزمره نوجوانان و جوانان نقش پررنگی دارد و سبک و سببای زندگی آنها را می‌سازد، اما کتاب هنوز هم پایگاه خوبی بین آنها دارد. تصمیم داریم هفته‌ای ۲ بار کتاب‌های مهم ایران و دنیا را در حوزه کودک و نوجوان معرفی کنیم که اگر خواستید کتاب بخريد دستتان پر باشد.

هفت‌خان رستم



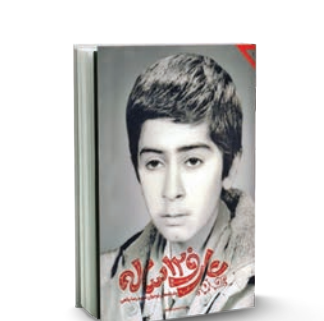
کتاب «هفت‌خان رستم» نوشته معصومه لشنی با تصویرگری هاجر سلیمی، از سری مجموعه کتاب‌های «چنین‌کنند حکایت» در انتشارات سوره مهر است که با بهره‌گیری از ظرفیت‌های ادبیات کهن، اثری بانثر و زبان ساده برای مخاطبان نوجوان امروزی تهیه شده است. فرم‌ساختاری این کتاب به گونه‌ای است که با استفاده از داستان‌های شاهنامه فردوسی، هنر نقالی را هم به خوانندگان نوجوان معرفی می‌کند. نقل اول این کتاب درباره کیکاووس، شاه ایران در آغاز پادشاهی اوست که آواز سسرزمینی به نام مازندران به گوشش می‌رسد؛ زال و بزرگان کشور هر کاری کردند که او را منصرف کنند، نشد و داستان‌های بعدی که خودتان باید بخوانید پیش آمد. کاربردهای کتاب حاضر بیشتر در جهت آشنایی با مفهوم ظلم‌ستیزی، آشنایی با داستان‌های کهن، پرورش و تقویت مهارت بازیگری و کارگردانی و آشنایی با داستان‌های اسطوره‌ای و نمادین است.

چتر تابستان



کتاب «چتر تابستان» نوشته لیسازگف با ترجمه نیلوفر نیکزاد، از سوی نشر پیدایش منتشر شده و ماجراهای آن درباره یک شخصیت داستانی نوجوان است که برای گذران تابستان طولانی خود برنامه‌های منظم و در عین حال سرگرم‌کننده دارد. قهرمان داستان «آنی ریچاردز» است که می‌داند هزاران چیز وجود دارد که باید مراقب‌شان باشد؛ تصادف با دو چرخه، آبله مرغون، حیواناتی که در باغ وحش از قفس‌های شان فرار می‌کنند. اگر دوست دارید از بقیه ماجراهای کتاب هم سردر بیاورید، توصیه می‌کنیم این کتاب را در برنامه مطالعه خود در تابستان قرار دهید و از خواندن ماجراهای سرگرم‌کننده آن لذت‌برید.

عارف ۱۲ساله



این کتاب، خاطراتی از زبان مادر شهید نوجوان رضا پناهی از رزمندگان دوران دفاع‌مقدس است که از سوی انتشارات شهیدکاظمی منتشر شده است. شهید رضا پناهی سنال ۱۳۲۸ در شهرستان کرج متولد شد. در ۱۲سالگی خانواده را راضی کرد تا به جبهه برود. پس از جلب رضایت پدر و مادرش فرم تقاضای اعزام به جبهه را پر کرد، ولی به‌خاطر سن کم از رفتن او ممانعت‌شد. شناسنامه‌اش را دستکاری کرد تا توانست وارد جبهه شود. شهید پناهی ۲۷همن سال ۱۳۶۱ در جبهه‌قصرشیرین به شهادت رسید. مادر او روزی به حرم امام‌عز(ع) رفت و از او فرزندنی خواست تا در راه حق شهیدش کمی بعد متوجه‌شود پارادار است. مادر رضا در این کتاب از خیلی چیزها گفته است؛ از تولد پسرش و حال و هوای او در دوران کودکی، اخلاقیاتش و علاقتش و... خواندن کتاب عارف ۱۲ساله به مخاطبان نوجوان کمک می‌کند تا روحیات نوجوانان ایرانی را در دوران دفاع‌مقدس بهتر بشناسند.

عدد خیر

استارلینک با موشک فالکون ۹ به مدار زمین رفتند و به شبکه ماهواره‌ای شرکت «اسپیس‌ایکس» پیوستند. این شرکت با این پرتاب به تعویق ۱۰ روزه پروازهای فضایی خود پایان داد. ماهواره‌های جدید به بیش از ۶ هزار ماهواره عملیاتی در شبکه استارلینک خواهند پیوست.

۲۶۰ میلیون دلار

صرفه‌جویی ارزی در دولت سیزدهم شده است. محسن مظلوم فارسی‌یاف، مدیر پژوهش و فناوری شرکت ملی گاز ایران ضمن اعلام این مطلب به امضای قرارداد با بیش از ۲۰۰ مجموعه دانش‌بنیان کشور و ۶ هزار میلیارد تومان قرارداد و مجوز اخذ شده به‌منظور امضای قرارداد همکاری با زیست‌بوم نوآوری کشور، تنها در دوره ۳ ساله دولت سیزدهم اشاره کرد.

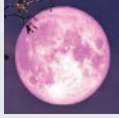
هوش مصنوعی

تشخیص زود هنگام پارکینسون با AI

آزمایش خون مبتنی بر هوش مصنوعی می‌تواند پیش‌بینی کند که چه کسی تا ۷ سال قبل از بروز علائم به بیماری پارکینسون مبتلا می‌شود. به گزارش گاردین، این آزمایش می‌تواند طرف‌آساز در اختیار خدمات بهداشتی قرار گیرد. در حال حاضر هیچ دارویی برای محافظت از مغز در برابر پارکینسون وجود ندارد. اما یک آزمایش پیش‌بینی دقیق به کلینیک‌ها این امکان را می‌دهد تا افرادی را شناسایی کنند که بیشترین سود را از این دست آزمایش‌ها می‌برند. پروفسور کوین میلز، نویسنده ارشد این مطالعه می‌گوید: «ما باید قبل از بروز علائم به افراد آگاهی بدهیم. همیشه بهتر است به جای درمان، پیشگیری انجام دهیم.» بیماری پارکینسون سریع‌ترین بیماری تخریب‌کننده عصبی در جهان است. این اختلال بیش از ۱۰ میلیون نفر را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد. این بیماری در اثر تجمع پروتئینی بنام آلفاسینوکلین ایجاد می‌شود که به سلول‌های عصبی که ماده مهمی بنام دوپامین در بخشی از مغز به نام ماده سیاه تولید می‌کنند، آسیب می‌زند یا آنها را بین می‌برد.

توت فرنگی در آسمان

ماه کامل زوئن که ماه توت فرنگی نیز نامیده می‌شود، در روز ۲۱ ژوئن (۳۱ خرداد) رخ می‌دهد. این ماه کامل یک روز بعد از انقلاب تابستانی که طولانی‌ترین روز سال است، اتفاق می‌افتد. ماه کامل هر ۲۹ تا ۳۰ سال یک بار پس از انقلاب تابستانی رخ می‌دهد.



رادیولوژی با موبایل

یک تراشه جدید می‌تواند تصویربرداری پرتو ایکس را به گوشی‌های هوشمند بیاورد. این تراشه برای شناسایی اشیای پشت دیوار یا درون بسته‌بندی‌ها استفاده می‌شود. این فناوری باعث می‌شود موبایل‌ها لوله‌کشی و سیم‌کشی پشت دیوارها، ترک‌های موجود روی لوله‌ها یا آنچه را در یک بسته وجود دارد، تشخیص دهند.



رولزرویس روسی پوتین در پیونگ یانگ

رئیس جمهوری روسیه در سفر به کره شمالی یک دستگاه آئوروس سنات را به کیم جونگ اون اهدا کرد

گزارش **سازمان منفرد** روزنامه‌نگار

۲ سال پیش بود که ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهوری روسیه برای یک دیدار رسمی وارد تهران شد. از اهمیت سیاسی، اقتصادی و... این سفر که بگذرد، خود رویی که برای جابه‌جایی او مورد استفاده قرار گرفت، توجه بسیاری را به خود جلب کرد. پوتین اما، در دیدار چهارشنبه خود از کره شمالی نیز از این خودرویی که خودروهایی مانند «کیم جونگ اون»

آئوروس سنات

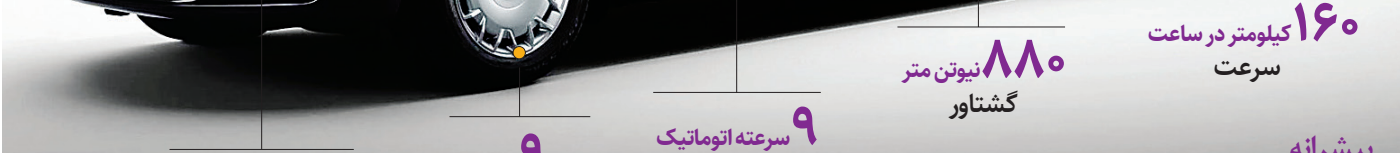
از این خودروی خاص و لوکس با عنوان رولزرویس روسی هم یاد می‌کنند. این خودرو که ساخت کارخانه آئوروس روسیه است، جایگزین مرسدس بنز اس ۶۰۰ گارد پوئلان شده و رئیس‌جمهوری روسیه از آن برای جابه‌جایی استفاده می‌کند. در دوران شوروی سابق، دبیرکل‌های حزب کمونیست از خودرویی به نام زیل استفاده می‌کردند که خودروی تشریفاتی اتحاد جماهیر شوروی بود.

فروش

- عرض: ۲۰۲۰ میلی‌متر
- ارتفاع: ۱۶۹۵ میلی‌متر
- طول: ۶۶۲۰ میلی‌متر
- وزن: ۶۲۰۰ کیلوگرم

۱۶۰ کیلومتر در ساعت سرعت

پیشروانه یک موتور بنزینی ۸ سیلندر توبین توربو + یک موتور برقی



طراح شرکت گروپو برتونه (ایتالیا)

۹ سرعت انوماتیک دنده

۹ شتاب صفر تا ۱۰۰ کیلومتر ثانیه

۵۹۰ اسب بخار مجموع قدرت موتور

ویدئوی مربوط به این گزارش را با اسکن این کیوآر کد ببینید.

تجدید مناقصه عمومی یک مرحله‌ای خرید نایلکس مصرفی شعب فروشگاه‌های شرکت شهروند

شهرود

این آگهی حداکثر تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶:۴۵) روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۰ به استثنای پنج‌شنبه و ایام تعطیل، مطابق برگ شرایط مناقصه می‌باشد. (پیشنهاد قیمت باید از حیث مبلغ، مشخص و معین باشد). جلسه بازگشایی پاکات در تاریخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۱ روز دوشنبه، ساعت ۱۰ صبح در محل دفتر مرکزی شهروند واقع در خیابان نلسون ماندلا (آفریقا)، بعد از چهارراه اسفندیار، کوچه شهید سعیدی، پلاک ۴، سالن کنفرانس برگزار خواهد شد.

۶- حضور مناقصه‌گران یا نمایندگان آنها در جلسه کمیسیون با هماهنگی قبلی بلامانع می‌باشد.

۷- هزینه آگهی‌ها به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

۸- شرکت شهروند در رد یا قبول هر یک یا تمام پیشنهادات، مختار است.

۹- مناقصه گران مکلفند اسناد مناقصه و شرایط قرارداد محتوای پاکت را به دقت مطالعه و با ذکر عبارت ((قبول دارم)) مهر و امضاء نموده و داخل پاکت در بسته لاک و مهر شده تحویل دبیرخانه شرکت شهروند نمایند.

