

**محلات منطقه ما:** خواجه ربیع، بسال، بهمن  
دروی سپس آباد، طبرسی شمالی، رسالت، گاز، فاطمیه  
راه آهن، هاشمی نژاد، مهرگان، شهید احمدی روشن  
شهید شهر یاری، شهید علی محمدی

# شهرآرا محلات

شماره روزنامه شهر آرا: ۳۰۲۴  
هفته نامه محلی مردم مشهد / شماره ۳۲۲ / یکشنبه / ۲۹ دی ۹۸  
۸ صفحه

دریافت نسخه الکترونیک شهر آرا محله از [SHAHRARANEWS.IR](http://SHAHRARANEWS.IR)

۱۲۲۷ تماس طی ۹ ماه

الو ۱۳۷!

تا حالا شماره تلفن ۱۳۷ به گوشتان خورده است یا با این شماره سه رقمی ارتباط برقرار کرده اید. این شماره مرکز ارتباطات مردمی شهرداری مشهد است و به عنوان پل ارتباطی میان شهر و نندان و مستولان عمل می کند. گوشه و کنار هر محله مشکلات زیادی به چشم می خورد فقط کافی است با همین شماره سه رقمی ارتباط برقرار و...

گفت و گو با زوج جهادی شهرک مهرگان

## همسرانی که انگیزه های مثبت را تبلیغ می کنند

حاشیه شهر کانون استعداد های بی انتهای است که اغلب جدی گرفته نمی شود. در این میان بی توجهی به نقاط حاشیه ای باعث آسیب های فراوانی در آینده خواهد بود. برای جلوگیری از این آسیب ها توجه به کودکان و نوجوانان ضرورت...

در گفت و گو با دفتر تسهیلگری و توسعه محله عباس آباد مطرح شد

## شبکه های اشتغال خانگی احیامی شود

سید حمید موسوی زاده، مدیر دفتر تسهیلگری و توسعه محله عباس آباد است که شهریور ماه امسال گشایش یافته است. او کارشناسی ارشد شهر سازی و برنامه ریزی شهری دارد. او پیشینه فعالیت در دفتر تسهیلگری در پایتخت داشته و سپس در طرح راه اندازی نهاد توسعه محله در شهر نیشابور مدیر بوده است...

۲

۱

۳



گفت و گو با قهرمان کباده که پای نوجوانان و جوانان  
رابطه ورزش باستانی باز کرده است

## پهلوانی اخلاق است

۴۵



## راهکارهای مطالعه برای افراد پرمشغله

حرف اول



علی رضا ارجمندی  
مسئول کتابخانه امام خمینی (ره)

زمانی که صحبت از کتاب و کتاب خوانی می شود افراد بسیاری از نبود زمان کافی برای مطالعه گلایه دارند. درست است که امروزه زندگی مدرن زمانی را برای کتاب خوانی نمی گذارد، اما باز هم می توان فرصت ها را مغتنم شمرد و زمان های کوتاهی را به کتاب اختصاص داد. مهم ترین فایده کتاب خوانی برای انسان ایجاد خلاقیت است و سبب می شود تا درک بهتری به مسائل پیدا کرده و راحت تر مشکلات روزمره را حل کنیم. راهکارهایی برای افرادی که فرصتی برای کتاب خواندن و مطالعه ندارند، پیشنهاد می دهیم تا شاید بتوان از کمترین زمان برای مطالعه و ترویج کتاب خوانی در میان افراد پرمشغله استفاده کرد و دست دوستی کتاب را در دست آن ها گذاشت.

### ● ایجاد هدف

بهترین روش در ابتدای کار ایجاد هدف مطالعاتی یا زمانی است. برای نمونه مشخص کنید که هر ماه یا هر هفته می توانید چند کتاب بخوانید و آن را یادداشت کنید. این هدف شماست و پیش خود قرار بگذارید که حتما باید این تعداد کتاب را در طول هفته یا ماه بخوانیم. همین مسئله انگیزه بسیاری به شما می دهد. حال می توانید به ندرت هر هفته یا هر ماه تعداد کتاب ها را افزایش دهید و میزان مطالعه خود را بالا ببرید. البته بهترین روش در کنار هدف گذاری برای مطالعه، یادداشت کتاب های خوانده شده است و بهترین کار این است، هر کتابی را که می خوانید نام آن را یادداشت و فهرستی از آن تهیه کنید. شما در روش ایجاد هدف باید فهرستی از کتاب ها برای خود انتخاب کنید؛ سعی کنید این فهرست را بر اساس علایق خود تا بنویسید تا انگیزه بیشتری برای دنبال کردن آن داشته باشید.