۱۰- بدیهی است در خصوص پاکتی که فاقد شرایط لازم در بسته‌بندی باشد، ترتیب اثر داده نخواهد شد. مناقصه‌گران مکلف به رعایت تمامی نکات مندرج در شرایط شرکت در مناقصه می‌باشند. به پیشنهاداتی که فاقد درج مشخصات دقیق منطبق با اسناد باشند، ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۱۱- تمامی متقاضیان شرکت در مناقصه موظفند در هنگام تحویل پاکت برای اشخاص حقوقی و تصویر کارت ملی (اشخاص حقوقی)، اقدام نمایند.

۱۱- سایر اطلاعات، جزئیات مربوطه، مدارک و مجوزهای مورد نیاز از مراجع ذیصلاح در اسناد مناقصه قید گردیده است.

شرکت خدماتی کلای شهروند (سهامی خاص) در نظر دارد خرید سبید تن نایلکس مصرفی فروشگاه‌های خود را با شرایط ذیل از طریق shahrvand.ir مناقصه عمومی یک مرحله‌ای به اشخاص حقوقی و حقیقی صاحب صلاحیت و واجد شرایط واگذار نماید.

۱- موضوع مناقصه: خرید، پارگیری، حمل، تخلیه و تحویل ۳۰۰ (سیصد) تن نایلکس مصرفی فروشگاه‌های شهروند (مطابق شرایط مندرج در اسناد مناقصه)

۲- مدت و محل تحویل موضوع مناقصه: چهار ماه از تاریخ ابلاغ قرارداد - محل تحویل: انبار اداره خرید و فروش اقلام عمده شرکت شهروند به نشانی: تهران، چهار راه یافت آباد، میدان بهارن، فروشگاه شهروند بهارن

۳- تضمین شرکت در مناقصه: مبلغ ۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال (معادل هشتصد و نود میلیون تومان) به صورت سپرده نقدی به شماره حساب مندرج در بند ۴ واریز و یا ضمانت‌نامه بانکی معتبر مطابق مفاد برگ شرایط مناقصه

۴- هزینه خرید و محل دریافت اسناد (یا ارائه معرفی‌نامه کتبی): متقاضیان می‌توانند پس از واریز هزینه خرید اسناد به مبلغ ۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال به حساب شماره ۷۰۰۲۵۹۵۰۲۶ همراه با اصل فیش واریزی و معرفی‌نامه کتبی نزد بانک شهر، کد ۲۲۸ همراه با اصل فیش واریزی و معرفی‌نامه کتبی در مهلت مقرر در بند ۵ این آگهی به آدرس: خیابان نلسون ماندلا (بلوار آفریقا) بعد از چهارراه اسفندیار، کوچه شهید سعیدی، پلاک ۴، اداره حقوقی شرکت شهروند مراجعه نمایند. شماره تماس: ۲۳۶۲۱۲۵۸ و واحد تخصصی ۶۶۲۹۲۲۹۰

۵- مهلت دریافت اسناد مناقصه و ارائه پیشنهاد قیمت: از تاریخ انتشار

آگهی مزایده حراج حضوری ردیف آگهی ۸-۱۴۰۳

شهرداری منطقه دو تهران در نظر دارد بهره برداری موضوع‌های ذیل را از طریق برگزاری مزایده حراج حضوری به اشخاص حقیقی و حقوقی به مدت یکسال واگذار نماید. بدینوسیله از کلیه اشخاص حقیقی و یا حقوقی واجد شرایط مندرج در اسناد جهت شرکت در مزایده دعوت به عمل می‌آید.

ردیف	موضوع فراخوان / مزایده	آدرس	مبلغ پایه اجاره بها، ماهیانه (ریال)	مبلغ سپرده شرکت در مزایده (ریال)	حدود مترتاژ	نوبت مزایده	مدت قرارداد
۱	بوفه سرویس چهارراه قیصر امین پور	سعادت آباد خیابان سرو غربی تقاطع قیصر امین پور	۲۱۸,۰۰۰,۰۰۰	۷۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۸ مترمربع	اول	۱۲ ماه

الف) محل در یافت اسناد و قبول پیشنهادات: سعادت آباد، خیابان سرو غربی، بلوار قیصر امین پور، نیش خیابان سیزدهم، شهرداری منطقه ۲، اداره قراردادها.

ب) سپرده شرکت در مزایده : واریز مبلغ سپرده شرکت در مزایده به شماره حساب ۱۰۰۴۵۹۵۴۳۸۰۰۰۰ بانک شهر شعبه سعادت آباد کد ۲۳۴ به نام شهرداری منطقه ۲ و یا ارائه ضمانت‌نامه بانکی معتبر و ارائه نسخه صاحب حساب فیش (نقدی) پرداختی به نام شرکت کننده در پاکت الف.

پ) شرایط متقاضیان:

- شرح شرایط شرکت کنندگان در مزایده طبق شرایط مندرج در اسناد می‌باشد.
- برنده مزایده می‌بایست چک صیادی شهر تهران بابت اجاره بها ماهیانه، چک تضمین بابت تخلیه و تجهیزات را به کارفرما تسلیم نماید.
- ت) مزایده به صورت حراج حضوری بوده و حضور شرکت کنندگان در روز برگزاری جلسه الزامی می‌باشد.
- ث) **مهلت ارائه اسناد :** ۱۰ روز از تاریخ انتشار آگهی می‌باشد.
- ج) تاریخ تحویل پاکت یا احتساب روز چاب آگهی مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۰۹ می‌باشد.
- ح) تاریخ بازگشایی پاکت حراج حضوری در مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۶ می‌باشد.
- چ) کلیه اسناد به صورت فایل PDF می‌باشد، جهت تحویل اسناد همراه داشتن

آگهی مناقصه شماره ۴۰۳/۲/۱۶

شرکت تولید تجهیزات سنگین ایمن رسا (متعلق به هیگو) در نظر دارد فرآیند خرید حدود ۱۳۰/۳۴۶ کیلوگرم مواد خام مورد نیاز محصولات روتین خود شامل انواع ورق‌های فولادی و انواع مقاطع را از طریق مناقصه انجام نماید.

اجناس بایستی حداکثر طرف مدت ۷ روز در محل شرکت خریدار واقع در اراک توسط فروشنده تحویل خریدار گردد و کلیه هزینه‌ها (شامل حمل، بارگیری، انبارداری و...) بر عهده فروشنده می‌باشد.

اشخاص حقیقی و حقوقی می‌توانند از تاریخ درج آگهی (۱۴۰۳/۰۲/۳۱) لغایت ۱۴۰۳/۰۴/۰۹ جهت اخذ اسناد مناقصه و ارائه پاکت پیشنهاد قیمت به آدرس: اراک، میدان صنعت، بلوار شهید بختیاری، بعد از پل، شرکت تولید تجهیزات سنگین ایمن رسا (متعلق به هیگو)، امور حقوقی و قراردادها مراجعه فرمایند. ضمانت جهت کسب اطلاعات بیشتر می‌تواند تقاضای کتبی خود را به درون‌کار ۲۳۶۹۰۹۲۵-۰۸۶ ارسال نموده یا با شماره همراه ۹۱۹۷۶۲۶۳۱۸ تماس حاصل فرمایند.

سپرده شرکت در مناقصه مبلغ ۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال می‌باشد و بایستی به شماره حساب ۱۳۰۳۴۶۹۰۹۲۵ نزد بانک صادرات شعبه قدس به نام شرکت تولید تجهیزات سنگین ایمن رسا واریز گردد.

ضمنا ارائه ضمانت‌نامه بانکی و یا سفته بلامانع می‌باشد

شرکت در رد یا قبول هر یک یا کلیه پیشنهادات مختار است

پیشنهاد قیمت باید برای تک تک اقلام ارائه گردد و پیشنهاد قیمت کلی قابل قبول نمی‌باشد و بنابر صلاحیت شرکت مبنی بر خرید به صورت کلی یا تک به تک یک یا چند شرکت برنده مناقصه خواهند بود.

پیشنهادات مختوش، مبهم و مغایر با شرایط واصله پس از تاریخ مذکور فاقد اعتبار می‌باشند.

زمان گشایش پاکت حداکثر طرف سه روز و به صورت غیر حضوری می‌باشد.

ضمنا هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه خواهد بود

آگهی تجدید مناقصه عمومی شماره ۱-۵-۴۰۳

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران در نظر دارد «احداث بوستان بانوان سرخه حصار واقع در محدوده منطقه ۱۳ شهرداری تهران» را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در تجدید مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

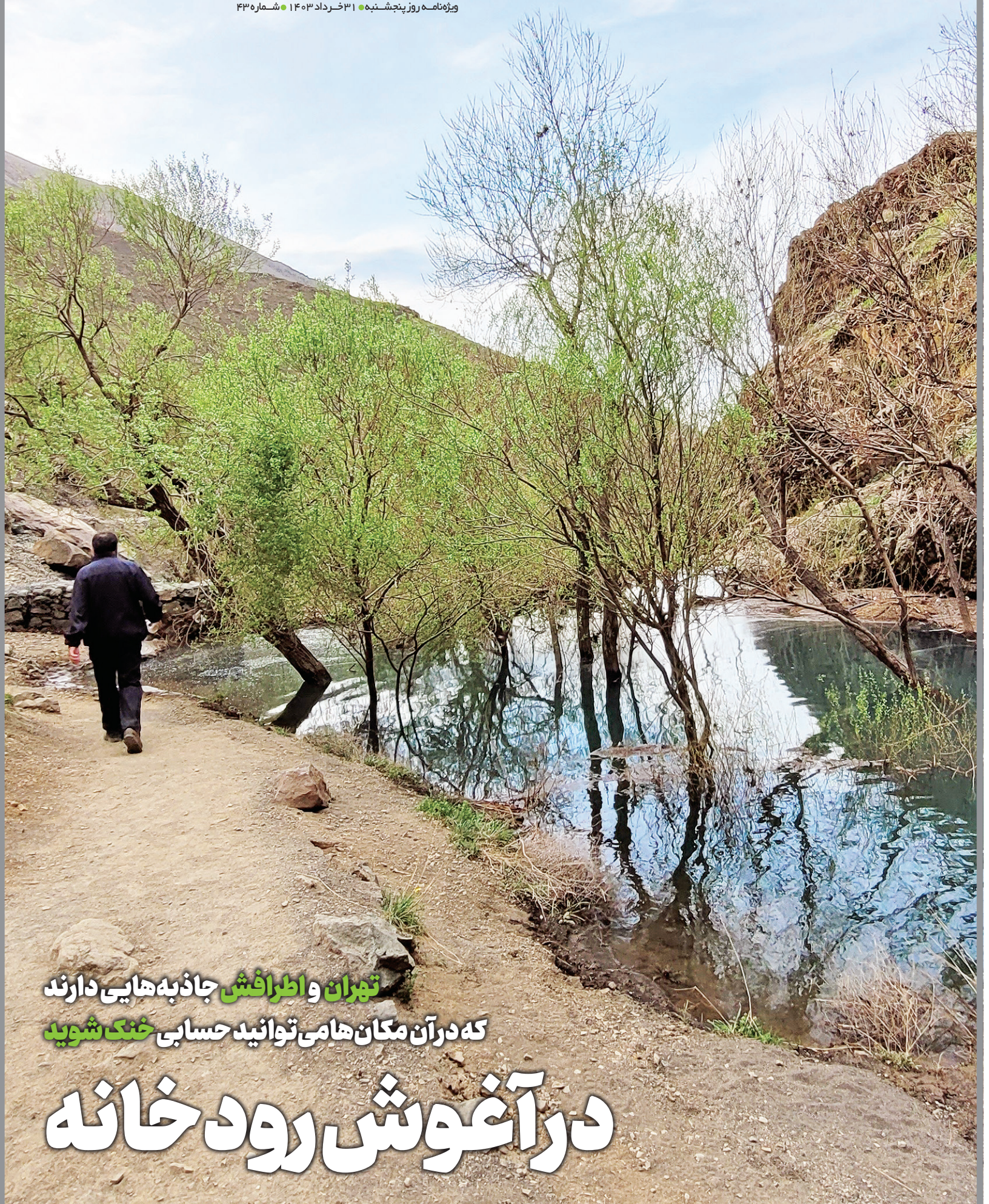
- محل اجرای پروژه :** محدوده منطقه ۱۳ شهرداری تهران
- مدت اجرای کار:** ۱۲ ماه
- مبلغ برآورد اولیه پروژه بر اساس فهارس بهاء سال ۱۴۰۳ و بدون احتساب مالیات بر ارزش افزوده:** سیصد و سی و یک میلیارد و سیصد و نود و پنج میلیون و هشتصد و پنجاه و شش هزار و سیصد و یازده (۳۳۱/۳۹۵/۸۵۶/۳۱۱) ریال که بصورت نقد و غیر نقد می‌باشد.
- شرایط متقاضی :** دارا بودن حداقل رتبه ۵ ابنیه از سازمان برنامه و بودجه کشور، سابقه کار مشابه، انجام مراحل ثبت شرکت متقاضی در سامانه تأمین کنندگان و ارائه دهنندگان خدمات موجود در پرتال شهرداری تهران به‌مراه اخذ تاییدیه آن از سازمان مربوطه و گواهی‌نامه صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی الزامی می‌باشد.
- محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات :** متقاضیان می‌بایست جهت دریافت و تکمیل اسناد تجدید مناقصه به سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) با شماره فراخوان ۲۰۰۳۱۰۳۷۷۸۰۰۲۲ به نشانی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
- متقاضیان پس از مطالعه و آگاهی کامل از شرایط تجدید مناقصه، نسبت به تکمیل و مهر و امضاء اسناد و فرم‌های درخواستی و پیشنهاد قیمت برابر

سازمان بوستانها و فضای سبز شهر تهران <http://parks.tehran.ir>

روز هفتم

همشهری

ویژه نامه روز پنجشنبه | ۳۱ خرداد ۱۴۰۳ | شماره ۴۳



تهران و اطرافش جاذبه‌هایی دارند
که در آن مکان‌هایی می‌توانید حسابی خنک شوید

در آغوش رودخانه

بیشترین تعداد رودخانه‌های پایتخت در مرزهای شمالی قرار دارند

همسایه با رودهای روان



رودخانه شکرآب

چطور برویم: بزرگراه شهید بابایی را تا ابتدای جاده لشکرک ادامه دهید و از آنجا به سمت روستای آهار بروید.

رودخانه شکر آب در واقع شاخه‌ای از آبشار شکر آب است که در روستای آهار جریان دارد.

معرفی

موقعیت	شمال تهران
طول رودخانه	۱۵ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	امامزادگان شکرآب، سیدطاهرو سیدزاهد، قلعه دختر

موقعیت	شمال تهران
طول رودخانه	۱۵ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	امامزادگان شکرآب، سیدطاهرو سیدزاهد، قلعه دختر

زیر درختان گیلان

رودخانه آهار در همه فصول پر آب است اما در بهار و تابستان با ذوب شدن برف‌ها حجم آب آن چند برابر می‌شود. اگر گشت و گذار و پیک‌نیک کنار این رودخانه را انتخاب کنید، می‌توانید از تماشای باغ‌های گیلان و آلبالو لذت ببرید. اگر هم با گیاهان دارویی آشنایی داشته باشید، می‌توانید مقدار زیادی آویشن، گل گاوزبان و ریواس بچینید. لذت آب‌تنی در رودخانه در روزهای گرم تابستان بی‌نظیر است، اما احتیاط کنید که صخره‌ها و سنگ‌ها لیز هستند.

بر لب رود نشین

«بنشین بر لب جوی و گذر عمر ببین...»
حتما بارها این مصرع از غزلیات حافظ را شنیده‌اید ولی ما این بار می‌گوییم «بنشین بر لب رود و گذر عمر ببین» چرا؟
خب برای گردش و تفریح و لذت بردن از زیبایی‌های طبیعت، آن هم حالا که تابستان با آفتاب تند و تیزش از راه رسیده، چه جایی بهتر از لب رودخانه؟ چه راهی شرق پایتخت شوید و سرخه حصار، حبله رود و جاجرود را انتخاب کنید و چه سمت غرب تهران بروید و کنار رودخانه‌های پونک یا هزاربند بساط گردش بپهن کنید، یک طبیعت‌گردی دلچسب در انتظارتان است. شاید هم دلتان بخواهد در شمال تهران، پای رودهای دارآباد یا گلپدره به صدای گوش‌نواز جریان آب گوش کنید. احتمالا گمان دارید که در جنوب پایتخت خبری از رودخانه و آب جاری نیست، اما سخت در اشتباهید، یک‌بار که کنار قمرود بنشینید و ماهیگیران را تماشا کنید نظراتان عوض می‌شود. اگر می‌خواهید درباره این جاذبه‌های خنک بیشتر بدانید، صفحات پیش رورا ورق بزنید.

رودخانه درکه



رود درکه از پر آب‌ترین رودهای توچال است. این رود از ارتفاعات شاه‌نشین سرچشمه می‌گیرد و بعد از عبور از دره گورا و اوین در که به سمت جنگل کارا سرریز می‌شود.

معرفی

موقعیت	شمال تهران
طول رودخانه	۱۵ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	امامزاده سیدمحمدوالی (ع)، آبشار بندعبده‌الله و آبشار کارا

چطور برویم: برای رفتن به درکه می‌توانید وارد بزرگراه چمران شوید و در انتهای آن، مسیر خیابان اوین را انتخاب کنید.

هوای خنک نزدیک پایتخت

خیلی‌ها برای تعطیلات آخر هفته مسافت‌هایی طولانی رانندگی می‌کنند تا خود را به یکی از شهرهای شمالی برسانند، اما رودخانه در که در شمالی‌ترین نقطه پایتخت گزینه مناسبی برای گردشگرانی است که دنبال گردش در طبیعت با هوای خنک هستند. برای رفتن به در که حتما نیاز به خودروی شخصی نیست و می‌توانید با وسیله نقلیه عمومی هم خودتان را به این منطقه خوش آب‌وهوا برسانید. آب‌وهوای در که به دلیل رودخانه پرآبی که از میان آن می‌گذرد، همیشه خنک است. برای رفتن کنار رودخانه در که بهتر است کفش مناسب پیاده‌روی به پا کنید؛ چراکه مسیر کنار رودخانه پر از فراز و نشیب و راه طولانی است؛ مثلا برای رسیدن به پلنگ چال باید ۶ کیلومتر پیاده‌روی کنید.

رودخانه دارآباد

رودخانه دارآباد در واقع یک رود دره است. وجود آن باعث سرسبزی منطقه شمال تهران شده و بسیاری از مردم برای تفریح آخر هفته راهی آنجا می‌شوند.

معرفی

موقعیت	شمال شرقی تهران، نزدیک محله شمیران
طول رودخانه	۱۵ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	موزه دارآباد، هیومن پارک



چطور برویم: از بزرگراه امام‌علی (ع)، وارد بزرگراه ارتش شده و با طی کردن خیابان پورابتهاج به دارآباد بروید.

جایی دنج برای خوشگذرانی

رودخانه دارآباد از کوه توچال سرچشمه می‌گیرد و در واقع در دره‌ای به همین نام قرار دارد. فراوانی آب آن باعث سرسبزی و آبادانی مناطق اطرافش شده و محدوده دارآباد را به یک مکان گردشگری تبدیل کرده است. برای رفتن به رودخانه دارآباد دو مسیر وجود دارد. کوهنوردان حرفه‌ای معمولا راه میان‌دره را انتخاب می‌کنند که پرپیچ و خم است اما مسیر دیگر بیشتر باب‌طبع خانواده‌هاست؛ راهی هموار که از دره «زردبند» شروع می‌شود و به چشمه‌ای پرآب می‌رسد. اطراف رودخانه رستوران و بوفه‌های زیادی ساخته شده است.

رودخانه ولنجک

رود دره ولنجک نزدیک ترین رود به مرکز پایتخت است و مهم‌ترین ویژگی آن، دسترسی آسان به این منطقه گردشگری است.

معرفی

موقعیت	شمال تهران، شهرستان شمیرانات
طول رودخانه	۴۷۰۰ متر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	مجموعه ورزشی تفریحی توچال، بام‌تهران



چطور برویم: از خیابان مقدس اردبیلی یا بزرگراه چمران به طرف ولنجک بروید. از ورودی تله‌کابین توچال که در انتهای خیابان ولنجک قرار دارد، به این رود دره می‌رسید.

کوهنوردی کنار رود

رودخانه ولنجک در فاصله چند قدمی یکی از مسیرهای کوهنوردی است. مسیر آن برای پیاده‌روی مناسب‌سازی شده و همین ویژگی تمایل گردشگران برای رفتن به آنجا را بیشتر می‌کند. وجود صخره‌های بلند و پرتگاه‌ها، زیبایی آن را دوچندان کرده است. با قدم گذاشتن در مسیر کوهستانی انبوهی از درختان سرسبز نمایان می‌شود. اگر قصد اتراق کنار رودخانه را دارید بهتر است برای سفر به آنجا تجهیزات کامل همراه داشته باشید. امکانات رفاهی مثل بوفه و سرویس بهداشتی، در ابتدای مسیری که به رود دره می‌رسد وجود دارد.

رودخانه امامزاده داوود

این رودخانه از آبشار امامزاده داوود (ع) سرچشمه می‌گیرد و جزو رودخانه‌های فصلی است که با شروع فصل بارندگی لبریز از آب می‌شود.

معرفی

موقعیت	۲۲ کیلومتری شمال غربی تهران
طول رودخانه	۳۳ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	بقعه امامزاده داوود (ع)، آبشار تالون



چطور برویم: وارد بزرگراه شهید آبناسان شوید و به سمت شهران بروید. بعد از گذر از فلکه اول و دوم شهران در مسیر روستای سولقان پیش بروید.

همسایه با امامزاده

رودخانه امامزاده داوود در ورودی روستای کن قرار دارد. از آنجا که این رودخانه در قلب کوهستان البرز است راه‌های رسیدن به آن می‌تواند مسیر مناسبی برای کوهنوردی باشد. اطراف رودخانه فضاهای مناسبی برای استراحت و پیک‌نیک وجود دارد. علاقه‌مندان به طبیعت‌گردی هم اگر قصد گشت و گذار کنار رودخانه را دارند با داشتن یک جفت کفش مخصوص پیاده‌روی می‌توانند سختی راه را به جان خریده و از آبشارهای تالون، رندان و سنگان هم دیدن کنند.

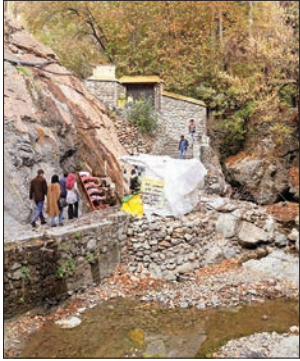


موقعیت: در که

طول مسیر دره یک‌ونیم کیلومتر و مسیر آن بسیار هموار است. به همین دلیل گزینه خوبی برای گردش با خانواده و حتی کودکان خردسال است. در این دره یک رودخانه فصلی جریان دارد و راه‌پیمایی آن حدود یک ساعت زمان می‌برد. جهت این دره شمالی - جنوبی و شیب آن به سمت غرب روستای در که است. این دره از سمت شمال به کوه چین کلاغ و دو کمرون و از ضلع جنوب به منطقه مسکونی فرحزاد و زندان اوین منتهی می‌شود. رود دره معدن از ۲ دره موازی و هم‌ارتفاع با یکدیگر تشکیل شده و پال میان این دو دره به قدری کوتاه است که یک دره به‌نظر می‌رسند.

رود دره معدن

رودخانه دربند



معرفی رودخانه دربند در منطقه‌ای کوهستانی با درختانی سر به فلک کشیده و چشم‌اندازی روبایی قرار گرفته است.

موقعیت	شمال تهران، خیابان دربند
طول رودخانه	۴۷۰۰ متر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	موزه سعدآباد و امامزاده صالح (ع)

چطور برویم: برای رفتن به دربند باید ابتدا به میدان تجریش و سپس به میدان سربند بروید.