### ● تندخوانی

یکی از بهترین روش ها برای افراد پرمشغله، تمرین تندخوانی است. تندخوانی به افراد پرمشغله کمک می کند تا مطالعه را در مدت زمان کوتاهی انجام دهند و در زمان خود صرفه جویی کنند. ممکن است برخی فکر کنند که تندخوانی تمرکز را از بین می برد؛ باید گفت اگر تندخوانی با تمرین و انجام روش های مناسب آن انجام شود، تمرکز را از بین نمی برد. پس اگر برایتان مهم است که کتابی را در مدت زمان کوتاهی بخوانید، حتما روش های تندخوانی را تمرین کنید.

### ● هم زمان کتاب بخوانید

یکی از جالب ترین روش های مطالعه که برای صرفه جویی در زمان مهم است، خواندن چند کتاب به صورت هم زمان است. زمانی که قصد شروع مطالعه یک کتاب را دارید، این روش را امتحان کنید و دو کتاب را هم زمان با هم شروع کنید. در ابتدا این روش سخت و غیرممکن به نظر می رسد، اما اگر آن را امتحان کنید ممکن است تا مدت ها این روش را برای صرفه جویی در مطالعه انتخاب کنید. بهتر است کتابی را صبح هادر فرصت های خالی که در محل کار دارید، در دست بگیرید. البته پیشنهاد می شود برای محل کار کتابی انگیزشی یا درباره پیشرفت های کاری را بخوانید تا انرژی شما را افزایش دهد. در طول روز هم می توانید کتاب های شعر و شب هنگام هم کتاب های داستانی و رمان را مطالعه کنید. البته سلیقه هر شخصی در انتخاب کتاب ها متفاوت است بنابراین کتاب ها را بر اساس سلیقه شخصی خود در طول روز مطالعه کنید.

### ● کتاب قرض بگیرید

اگر فرصتی برای خرید کتاب ندارید یا حتی کتاب مورد نظرتان از هزینه ای که برای خرید کتاب کنار گذاشته اید، بیشتر است، از دوستان یا کتابخانه کتاب قرض بگیرید. قرض گرفتن کتاب سبب می شود تا مدت زمان مشخصی برای مطالعه کتاب داشته باشید. این مسئله به شما کمک می کند تا در زمان معینی کتاب را مطالعه و به صاحبش بازگردانید. از طرفی این روش تا حدی زمان شما را در مطالعه مدیریت می کند. پیشنهادهای دیگری هم می توان برای مطالعه بیشتر کتاب به کار برد. با توجه به فضای محدود این ستون بقیه موارد هفته های آینده به حضورتان تقدیم خواهد شد. ■

۱۲۲۷ تماس طی ۹ ماه

## الو ۱۳۷!



تا حالا شماره تلفن ۱۳۷ به گویشتان خورده است یا با این شماره سه رقمی ارتباط برقرار کرده اید. این شماره مرکز ارتباطات مردمی شهرداری مشهد است

و به عنوان پل ارتباطی میان شهروندان و مسئولان عمل می کند. گوشه و کنار هر محله مشکلات زیادی به چشم می خورد فقط کافی است با همین شماره سه رقمی ارتباط برقرار و موضوع را با اپراتور مطرح کنید آن وقت خواهید دید که مشکل شما به سرعت پیگیری و نتیجه آن بعد از مدت کوتاهی به سمع و نظرتان خواهد رسید. در این شماره از شهرآر محله نگاهی به پیام های ارسالی شما شهروندان از ابتدای سال تاکنون با مرکز ارتباط مردمی ۱۳۷ خواهیم داشت که در ادامه می خوانید.