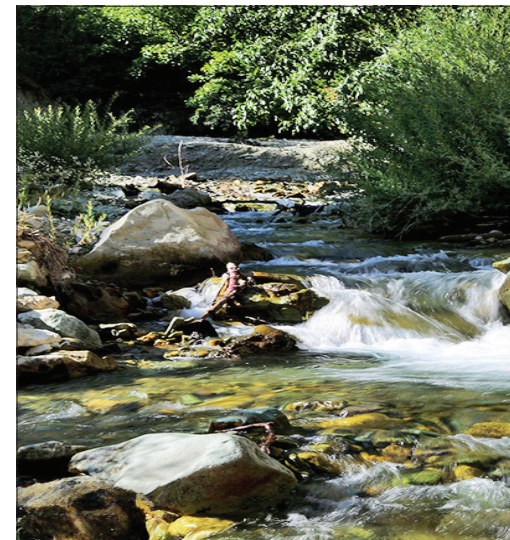
قدم زدن در مسیر سنگفرش

نزدیک بودن رودخانه دربند به فضای شهری این امکان را فراهم کرده تا علاقه‌مندان به طبیعت گردی، یک گزینه در دسترس برای گذراندن اوقات فراغت خود در کنار رودخانه داشته باشند. در مسیر رودخانه دربند سفره‌خانه‌های سنتی متعددی دیده می‌شود که اگر قصد پیک‌نیک رفتن ندارید، می‌توانید در این رستوران‌ها از لذت غذا خوردن و نوشیدن چای کنار رودخانه بهره‌مند شوید. مسیر تردد کنار رودخانه سنگفرش شده؛ البته اگر پیاده‌روی برایتان سخت است، می‌توانید از تله‌سیز استفاده کنید. بد نیست بدانید تله‌سیز از شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۸:۳۰ تا ۲۲ و پنجشنبه و جمعه و سایر تعطیلات از ساعت ۶ تا ۲۳ باز است. قیمت بلیت تله‌سیز در روزهای غیر تعطیل ارزان‌تر است.

بفرمایید خوراکی‌های ترش و خوشمزه

در مسیر رودخانه دربند همه‌جور امکانات رفاهی برای گردشگران وجود دارد؛ از رستوران و سرویس بهداشتی گرفته تا پایگاه امداد و نجات که به باند فرود هلی کوپتر مجهز است. این فروشگاه‌های رنگارنگ و مغازه‌های عرضه خوراکی‌های ترش و خوشمزه ابتدای مسیر رودخانه قرار گرفته‌اند. بعد از نیم‌ساعت پیاده‌روی در این مسیر به یک دوراهی می‌رسید؛ یکی راه سوتک است که طبیعت چشم‌نوازی دارد و راه دیگر آبشار دل کوهی است که به پناهگاه شیرپلا می‌رسد و در واقع مکان مناسبی برای توقف کوهنوردان است. این مسیر شیب تندی دارد و از سنگ‌های لغزنده پوشیده شده است؛ بنابراین توصیه می‌شود گردشگران ناآشنا بدون راهنما تا انتهای مسیر رودخانه پیش نروند.

حالا که هوا حسابی گرم شده، هیچ چیز به اندازه اتراق کنار رودخانه آن هم در فصل گرم حال را خوب نمی‌کند. شنیدن صدای شر شر رود و لمس نسیم خنک آب لذتی است که احتمالا بیشتر ما آن را این روزها به همه برنامه‌های تفریحی ترجیح می‌دهیم، به خصوص اگر برای آب‌تنی و لمس سردی آب رودخانه نیاز به مسافرت‌های چندساعته و دور از شهر نباشد. کمی که از شلوغی خیابان‌ها و ردیف ساختمان‌های پر تعداد شهر دور شوید، به رودخانه‌های شمال پایتخت می‌رسید؛ رودخانه‌های پر آبی که در دل دره‌های عمیق جا خوش کرده‌اند و می‌توانند مکان دنجی برای یک گردش خانوادگی باشند.



رود حصارک

معرفی آب این رود در دره حصارک از آبشارهای فصلی نشأت می‌گیرد و برای همین در تابستان خیلی پر آب نیست.

موقعیت	شمال غرب تهران
طول رودخانه	۶۳ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	بقعه امامزاده داوود (ع)، کاخ ناصری در روستای شهرستانک



چطور برویم: بزرگراه شهید ستاری را تا انتها رفته و بعد از رسیدن به میدان دانشگاه وارد خیابان شهدای حصارک شوید.

مهد گل‌های کوهی

رودخانه حصارک از آبشار حصارک سرچشمه می‌گیرد و طبیعت بکری دارد. اطراف رودخانه انواع گل‌های کوهی رنگارنگ روید و همین، زیبایی آنجا را دوچندان می‌کند. اگر قصد پیاده‌روی دارید بدانید که مسیر رفتن به رودخانه شیب ملایمی دارد، اما این موضوع پیاده‌روی را برای گردشگران سخت نمی‌کند. افراد سالمند بهتر است همان ابتدای رودخانه اتراق کنند؛ چرا که بالا و پایین رفتن از بلندی‌ها آنها را به دردسر می‌اندازد. نزدیک‌ترین امکانات رفاهی مثل سرویس بهداشتی و فروشگاه در حوالی بقعه امامزاده داوود (ع) قابل دسترس هستند.



رودخانه گلابدره

معرفی رودخانه گلابدره از ارتفاعات البرز سرچشمه می‌گیرد و به دلیل وجود درختان فراوان سیب گلاب به این نام معروف است.

موقعیت	شمال تهران
طول رودخانه	چهارونیم کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	گورستان ظهیرالدوله، باغ ملک



چطور برویم: خیابان دربند از میدان قدس یا خیابان فنا خسرو را از میدان تجریش پیش بگیرد و وارد خیابان شکیبایی (گلابدره) شوید.

همجواری سیب گلاب و رودخانه

رودخانه گلابدره از کوه‌های البرز جاری می‌شود و معمولاً در همه ایام سال پر آب است. به دلیل خنکی آب و هوای این محدوده، یکی از گزین‌های مناسب برای اتراق در طبیعت کنار رودخانه در تابستان محسوب می‌شود. وجود کوه‌ها کنار رودخانه باعث شده بسیاری از گردشگران برای کوهنوردی گذرشان به این محدوده بیفتد. اگر مشکلی برای پیاده‌روی طولانی ندارید، پیشنهاد می‌کنیم به سمت مناطق مرتفع و دنج کنار رودخانه بروید. در غیر این صورت بهترین مکان برای استراحت چندساعته پای کوه است. می‌توانید از آلاچیق اقامتی، وسایل ورزشی و پیست دوچرخه‌سواری هم استفاده کنید.



رودخانه کن

معرفی رودخانه کن یکی از طولانی‌ترین رودهایی است که از تهران می‌گذرد، این رودخانه از دامنه کوه‌های البرز سرچشمه می‌گیرد.

موقعیت	شمال غربی تهران
طول رودخانه	۳۰ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	دریاچه جیتگر، غار بیوک‌آقا، آبشار سنگان، آبشار تالون و پارک جنگلی کوهسار



چطور برویم: بزرگراه حکیم غرب را ادامه دهید تا به بلوار کوهسار برسید. در امتداد جاده کوهستانی تا امامزاده داوود پیش بروید.

عبور رود کن از میان روستاهای

از ویژگی‌های رودخانه کن عبور آن از روستاهای خوش آب و هواست. همین موضوع باعث سرسبزی مناطق کن و سولقان شده که سهم زیادی در پاکیزه کردن هوای تهران دارند. اگر قصد طبیعت گردی و تفریح در یک روز تعطیل را دارید، اتراق کنار رودخانه کن یکی از در دسترس‌ترین گزینه‌هاست. در مسیر این رود دره انواع رستوران‌ها و سفره‌خانه‌های سنتی را خواهید دید. همچنین می‌توانید از باغ‌های میوه وردیج و چشمه‌واریش که در همان نزدیکی است دیدن کنید.



● موقعیت: لواسان، جاده اوشان فشم

علی‌دره که بین محلی‌ها به عالی‌دره معروف است در شمال شرقی روستای رودک، کوه ورجین قرار دارد. گفته می‌شود ناصرالدین شاه که برای شکار به کوه ورجین می‌رفت، آب همه چشمه‌ها و دره‌ها را بررسی می‌کرد و چون آب این دره را عالی‌ترین آب منطقه تشخیص داده بود از این‌رو، دره را عالی‌دره نامید. درست در طرف مقابل روستا، چشمه کوچکی وجود دارد که اهالی روستا آن را چشمه مراد می‌نامند و مقدس می‌شمارند. درجه سختی مسیر پیاده‌روی در این دره متوسط است ولی همراه داشتن تجهیزات مناسب دره نوردی ضرر ندارد.

رود دره علی‌دره رودک

رود و اشی



معرفی
رودخانه و اشی از مسیر میان دو تنگه و اشی و سا عبور می‌کند. در انتهای مسیر تنگه‌ها، آبشاری قرار دارد که نام آن را از روی تنگه‌های مسیر، «ساواشی» گذاشته‌اند.

موقعیت
۲۰ کیلومتری فیروزکوه
۱۷ کیلومتری تهران

طول رودخانه
۱۵ کیلومتر

امکان ماهیگیری
ندارد

جاذبه‌های اطراف
دشت ساواشی، تنگه‌سا
چشمه آب معدنی دریاک

چطور برویم: از تهران به سمت فیروز کوه بروید. حدود ۲۰ کیلومتر مانده تا فیروز کوه، تابلوی راهنمای تنگه و اشی را خواهید دید؛ برای رسیدن به رودخانه باید از روستای جلیز چند عبور کنید.

روپیمایی پرهیجان

رودخانه و اشی منبع سرسبز روستاهایی است که در اطراف آن قرار دارند و محل اتراق عشایر است. برای رسیدن به رودخانه و تنگه و اشی، باید مسیری را رودپیمایی کنید تا به دشت سرسبزی که در حاشیه رودخانه و اشی قرار دارد، برسید و بساط استراحت را پهن کنید. برای رفتن به و اشی، مسیر جاده فیروز کوه پیش روی شماست. پس از پیمودن جاده فرعی و اشی، به پارکینگ تنگه می‌رسید. پارکینگ آخرین جایی است که می‌توانید با خودرو بروید. از پارکینگ حدود ۸۰۰ متر تا ابتدای نخستین تنگه باید پیاده بروید. با پیمودن این مسیر و قرار گرفتن در دهانه تنگه دیگر ناچارید به آب بنزید. مسیر رود می‌تواند شما را به تماشای آبشار ساواشی ببرد. برای رسیدن به ساواشی، در بیشتر قسمت‌های مسیر، باید داخل رودخانه حرکت کنید. در طول مسیر این تنگه گیاه دارویی و کمیاب باربچه به چشم می‌خورد که چتری شکل است و در صنعت داروسازی مصرف می‌شود اما چیدن این گیاه ممنوع است.

سفر در روزهای گرم سال

بهترین زمان سفر به رود و تنگه و اشی، گرم‌ترین زمان سال یعنی فصل تابستان است. با وجود این، اگر قصد گردش حوالی این رود را در ماه‌های خرداد یا شهریور دارید، بهتر است قبل از حرکت، وضعیت جوی منطقه و دمای تنگه را استعلام کنید. این منطقه مستعد رگبار و بارش‌های ناگهانی شدید است و به دلیل باریکی قسمت‌هایی از مسیر تنگه، در زمان بارش این مسیر سیلابی می‌شود و خطرات جدی دارد. تیر و مرداد بهترین زمان‌ها برای سفر به تنگه و اشی هستند. یادتان باشد در هنگام سفر به رودخانه و اشی، دمپایی نپوشید چرا که سنگ‌های نوک تیز کف رودخانه باعث ایجاد خراش در پای شما می‌شوند و احتمال سُر خوردن در آب با دمپایی هم زیاد است.

برای گردش تابستانی، رودخانه‌های شرق پایتخت را انتخاب کنید

خاطره‌سازی در جاجرود و پلنگ‌دره



اسکلیم‌رود

معرفی
اسکلیم‌رود در نزدیکی روستای لفور قرار دارد؛ رودخانه‌ای که به آبشاری به همین نام می‌رسد. در مسیر، وجود آبشارهای کوچک و حدود ۲۰۰ حوضچه آهکی هم تماشایی است.

موقعیت
۲۵ کیلومتری تهران

جاذبه‌های اطراف
جنگل، سد و دریاچه لفور

امکان ماهیگیری
دارد

طول رودخانه
ثابت نشده

بازدید از آبشار مطبق

اسکلیم‌رود معمولاً در همه فصول سال پر آب و دلیل سرسبزی اطراف روستای لفور است. بعد از گردش کنار این رود، می‌توانید آبشارهایی را که در مسیر رودخانه وجود دارد ببینید. برای رسیدن پای آبشار اسکلیم‌رود که قدمت آن به دوران ژوراسیک برمی‌گردد باید ۳ تا ۳ ساعت جنگل‌پیمایی کنید. البته در منطقه لفور ۸۴ آبشار وجود دارد. آبشار اسکلیم‌رود آبشاری آهکی است که به دلیل داشتن املاح آهکی خواص درمانی زیادی دارد و با ۳۲ متر ارتفاع که به صورت پلکانی و طبقاتی دیده می‌شود به عروس آبشارهای سوادکوه شهرت یافته است. شنا کردن در آبشار اسکلیم و حوضچه‌های آن ممنوع است چرا که حوضچه‌های این آبشار رسوبی هستند و شکل‌گیری آنها زمان زیادی طول می‌کشد؛ بنابراین برای حفظ این میراث با ارزش طبیعی شنا در آنها ممنوع شده است.

حبله‌رود

معرفی
حبله‌رود با اینکه از شمال شرقی تهران سرچشمه می‌گیرد اما مهم‌ترین منبع تأمین آب دشت گرمسار است و تنها رودخانه دائمی استان سمنان به شمار می‌آید.

موقعیت
شمال شرقی فیروزکوه

طول رودخانه
۲۴۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری
دارد

جاذبه‌های اطراف
روستای فرح‌آباد، تنگه و اشی
چشمه آب معدنی خمده



چطور برویم: در جاده پردیس و رودهن به سمت دماوند حرکت کنید. در جاده فیروزکوه با توجه به تابلوی راهنما از مسیر فرعی وارد جاده زرین دشت شوید.

رودی برای سیراب کردن گرمسار

حبله‌رود در طول مسیر خود با رودهای و اشی و نم‌رود بر خورد می‌کند و در نهایت در فاصله حدود ۴۵ کیلومتری جنوب‌شرقی گرمسار به رودخانه «گلو» می‌رسد و در شوره‌زارهای کویری فرو می‌رود. این رودخانه در بالادست شیرین است اما پس از انشعاب در طول مسیر شیمیایی، نمکی و گچی می‌شود. روستاهای سیمین‌دشت، زرین‌دشت، دهگردان، آتشان، انزاها و گچه از خوش‌آب و هواترین مناطق روستاهای بیلاقی در حاشیه حبله‌رود هستند. با شروع فصل بهار دامنه‌های سرسبز اطراف این رودخانه پوشیده از گل‌های وحشی و گیاهان معطر و دارویی می‌شوند. روستاهای اطراف حبله‌رود نیز در تابستان زیباترین طبیعت و چشم‌انداز را دارند.



رودخانه جاجرود

معرفی
این رودخانه چند سرشاخه دارد که یکی از دامنه‌های کلسون بستک و دیگری از دامنه‌های جنوبی خرسنگ شروع به حرکت می‌کند و در فشم به یکدیگر ملحق می‌شوند.

موقعیت
۴۸ کیلومتری شرق تهران

طول رودخانه
۱۴۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری
دارد

جاذبه‌های اطراف
سد لتیان، آبشار کمرد، پارک ملی خجیر
پل شاه‌عباسی



چطور برویم: از بزرگراه شهید بابایی به سمت لوسان بروید. از انتهای لوسان بزرگ، جایی که جاده به ۲ بخش تقسیم می‌شود، مسیر سمت راست را ادامه دهید تا به رودخانه جاجرود برسید.

تلاقی با رودخانه آهار

این رودخانه در دهکده اوشان به رودخانه آهار ملحق شده و در نهایت پس از مسیری ۴۰ کیلومتری به سد لتیان ریخته می‌شود. دریاچه سد لتیان یکی از مناطقی است که می‌توانید از آن بازدید کنید. این سد پر از ماهی‌های پرورشی است. همچنین قایقرانی و اسکی روی آب در دریاچه پشت سد وجود دارد. با این حال اگر تصمیم به شب‌مانی در کنار رودخانه دارید حتماً فاصله ایمنی را از رودخانه حفظ کنید و از اطلاعیه‌های سازمان هواشناسی باخبر شوید.



رودخانه نم‌رود

معرفی
رودخانه نم‌رود که از شاخه‌های اصلی رودخانه حبله‌رود است در انتهای دره هراونده جریان دارد و سیلاب‌های حبله‌رود را مهار می‌کند.

موقعیت
۱۳۰ کیلومتری شرق تهران

طول رودخانه
ثابت نشده

امکان ماهیگیری
دارد

جاذبه‌های اطراف
روستای سله‌بن، سد نم‌رود
روستای ارجمند



چطور برویم: از بزرگراه شهید بابایی به جاده دماوند و سپس جاده فیروزکوه بروید. بعد از ۱۲ کیلومتر رانندگی تابلوی روستای ارجمند و سپس روستای نم‌رود را مشاهده می‌کنید.

ماهگیری در نم‌رود

رودخانه نم‌رود یکی از شاخه‌های اصلی رودخانه حبله‌رود است. دریاچه سد نم‌رود در بخشی از این رودخانه قرار دارد و یکی از بهترین‌ها برای ماهیگیری با دریافت مجوز از سازمان حفاظت محیط‌زیست است. این رودخانه از دامنه کوه‌های قره‌داغ و میشینه مرگ سرچشمه می‌گیرد. بهترین زمان بازدید از نم‌رود، ماهیگیری و پیک‌نیک از نخستین روزهای بهار تا اوایل فصل پاییز است. مناطق اطراف این رودخانه بسیار بکر هستند و امکاناتی در حاشیه رودخانه‌ها وجود ندارد؛ پس برای اتراق در این منطقه همه وسایل مورد نیاز را با خود ببرید.



رود دره آراج

موقعیت: ۳۵ کیلومتری فیروزکوه، نزدیک روستای سله‌بن
معرفی: یک دره جنگلی است که ۸ فرود نزدیک به هم دارد که بلندترین آنها ۲۵ متر است. این دره در فصل‌های بهار و پاییز پر آب و در تابستان کم‌آب است و حوضچه‌ها عمق چندانی ندارند، به طوری که گردشگران بدون شنا از آن عبور می‌کنند. ویژگی جالب و تماشایی که در مسیر دره با آن روبه‌رو می‌شوید، عبور ریل قطار از میان جنگل است که به خاطر صدای قطار حیواناتی مانند شغال و گراز که در جنگل زندگی می‌کنند به مسیر دره نوردی نزدیک نمی‌شوند. اما مسیر دره نوردی برای رهگذران و گردشگران عادی نسبتاً سخت است و برای حرفه‌ای‌ها آسان و بدون چالش.

رودخانه تار



معرفی
رودخانه تار به‌عنوان یکی از سرشاخه‌های اصلی رودخانه دماوند ۱۳ کیلومتر طول دارد و رودخانه‌ای دائمی است. این رود از میان کوه‌های قره داغ و میانرود در شمال و زربین کوه در جنوب به سمت غرب حرکت می‌کند و نهایتاً به رودخانه دماوند منتهی می‌شود.

موقعیت	۸۰ کیلومتری شرق تهران
طول رودخانه	۱۵ کیلومتر
امکان ماهیگیری	ندارد
جاذبه‌های اطراف	قله دماوند، دشت لار، دریاچه هویرویل تاریخی شلمبه

چطور برویم: در جاده تهران - دماوند بعد از رسیدن به دماوند به سمت روستای اصطک بالا بروید و سپس به سمت جاده گیلاوند ادامه مسیر دهید؛ در طول مسیر رودخانه تار را مشاهده می‌کنید.

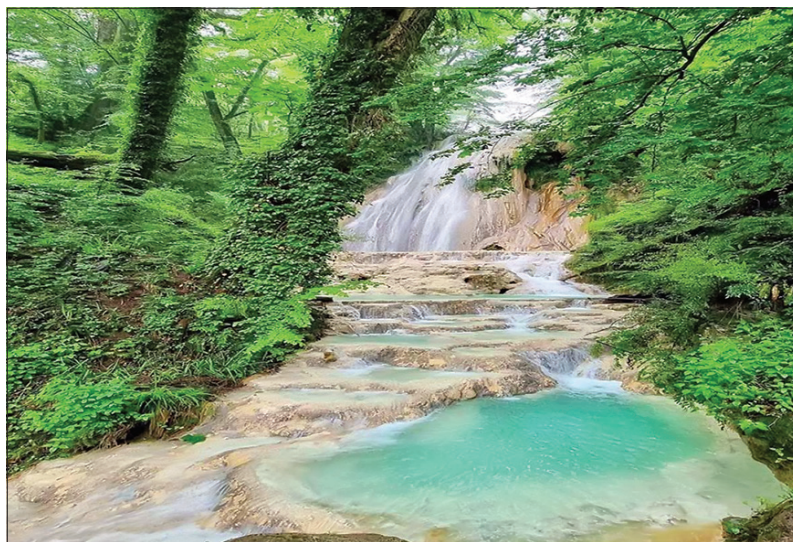
رودخانه‌ای با آب شیرین

دریاچه تار، منبع اصلی تأمین کننده آب رودخانه تار است؛ این دریاچه که آب شیرینی هم دارد در غرب روستای هویر قرار دارد و فاصله آن از شهر دماوند ۲۶ کیلومتر است و ۵۰۰ متر با دریاچه هویر فاصله دارد. وجود دریاچه‌های تار و هویر در نزدیکی رودخانه تار گردشگران زیادی را به این منطقه روانه کرده است. این دریاچه‌ها در ۱۵ کیلومتری شرق دماوند در محیطی بسیار بکر و طبیعی قرار گرفته‌اند. اطراف این دریاچه‌ها را کوه‌های بلند احاطه کرده‌اند و به همین دلیل این منطقه از سردسیرترین بخش‌های استان تهران است. رودخانه تار و دریاچه‌های تار و هویر در بهار پر آب می‌شوند و آب آنها از رودهای فصلی تأمین می‌شود و در زمستان هر دو دریاچه یخ می‌بندند. بهترین زمان برای بازدید از این رودخانه و دریاچه‌ها فصل تابستان است. در این زمان امکان آبتنی، اتراق در طبیعت و گشت‌وگذار در کوهستان‌های سرسبز اطراف را خواهید داشت. اگر قصد سفر به رودخانه تار را دارید، می‌توانید در این رودخانه و دریاچه‌های تار و هویر از قایقرانی و شنا هم لذت ببرید.

بازدید از یادگاری شیخ شبلی

هر چند گشت و گذار در کنار رودخانه به اندازه کافی دلچسب است، اما شاید قصد داشته باشید از جاذبه‌های نزدیک هم بازدید کنید. در امتداد رودخانه تار در شهر دماوند، مکان‌های دیدنی بسیاری وجود دارد که برج شیخ شبلی یکی از این مکان‌هاست. این بنای تاریخی بر بالای یک تپه در شرق دماوند و نزدیک رودخانه دماوند قرار گرفته است. برای دسترسی به آن کافی است از بلوار امام حسین وارد خیابان شیخ شبلی بشوید. مسجد جامع عتیق دماوند هم در شرق دماوند و بین دو محله قدیمی این شهر به نام‌های قاضی و فرامه قرار گرفته است. از کوچه مسجد جامع دماوند و بلوار امام خمینی تا رودخانه دماوند تنها چند دقیقه پیاده‌روی در پیش خواهید داشت.