### ● ۱۲۲۷ تماس در ۹ ماه

طبق گزارش ارتباط مردمی از ابتدای فروردین تا ۳۰ آذر ۱۳۹۸ شهر و نندان منطقه ۳، ۱۲۲۷ تماس با ۱۳۷ برقرار کرده اند و مشکلی را با این سامانه در میان گذاشته اند. بیشترین موضوعی که شهروندان به آن اشاره کرده اند به ترتیب رفت و روپ، ساخت و ساز غیر مجاز، سد معبر اصناف یا سد معبر دستفروشان بوده است. بیشترین تماس با سامانه ۱۳۷ مربوط به شهروندان ناحیه ۲ شامل محلات طبرسی شمالی، سپس آباد، عباس آباد، رسالت و دروی است که

۳۵ درصد تماس ها از سوی آن ها انجام شده است سپس شهروندان ناحیه ۳ شامل محلات ۲۲ بهمن، خواجه ربیع، مهر مادر و بلال است که ۳۲ درصد از تماس ها را شهروندان این ناحیه انجام داده اند.

ناحیه یک شامل محلات قدیمی گاز، مسلم، خیرآباد و فاطمیه می شود که ۲۶ درصد از تماس ها از سوی شهروندان این ناحیه انجام شده است و تنها ۶ درصد از تماس های باقی مانده متعلق به ناحیه ۴ با محلات قرقی و شهرک مهرگان است.

طبق آمار ۹۴ درصد از تماس های شهروندان منطقه ما در ارتباط با سه اداره خدمات شهری، فنی و عمران و معماری و شهرسازی بوده است. با این نمودار اگر کمی جزئی تر نگاه کنیم ۶۰ درصد تماس های شهروندان منطقه ما به حوزه خدمات شهری بر می گردد که یکی از علل مهم آن اجرایی نشدن طرح آگو در منطقه است. اغلب شهروندان درخواست لایروبی جوی های آب فاضلاب و... را دارند. ۱۷ درصد از تماس ها به اداره فنی و عمران بوده است. در این بخش از گزارش نگاهی به محله های ۲۲ بهمن، مهر مادر، فاطمیه، گاز، بلال و قرقی که بیشترین تماس ها از سوی شهروندان این محله بوده است، خواهیم داشت.

### ● ۴ رفت و روپ، مهم ترین درخواست اهالی ۲۲ بهمن

طی ۹ ماه گذشته شهروندان محله ۲۲ بهمن ۸۳ تماس با مرکز ارتباطات مردمی ۱۳۷ برقرار کرده اند و از رفت و روپ، آسفالت نامناسب و سد معبر

اصناف گلایه کرده اند، ۷۰ درصد از درخواست های شهروندان این محله به مرحله اجرا درآمده است، ۱۶ درصد از درخواست ها در دست اقدام است، ۸ درصد از درخواست ها به دلیل نبود بودجه، نبود طرح و برنامه و نبود امکانات هنوز اقدامی نشده است و به ۶ درصد از این تماس ها امکان رسیدگی وجود ندارد.

### ● ۴۰ درصد درخواست های اهالی مهر مادر عملیاتی شد

تعداد پیام های محله مهر مادر طی ۹ ماه گذشته ۳۷۲ مورد بوده است، بیشترین درخواست اهالی این محله رسیدگی به وضعیت رفت و روپ، جمع آوری پسماند و ساخت و ساز غیر مجاز بوده است. با این حال ۴۰ درصد از درخواست های شهروندان به مرحله اجرا درآمده، ۳۷ درصد در دست اقدام است، ۱۶ درصد از درخواست ها امکان اجرا ندارد و ۷ درصد درخواست ها به دلیل نبود بودجه اجرایی نشده است.

### ● روکش آسفالت و احداث فضای سبز مهم ترین مطالبه محله فاطمیه

شهروندان محله فاطمیه نیز طی ۹ ماه گذشته ۲۱۱ مرتبه با سامانه ۱۳۷ ارتباط برقرار کرده اند و بیشترین درخواست شهروندان این محله درخواست روکش آسفالت، احداث فضای سبز و گزارش ساخت و ساز غیر مجاز بوده است. ۶۲ درصد از درخواست های شهروندان این محله پیگیری و مشکانشان برطرف شده است. ۲۵ درصد درخواست ها در دست اقدام است، ۷ درصد درخواست ها به دلیل نبود بودجه و طرح و



بیشترین مورد اشاره شهروندان رفت و روپ، ساخت و ساز غیر مجاز و سد معبر بوده است



به قلم دوربین

دریافتی

## به یاد شهدا

هفته گذشته جمعی از شهروندان و فعالان فرهنگی منطقه ۳ به پاس رشادت های سردار قاسم سلیمانی و شهدای سنانچه هوایی گردهم جمع شدند و با روشن کردن شمع و برگزاری مراسم عزاداری یاد و خاطره آن شهدای عزیز را گرامی داشتند.