✓ **مهديه تقوی‌راد**
از همان قدیم‌ها هر وقت خانواده‌ها تصمیم می‌گرفتند آخر هفته را خوش بگذرانند یک زیرانداز و یک قابلمه غذا و مقداری میوه با خود همراه می‌کردند و راه می‌افتادند سمت لب آب. رودخانه‌های اطراف شهر همان لب‌آبی بود که پدر خانواده وعده‌اش را به بچه‌ها می‌داد. رفتن به لب آب و چند ساعت استراحت فارغ از هیاهوی شهر یکی از کم‌هزینه‌ترین تفریحاتی است که می‌توانید داشته باشید. حوالی مرزهای شرقی یا پتخت، گزیننه‌های مختلفی برای گردش کنار رودخانه دارید.



رودخانه سرخه حصار

معرفی
این رودخانه برخلاف دیگر رودخانه‌های استان، از کوه‌های شرقی تهران سرچشمه می‌گیرد و خط جداکننده کوه‌های شرق و دامنه‌های قله توچال در شمال تهران است.

موقعیت	شمال شرق تهران، پارک جنگلی سرخه حصار
طول رودخانه	ثبت نشده
امکان ماهیگیری	دارد
جاذبه‌های اطراف	پارک ملی سرخه حصار، روستای ترکمن‌ده، پارک جنگلی لویزان



چطور برویم: در پارک ملی سرخه حصار به سمت پمپ‌بنزین بروید. ۶ کیلومتر بعد از پمپ‌بنزین به این رودخانه می‌رسید.

منبع سرسبزی سرخه حصار

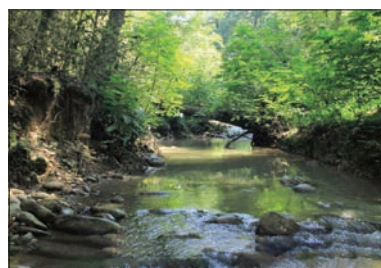
رودخانه سرخه حصار چند چشمه دارد که هر کدام در بخش‌هایی از این پارک دیده می‌شوند. یکی از چشمه‌ها حدود ۶ کیلومتر بعد از پمپ‌بنزین است. این مسیر را باید پیاده طی کنید. این رودخانه در نهایت از پارک ملی سرخه حصار و بزرگراه‌های هجرت و افسریه می‌گذرد و در نهایت به مسیل باختر می‌ریزد. منبع آب رودخانه سرخه حصار رودخانه‌های جاجرو و دماوند است و چشمه‌های فصلی و دائمی اطراف آن تأثیر زیادی در حجم آب این رودخانه دارند. آب و هوای حاشیه رودخانه سرخه حصار نسبت به رودخانه‌های شمال تهران گرم‌تر و خشک است. این رودخانه دلیل سرسبزی باغ‌های اطراف و پارک ملی سرخه حصار است.



پلنگ‌دره

معرفی
رودخانه پلنگ‌دره میان جنگلی به همین نام جریان دارد که در نهایت به آبشار هشت‌متری پلنگ‌دره منتهی می‌شود. این آبشار روی حوضچه‌ای سنگی می‌ریزد و برای شنا کردن مناسب است.

موقعیت	۲۰ کیلومتری شمال شرق تهران
طول رودخانه	ثبت نشده
امکان ماهیگیری	دارد
جاذبه‌های اطراف	پل شاه عباسی، پارک جنگلی اندرگلی، دریاچه شورمست



چطور برویم: از جاده تهران - فیروز کوه به سمت شیرگاه بروید، کنار پل آهنی و شرق شیرگاه به پلنگ‌دره می‌رسید.

شنا در رودخانه کم‌عمق

در اطراف رودخانه پلنگ‌دره جنگلی به همین نام قرار دارد که در آن غیر از پلنگ‌دره، رودخانه‌های پرآب دیگری نیز جریان دارند و همین جریان مداوم آب باعث شده تا سراسر جنگل پلنگ‌دره را گیاهان متنوع، دره‌های سرسبز و درختان تناور بپوشاند. عمق کم این رودخانه موقعیت را برای آبتنی مهیا می‌کند. زمین هموار و جاده‌های صاف اطراف جنگل پلنگ‌دره موقعیتی مناسب برای پیاده‌روی، ورزش و دوچرخه‌سواری است. در این منطقه جانوران وحشی زندگی نمی‌کنند؛ پس می‌توانید با خیال راحت از آرامش جنگل لذت ببرید. برای رفتن به پلنگ‌دره و پیاده‌روی حتماً کفش مناسب بپوشید و اگر می‌خواهید تنی به آب بنزید، لباس و کفش اضافه و حوله را فراموش نکنید.



رودخانه رودهن

معرفی
رودخانه رودهن یک رودخانه فصلی است که باعث آبادانی روستاهای اطرافش شده است. در اطراف این رودخانه، باغ روستاهای زیادی وجود دارد که حیات خود را از این رودخانه گرفته‌اند.

موقعیت	۳۰ کیلومتری شرق تهران
طول رودخانه	ثبت نشده
امکان ماهیگیری	دارد
جاذبه‌های اطراف	قلعه گلخندان، بیست اسکی، آبعلی، دشت سیاه پالاس، پارک ملی لار، روستای وسکاره



چطور برویم: از بزرگراه شهید بابایی، جاده جاجرو را دنبال کنید تا به رودهن برسید. در ابتدای بلوار مطهری می‌توانید رودخانه رودهن را مشاهده کنید.

قطب ماهی قزل‌آلا

ماهی قزل‌آلا خال قرمز یا رنگین‌کمانی یکی از کمیاب‌ترین ماهی‌ها در دنیاست که در رودخانه رودهن یافت می‌شود اما صید آن نیاز به مجوز دارد پس حواستان باشد که بدون مجوز در این رودخانه ماهیگیری نکنید. یکی از جاذبه‌های اطراف این رودخانه، پل نمبر روی رودخانه رودهن است. این پل مربوط به ساسانیان، در عصر صفویه بازسازی شده و در نهایت در سال ۱۳۸۲ به ثبت ملی رسیده است. برای گردش اطراف رودخانه رودهن، حتماً حواستان به اطلاعیه‌های سازمان هواشناسی باشد چرا که در بعضی فصول، احتمال سیلابی شدن رودخانه وجود دارد.



موقعیت: محدوده روستای وردیج

معرفی: یکی از مناطق بسیار زیبا و دیدنی روستای وردیج است که درست در سمت پایین دست آبشار انار قرار دارد و با حوضچه‌ها و آبشارهای فصلی به یک منطقه دیدنی و گردشگری تبدیل شده و توجه گردشگران را جلب می‌کند. این دره ۸ فرود بلند و کوتاه به طول ۳۵ تا ۷ متر دارد و درجه سختی مسیر دشوار است به طوری که کوهنوردان حرفه‌ای برای رسیدن به ابتدای مسیر و نخستین فرود، باید مسیر پر شیبی را به مدت ۲ ساعت و نیم طی کنند.

رود دره انار

شاد چای



شاخه‌ای از رودخانه کرج است که از شمال شهرستان شهریار تا جنوب رباط کریم امتداد داشته و در نهایت به دریاچه نمک قم می‌ریزد.

موقعیت
صباحشهر شهرستان شهریار

طول رودخانه
۹ کیلومتر

امکان ماهیگیری
ندارد

جاذبه‌های اطراف
آتشکده تخت رستم، امامزاده عبدالعزیز، امامزاده خواهران غریب

چطور برویم: در مسیر غرب به شرق بزرگراه آزادگان به آزادراه تهران - ساوه وارد شوید، سپس در سمت راست در جاده آدران - شهریار بزنید.

گردش در پارک ساحلی

این رودخانه ۱۳ کیلومتری جزو معدود رودخانه‌هایی است که در طول مسیر خود از دل بافت شهری و روستایی گذر کرده است. این رودخانه برای مهار سیل و آب‌گرفتگی‌های فصلی مؤثر بوده و گاهی سرریز سد کرج به آن هدایت می‌شود. شاد چای در بخش‌هایی که از بافت شهری می‌گذرد، بیشتر به کانال آب شبیه است تا رودخانه، دلیلش هم بسترسازی رودخانه و ایجاد حفاظ برای ایمنی شهروندان است. ۹ کیلومتر از طول رودخانه از اطراف صباحشهر شهریار و ۴ کیلومتر آن دقیقاً از وسط شهر و فاصله چند متری از واحدهای مسکونی عبور کرده است. ناگفته نماند که برای جلوگیری از ساخت‌وساز غیرمجاز در حریم رودخانه، بوستان ساحلی در ساحل غربی این رود ساخته شده که پذیرای اهالی صباحشهر و سایر گردشگرانی باشد که برای گذران تعطیلات و آخر هفته به این رودخانه سر می‌زنند.

باغ‌رستوران‌های حاشیه رودخانه

با توجه به اینکه ۴ کیلومتر از رودخانه شاد چای درست از وسط صباحشهر می‌گذرد برای حفاظت شهروندان و گردشگران و افزایش ایمنی حریم رودخانه در برخی قسمت‌ها دیوار ساحلی ساخته شده اما برخی بخش‌های رودخانه حفاظتی ندارند. اگر برای تفریح و گشت و گذار به حریم این رودخانه می‌روید مراقب فرزندانمان باشید. اگر در روزهای پربارش به این محدوده می‌روید به اطلاعیه‌های هواشناسی توجه کنید. باغ‌رستوران‌های متعددی در محدوده شاد چای دایر شده که همگی از آب رودخانه سیراب می‌شوند، پس اگر از گردش و قدم‌زدن کنار رودخانه خسته شده‌اید و وسایل پیک‌نیک همراه ندارید، می‌توانید در یکی از این باغ‌ها خستگی در کرده و غذای مفصلی نوش جان کنید.

جنوب تهران هم رودخانه دارد
گردشگری در حریم شهر

شاید شما هم تصور تان این باشد که رودخانه و سرسبزی طبیعت آن، مخصوص شمال تهران است. هر چند اغلب رودها از کوهپایه‌های البرز و زاگرس سرچشمه گرفته و در شمال پایتخت پر آب تر هستند، اما امسال به برکت بارندگی‌های بهاره در جنوبی‌ترین بخش‌های استان هم این موهبت الهی جاری است. پس اگر از گرمای هوا کلافه شده‌اید و دوست دارید یک آخر هفته خنک را در طبیعت سپری کنید با ما همراه باشید تا کمی از گرما و شلوغی پایتخت فاصله بگیرید و سری بزنیم به رودهای جنوب استان تهران.



شور

این رود که به ابهرود معروف است، از استان‌های زنجان، قزوین و جنوب غرب استان تهران عبور می‌کند و به ری می‌رسد.

چطور برویم: از سمت چپ آزادراه تهران - قم (خلیج فارس) وارد آزادراه غدیر و آزادراه قم به گرمسار شوید، تابلوهای مسیر شما را به کنار رود هدایت می‌کنند.

موقعیت
۵۵ کیلومتری شهر قم در اتوبان خلیج فارس

طول رودخانه
۴۲۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری
ندارد

جاذبه‌های اطراف
قلعه پنهان بهرام، پارک جنگلی پروفوسور کردوانی

سایه بان بپرد

این رود از میان زمین‌های کویری عبور می‌کند و به دلیل شوری بالا اطراف آن سبزه‌زار و پوشش گیاهی وجود ندارد، همچنین حاشیه سنگلاخی آن با درختچه‌های بیابانی کوتاه پوشیده شده، پس اگر قصد دارید چند ساعت کنار رود بمانید، حتماً سایه بان و تجهیزات مناسب همراه داشته باشید. از آنجا که عمق آب این رودخانه در طول مسیر آن از یک متر بیشتر نمی‌شود، می‌توانید کمی در حاشیه رود قدم بزنید و خنک شوید. گرچه اطراف این رود چندان مناسب اتراق نیست، اما چشم‌انداز غروب خورشید در جوار رودخانه شور تماشایی است.

قره چای

این رودخانه که از سراب‌های هفت عمارت، بلاغ‌جک، عباس آباد و پنجه‌علی در سرپند سرچشمه می‌گیرد، به قمرود و دریاچه نمک قم می‌ریزد.

موقعیت
غرب آزادراه قم - گرمسار

طول رودخانه
۵۴۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری
دارد

جاذبه‌های اطراف
پل و کاروانسرای تاریخی دلاک



چطور برویم: در آزادراه خلیج فارس نرسیده به قم وارد جاده قم - کوه سفید و سپس جاده قشلاق البرز - صفرآباد شوید. تابلوهای مسیر شما را راهنمایی می‌کنند.

لباس گرم بپوش

تا چند کیلومتری بستر رودخانه امکانات رفاهی و اقامتی و پذیرایی وجود ندارد، پس دست خالی نروید و چادر، سایه بان، آب آشامیدنی و تجهیزات مناسب همراه داشته باشید. جاده منتهی به کنار رودخانه آسفالت نیست و حداقل ۲ کیلومتر باید در خاکی بزنید. این رودخانه چون در محدوده کویری قرار گرفته، روزهای گرم و شب‌های بسیار خنکی دارد؛ پس اگر قصد شب‌مانی دارید حتماً لباس گرم همراه داشته باشید. چند کیلومتر بالاتر از بستر رودخانه و در محدوده سد ساوه امکانات ماهیگیری و قایق سواری هم وجود دارد.



شاتره

شاتره در واقع امتداد رودخانه کن است که با گذر از جنوب تهران و زمین‌های کشاورزی شهر ری، به رودخانه جاجرود می‌پیوندد.

موقعیت
چهار دانگه اسلامشهر

طول رودخانه
۳۳ کیلومتر

امکان ماهیگیری
ندارد

جاذبه‌های اطراف
موزه تاریخی عمارت رضا بیگ، بقعه امامزاده عباس‌ع



چطور برویم: از بزرگراه آزادگان وارد بزرگراه آیت‌الله سعیدی شوید، سپس در سمت راست جاده وارد مسیر روستای شاتره شوید.

مراقب کودکان باشید

این رودخانه به دلیل نزدیکی به روستایی به همین نام شاتره نام دارد و ناگفته پیداست که وجه تسمیه روستا هم به دلیل رویش فراوان گیاه شاتره در اطراف آن است. آب رودخانه به دلیل عبور از خاک‌های رسی جنوب غرب تهران در بیشتر روزهای سال گل‌آلود است و بستر آن با شیب تندی از سطح زمین پایین‌تر است. پس هنگام استراحت در کنار رودخانه مراقب کودکان باشید. امکان برپایی کمپ در چند متری بستر رودخانه وجود دارد و در فاصله نه چندان دور از حاشیه رودخانه درختانی روئیده‌اند که می‌توانید زیر سایه‌شان استراحت کنید.



قمرود

قمرود رود پر آب و زلالی است که به انار پار هم شهرت دارد و از کوه‌های زاگرس سرچشمه گرفته و به دریاچه نمک قم می‌ریزد.

موقعیت
۲۰ کیلومتری قم و مجاور اتوبان قم - گرمسار

طول رودخانه
۲۹۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری
با مجوز اداره کل حفاظت محیط زیست استان قم

جاذبه‌های اطراف
قلعه مظفرآباد قمرود، قلعه سام‌آباد، برج قمرود و بادگیر قمرود



چطور برویم: از مسیر اتوبان تهران - قم حرکت کنید تا به بزرگراه قم - گرمسار برسید. این بزرگراه شما را به قمرود می‌برد.

ماهی بگیرد

پهنه گسترده قمرود فضای مناسبی برای تفریح خانواده‌ها و در آخر هفته‌ها و تعطیلات پذیرای گردشگران بسیاری از استان‌های قم و تهران است. در جه شوری آب زیاد نیست و از آنجا که زیستگاه ۱۲ گونه ماهی است و حتی نوع منحصر به فردی از گورخر ماهی هم در این رود زندگی می‌کند، به محل مناسبی برای صید تفریحی ماهی تبدیل شده است. پس حتماً مجوز و تجهیزات ماهیگیری به همراه داشته باشید تا دست خالی از این رودخانه برنگردید.



رود دره هفت چشمه

● **موقعیت:** ۱۷ کیلومتر جاده کرج - چالوس، در نزدیکی روستای ارنگه
از آنجا که چشمه‌ها و آبشارهای متعددی به این دره سرازیر می‌شوند نامش راهفت چشمه گذاشته‌اند. در این دره پوشش گیاهی بسیار متنوعی وجود دارد، اما غالب درختان این منطقه بید هستند. محدوده آبشار اصلی هفت چشمه که با عنوان آدران هم شهرت دارد، بخشی از منطقه حفاظت شده البرز جنوبی است و پرندگانی چون کلاغ نوک قرمز، پرستو، زیرآبروک و کبک در این زیستگاه زندگی می‌کنند. از آنجا که درجه سختی مسیر نسبتاً دشوار است، بهتر است به صورت گروهی و با تجهیزات لازم دره نوردی به این محدوده بروید.

گشت‌وگذار در کنار رودخانه‌های غرب پایتخت حال تان را خوش می‌کند

آب‌تنی در رودهای غربی

✓ **سعیه‌مردی** در مرزهای غربی تهران رودخانه‌هایی پر آب و زیبا با طبیعت بکر وجود دارند که می‌توانند مقاصد خوبی برای پیک‌نیک و گردش‌های نیم‌روزه خانوادگی باشند؛ به خصوص که بعضی از این رودخانه‌ها جان می‌دهند برای ماهیگیری و کمپ‌زدن! خلاصه اینکه در این تفرجگاه‌های آبی می‌توانید کنار خانواده و دوستان اوقات خوشی را برای آخر هفته‌های خودتان رقم بزنید.

رودخانه طالقان

رودخانه طالقان از ارتفاعات کندوان و کهار در رشته کوه‌های البرز سرچشمه می‌گیرد. این رود با پیوستن به رودهای الموت و اندج‌رود، شاهرود را به وجود می‌آورد.

چطور برویم: از آژادراه کرج-قزوین را در پیش بگیرید تا به تابلوی جاده اختصاصی طالقان برسید. مسیر این جاده به رودخانه طالقان منتهی می‌شود.

موقعیت استان البرز، ۲۰ کیلومتری تهران

طول رودخانه ۱۸۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری دارد

جاذبه‌های اطراف دریاچه و سد طالقان، آبشار اورازان، آبشار کرکبود، کتیبه گردنه عسک و...

فرصت کمپ‌زدن در طبیعت



● ویژه‌نامه روز پنجشنبه

● ۳۱ خرداد ۱۴۰۳

● شماره ۴۳۵

رودخانه کرج



رود کرج از پر آب‌ترین رودخانه‌های دامنه جنوبی البرز است که بین ۲ منطقه بیلقان و دزبزن قرار دارد.

موقعیت شمال شرق کرج

طول رودخانه ۹۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری ندارد

جاذبه‌های اطراف سد امیرکبیر، غاریخ مراد، آبشار هفت چشمه و...

چطور برویم: از اتوبان شهید لشکری یا اتوبان تهران-کرج و اتوبان تهران شمال خود را به جاده چالوس برسانید. از منطقه گچسار بگذرید تا به رودخانه کرج برسید.



رودخانه‌ای تحت حفاظت محیط‌زیست

رودخانه کرج از کوه کلون بستک در ارتفاعات سرسنگ سرچشمه می‌گیرد، در تمام طول مسیر خود از شیب تند دره‌ها و صخره‌ها عبور می‌کند و در نهایت به دریاچه نمک در نزدیکی قم منتهی می‌شود. این رودخانه از چندین رود سرچشمه می‌گیرد و اصلی‌ترین سرشاخه‌های آن، ولایت‌رود و وارنگه‌رود هستند. میزان آب این رودخانه در فصل‌های مختلف متغیر است و از رودهای تامین‌کننده آب آشامیدنی تهران و البرز و آب کشاورزی مناطق همجوار محسوب می‌شود. رودخانه کرج از سال ۱۳۴۶ هجری شمسی تحت حفاظت سازمان محیط‌زیست قرار گرفت.

ماهیگیری و ورزش‌های آبی

این رودخانه پر از ماهی‌های متنوع و رنگارنگ است؛ به همین دلیل یکی از قطب‌های مهم گردشگری به‌ویژه در شاخه اسپرت توریسم به شمار می‌رود و همه‌ساله در فصل صید (اواخر بهار تا اواخر تابستان) پذیرای شمار زیادی از گردشگرانی است که به ماهیگیری علاقه دارند. از دیگر تفریحاتی که در این رودخانه طرفدار دارد، ورزش رفتینگ است. رفتینگ در رودخانه کرج بیشتر در فصل بهار انجام می‌شود؛ زیرا در این فصل رود هنوز پر آب است و لذت قایق‌سواری در آن بیشتر خواهد بود. حاشیه رودخانه کرج فضایی طبیعی و مناسب برای کمپ‌زدن و پیک‌نیک است. در محدوده اطراف رودخانه کرج به دلیل وجود آب کافی گیاهان زیادی وجود دارند و حدود ۱۱۰۰ گونه گیاهی در این منطقه شناسایی شده است.

رودخانه هزاربند

رودخانه هزاربند رودی دائمی است که در مسیر خود از مجاور روستاهای سیبان‌دره و ورده می‌گذرد. این رود از منطقه بین‌رود آغاز می‌شود و در محل دوراهی ورده و برغان به رودخانه کردان می‌ریزد.

موقعیت استان البرز، غرب روستای سیبان‌دره

طول رودخانه ۲۲ کیلومتر

امکان ماهیگیری ندارد

جاذبه‌های اطراف چشمه هزاربند، جنگل هزاربند



چطور برویم: از اتوبان کرج-قزوین به سمت خروجی کردان حرکت کنید و سپس در مسیر شمالی ادامه دهید تا به روستای سیبان‌دره و رودخانه هزاربند برسید.

رودخانه‌ای مناسب آب‌تنی

اطراف هزاربند باغ‌های متعددی وجود دارد که عمده محصولات آنها گردو، توت و آلبالو است. این رود در طول مسیرش اغلب بر بستر سنگی، با شیبی تند و پرپیچ‌وخم جریان دارد؛ اما عمق آن چندان زیاد نیست؛ به طوری که در ژرف‌ترین نقاط رودخانه حداکثر از تفاع آب به کمر می‌رسد؛ بنابراین یکی از رودهای خنک مناسب برای آب‌بازی محسوب می‌شود.

قسمت‌های بالادست رودخانه با پوشش گیاهی غنی و طبیعت بکر مورد توجه کوهنوردان قرار دارد.



رودخانه پونک

رودخانه پونک در قسمت غربی دره فرحزاد جریان دارد. این رود از کنار بزرگراه شهید همت شرق عبور می‌کند تا در نهایت به رودخانه کن پیوندد.

موقعیت بزرگراه همت، پارک پردیسان و دره فرحزاد

طول رودخانه نامشخص

امکان ماهیگیری ندارد

جاذبه‌های اطراف امامزاده داود، بوستان نهج البلاغه، بوستان پردیسان، پارک ژوراسیک، بوستان پرواز



چطور برویم: تا انتهای بزرگراه یادگار امام (ره) رانندگی کنید تا به بلوار فرحزادی برسید. خیابان‌های گلپاد، کوهسار و صحرا هم به این منطقه دسترسی دارند.

شکم‌گردی کنار رودخانه پونک

رودخانه پونک یا همان رودخانه فرحزاد از رودخانه بهرود و چشمه بیرستان سرچشمه می‌گیرد. این رودخانه از میان پارک پردیسان عبور می‌کند و به همین دلیل هم سرسبزی این منطقه در همه فصل‌های سال حفظ می‌شود. نیمه اول سال رودخانه پر آب‌ترین حالت خود را دارد و اطراف آن پر از گل‌های رنگارنگ و مناسب برای ثبت لحظه‌های ماندگار است. اینجا امکان

چادرزدن هست و وجود رستوران‌ها، کافی‌شاپ‌ها و باغچه‌های سنتی در اطراف رودخانه لذت تفریح را دوچندان می‌کند.



رودخانه کشار

رودخانه کشار یکی از شاخه‌های فرعی رودخانه کن به شمار می‌رود و در دره‌ای سرسبز به همین نام و در نزدیکی روستاهای کن و سولقان قرار گرفته است.

موقعیت ۱۰ کیلومتره جاده کن-سولقان

طول رودخانه ۲۰ کیلومتر

امکان ماهیگیری دارد

جاذبه‌های اطراف روستاهای کشار بالا و پایین



چطور برویم: در مرزهای غربی تهران به سمت جاده کن-سولقان بروید. در حدود ۱۰۰ متر پس از روستای سولقان وارد فرعی سمت چپ شوید و ۵ کیلومتر تا روستای کشار ادامه دهید تا به رودخانه برسید.

گل‌های وحشی کنار رود

رودخانه کشار از کوه‌های پهنسار سرچشمه گرفته و به رودخانه سولقان منتهی می‌شود. بهار و تابستان اطراف رودخانه بسیار سرسبز است و رویش گل‌های رنگارنگ وحشی فضایی مناسب برای پیاده‌روی و گرفتن عکس‌های زیبا ایجاد می‌کند. برای ماندن در کنار رودخانه کشار باید به عمق دره رفت که شیب آن در بعضی بخش‌ها زیاد است و نیاز به آمادگی بدنی نسبی دارد. همچنین اطراف رودخانه پر از باغ‌های پردرخت است که می‌توان در آنها تفریح کرد.



● موقعیت: شمال غربی فرحزاد

درجه سختی مسیر پیاده‌روی در این دره متوسط است و گردشگران در طول مسیر با مسیرهای سنگلاخی و گاه شیب‌های تندی مواجه می‌شوند. در انتهایی‌ترین محدوده دره، چشمه‌ای وجود دارد که در ختان چنار اطراف آن رویده‌اند و دلیل انتخاب نام دوچناران هم وجود همین درختان است. اگر قصد رفتن به این دره را دارید حتماً کفش، تجهیزات مناسب در نوردی و لباس گرم همراه داشته باشید چون حتی در فصل تابستان هم ناگهان هوادر این منطقه به شدت سرد می‌شود. همچنین آب آشامیدنی و خوراکی فراموش نشود چون تا کیلومترها اطراف دره کافه، بوفه یا رستورانی وجود ندارد.

رود دره دوچناران

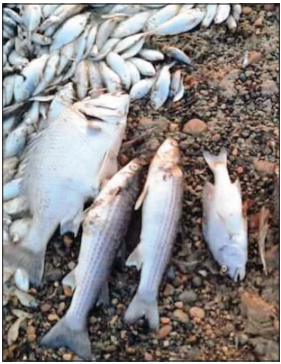
هنگام تفريح کنار رودخانه‌ها این نکات را رعایت کنید

گردش سالم کنار رود

✓ **نیلوفر ذوالفقاری** تصمیم گرفته‌اید آخر هفته بساط پیک‌نیک را بردارید و همراه خانواده کنار رودخانه اتراق کنید؟ تصمیم خوبی برای یک روز تابستانی است، به شرط اینکه حواستان به نکات ایمنی این تفريح باشد. گردش کنار رودخانه‌ها و در مسیر آب‌های روان باید با احتیاط و آگاهی باشد. اگر آنها را رعایت کنید هم خودتان سلامت می‌مانید، هم به طبیعت آسیبی وارد نمی‌شود.

غیرمجاز ماهی نگیرید

اگر قصد ماهیگیری در رودخانه‌ها و دریاچه‌های طبیعی را دارید، از مقررات و قوانین مربوط به ماهیگیری در این مناطق اطلاع کسب کنید. فصل تخم‌ریزی ماهی‌ها در بیشتر رودخانه‌ها ماهیگیری ممنوع است و صید ماهی در این زمان آسیب جدی به اکوسیستم رودخانه‌ها وارد می‌کند. برای ماهیگیری تجهیزات استاندارد همراه داشته باشید و چه بهتر که اصول اولیه این مهارت را بلد باشید تا هم به طبیعت آسیب نزنید، هم دست خالی به خانه برنگردید.



آب و هوا را بررسی کنید

درست مثل مواقعی که قصد سفر رفتن و زدن به جاده را دارید، قبل از برنامه‌ریزی برای تفريح کنار رودخانه هم باید وضعیت آب و هوا را بررسی کنید. نکته مهم درباره وضعیت جوی حوالی رودخانه‌ها این است که آب و هوا می‌تواند در این مناطق بسیار متغیر باشد. حواستان به تغییرات جوی باشد، اگر هوا رو به ابری شدن رفت، هر چه زودتر وسایل‌تان را جمع کنید تا قبل از شروع باران به نقطه‌ای امن برسید. احتمال سیلابی شدن رودها در مواقع بارندگی وجود دارد. طبیعت‌گردها معمولاً نشانه‌های تغییر آب و هوا را می‌شناسند و می‌دانند چه زمانی باید محل اتراق و استراحت را تغییر دهند تا دچار دردسر نشوند.



عبور با احتیاط از عرض رودخانه

مهم‌ترین نکته ایمنی که باید موقع پیک‌نیک کنار رودخانه رعایت کنید، رند شدن از عرض رودخانه است، به خصوص اگر از عمق آب و سرعت آن اطلاع ندارید. برخی از رودخانه‌ها عرض زیاد و بعضی دیگر عرض کمتری دارند. هر رودخانه‌ای چه عریض و چه باریک قسمت‌هایی دارد که عرضشان نسبت به سایر قسمت‌ها کمتر است. اگر به هر دلیلی لازم است از عرض رودخانه رد شوید، از این نقاط برای عبور از رودخانه استفاده کنید. موقع عبور از رودخانه‌های کم‌عرض از چوب‌دستی یا عصا کمک بگیرید. داشتن یک تکیه‌گاه در زمان عبور از رودخانه، می‌تواند به شما کمک کند تا با تسلط بیشتری از رودخانه عبور کنید.



از حریم رودخانه فاصله بگیرید

برای پهن کردن بساط پیک‌نیک، کمی از حریم رودخانه فاصله بگیرید. این کار باعث می‌شود احتمال خطر سقوط در آب کمتر شود، مخصوصاً اگر کودکان همراه‌تان هستند. احتمال سیلابی شدن بعضی رودخانه‌ها در شرایط جوی خاص وجود دارد، بنابراین فاصله‌داشتن از حریم رودخانه باعث می‌شود در چنین شرایطی فرصت دور شدن از خطر را داشته باشید. اگر زمان اتراق در کنار رودخانه‌ها متوجه تغییر رنگ آب و گل‌آلودی آن شدید، احتمال وقوع سیلاب وجود دارد، پس هر چه سریع‌تر از رودخانه فاصله بگیرید.



کجا ماهی بگیریم؟



اگر دوست دارید گردش کنار رودخانه را با لذت ماهیگیری همراه کنید، گزینش‌های مختلفی به عنوان مقصد در حوالی پایتخت پیش روی شما خواهد بود. انتخاب زمان و مکان مناسب برای ماهیگیری باعث می‌شود از یک گردش دلچسب کنار رودخانه، دست خالی به خانه برنگردید.

جاجرود، آبشار کمرد

منطقه جاجرود، از زیبایی‌های طبیعی شرق تهران است. کمرد در ۲۰ کیلومتری جاده رودهن واقع شده است. فرعی منتهی به این روستا بعد از پل رودخانه جاجرود قرار دارد. از جاده تاروستای کمرد ۶ کیلومتر فاصله است. از مرکز روستا بعد از ۲۰ دقیقه پیاده‌روی سبک به آبشار کمرد می‌رسید.

پلور، دریاچه سد لار

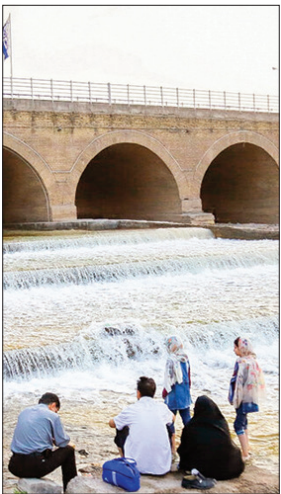
رودخانه لار از کوه‌های کلون بستک در شرق و شمال شرق استان تهران سرچشمه می‌گیرد. سد لار روی این رودخانه بسته شده است. سد لار در ۸۰ کیلومتری شمال شرق تهران نزدیک پلور قرار دارد. چشم‌اندازهای بسیار زیبا از منطقه دماوند، کندوهای عسل، انشعابات رودخانه‌های فراوان و مناظر کوهستانی البرز از زیبایی‌های این مکان است.

چه زمانی ماهی بگیریم؟

فصل‌های سال از نظر دمای هوا و آب با هم فرق دارند و طبیعی است که این تفاوت در دمای آب، سطح و عمق آن و در نتیجه در زندگی جانداران آبی تأثیر می‌گذارد. در تابستان ماهی‌ها در حداکثر تحرک خود هستند و خیلی محکم به قلاب و طعمه ضربه می‌زنند و طعمه را تکه‌تکه می‌کنند. بهترین فصل برای ماهیگیری تابستان است زیرا ماهی‌ها در اوج رشد و تحرک خود هستند. در ماه‌های دیگر سال چون به قلاب‌زدن ماهی‌ها آرام‌تر است، ماهیگیری نیاز به دقت و مهارت بیشتری دارد و ممکن است ماهی‌هایی که صید می‌کنید، کوچک و سبک‌وزن باشند. در طول شبانه‌روز هم بهترین زمان ماهیگیری قبل از سپیده‌دم است چون گرسنگی شب قبل ماهی‌ها، باعث می‌شود که آنها بیشتر جذب طعمه شما شوند. شاید بار اولی که برای ماهیگیری می‌روید، برگشتن با دست پر، کار سختی باشد، اما کم‌کم با تجربه می‌شوید و راه ماهی‌ها به قلاب شما هم می‌افتد. بسته به اینکه برای ماهیگیری در چه فصلی به کجا رفته باشید، ماهی‌های مختلفی صید خواهید کرد.

با تورهای گردشگری همراه شوید

طبیعت‌گردی یکی از محبوب‌ترین برنامه‌های گردشگری است. در طبیعت‌گردی هم از زیبایی‌های مناظر طبیعی لذت می‌برید، هم توانایی جسمی خودتان را محک می‌زنید. بسیاری از تورهای طبیعت‌گردی، مسیرهای کنار رودخانه‌ها، تنگه‌ها و رودخانه‌ها را برای گردش انتخاب می‌کنند. می‌توانید یکی از این برنامه‌ها را برای گردش کنار رودخانه انتخاب کنید و خیال‌تان راحت باشد که یک راهنمای ماهر، گروه را همراهی می‌کند.



دوست طبیعت باشید

حالا که طبیعت همه زیبایی‌اش را در اختیار شما گذاشته تا ساعتهای کنار رودخانه، به صدای آب روان گوش دهید و از خنکای آب و هوا لذت ببرید، شما هم دوست طبیعت باشید و به آن آسیب نزنید. از ریختن هر نوع زباله در آب خودداری کنید، کیسه بزرگ زباله همراه‌تان باشد تا همه زباله‌ها به‌خصوص انواع پلاستیک را با خودتان از طبیعت بیرون ببرید. همین توصیه ساده می‌تواند تا حد زیادی به حفظ رودخانه‌ها و آلوده‌نشدن آب‌های روان کمک کند. از روشن کردن آتش در محل‌های غیرمجاز خودداری کنید. حواستان باشد حضور شما در طبیعت، به گیاهان و جانوران آن محدوده آسیبی وارد نکند.



مجهز گردش کنید

برای یک گردش دلچسب کنار آب‌روان رودخانه، همراه داشتن بعضی وسایل به کارتان می‌آید. حتما لباس اضافه همراه داشته باشید تا اگر هوس آب‌تنی به سرتان زد یا اتفاقی در آب افتاد، دچار سرماخوردگی نشوید. فاصله امکانات رفاهی مثل بوفه و رستوران از حریم بسیاری از رودخانه‌ها، به‌خصوص آنها که در مناطق بکر هستند زیاد است، بنابراین با خودتان آب و خوراکی به اندازه لازم همراه داشته باشید. داروهای ضروری و پماد ضد گزش حشرات با خودتان ببرید. زیرانداز مناسب ضد آب داشته باشید و اگر قصد چادر زدن دارید، از طناب و میخ مناسب برای محکم کردن پایه‌های چادر استفاده کنید.