هفته گذشته مراسم بزرگداشت سردار شهید سپهبد قاسم سلیمانی و شهدای سنانچه هوایی در منطقه ۳ برگزار شد. به گزارش شهرآر محله،



مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی از مجتمع فرهنگی هنری امام خمینی (ره) بازدید کرد. مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی به همراه محمد رضا محمدی، معاون هنری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی، از بخش های مختلف مجتمع فرهنگی هنری امام خمینی (ره) همچون تالارهای مطالعه و مخزن کتابخانه مجتمع، کتابخانه ویژه کودکان و...

بازدید کردند و از نزدیک با امکانات این مجتمع و خدمات رسانی به مراجعان آشنا شدند. مجتمع فرهنگی هنری امام خمینی (ره) با هدف خدمات رسانی به مردم مناطق محروم به ویژه منطقه خواجه ربیع مشهد در سال ۱۳۷۹ به بهره برداری رسید. این مجتمع در طول سال های فعالیت خود در عرصه فرهنگ و هنر توانسته است زمینه پرورش هنر جوان و هنرمندان بسیاری را فراهم کند.



در گفت و گو با دفتر تسهیلگری و توسعه محله عباس آباد مطرح شد

## شبکه های اشتغال خانگی احيای می شود



سید حمید موسوی زاده، مدیر دفتر تسهیلگری و توسعه محله عباس آباد است که شهریور ماه امسال گشایش یافته است. او کارشناسی ارشد شهرسازی و برنامه ریزی شهری دارد. او پیشینه فعالیت در دفاتر تسهیلگری در پایتخت داشته و سپس در طرح راه اندازی نهاد توسعه محله در شهر نیشابور مدیر بوده است. با او در محله دفتر تسهیلگری محله عباس آباد گپ و گفتی درباره چستی این دفتر، وظایف و کارهای انجام شده، داشته ایم. خلاصه این گفت و گو را در ادامه می خوانید.

### چرا برای محله عباس آباد دفتر تسهیلگری برپا شده است؟

به نظر دغدغه فرهنگی و اجتماعی در این محله در خور اعتناست و به همین دلیل دفتر تسهیلگری و توسعه در آن بنا گذاشته شده است. پیش فرضی که در باره این محله وجود داشت و بعدا در عمل اثبات شد این بوده که «عباس آباد» نسبت به محلات نزدیکش دارای توانایی و داشته های فرهنگی بالاتری است. اینجا قابلیت های بالایی را شاهدیم.

### محله عباس آباد چه ویژگی های خاصی دارد؟

در بحث مشارکت باید بگویم حضور مردم در برنامه های مختلف نسبت به محلات همجوار بالاتر است. همچنین در بحث توانمندی های فرهنگی و اجتماعی، شاهد توانمندی های بیشتری هستیم. به عنوان مصداق برای این بخش از صحبت می توانم به گروه های فرهنگی فعالی اشاره کنم که از این محله برخاسته اند و هم اکنون در سطح

استانی و ملی فعالیت دارند. گروه سرود «سوره» یا گروه تئاتر «نسلی نو» به همراه گروه های مشابه دیگر از نمونه های یاد شدنی در این بخش هستند. این گروه ها در جشنواره های مختلف استانی و ملی دارای مقام هستند. در بخش ورزشی هم نفرات صاحب مقام در رشته های مختلف ورزشی در محله حضور دارند. درباره زیرساخت های ورزشی هم باید بگویم که محله دارای سالن های ورزشی سر پوشیده و سرباز است.

### از زمان تأسیس چه برنامه هایی داشتید؟

در سالن بزرگ یاس برنامه شب یلدا به عنوانی رویدادی اجتماعی برگزار کردیم. قرار بود حضار فقط از محله باشند و بعدا محلات دیگر منطقه ۳ هم دعوت شدند و روال برنامه تغییر کرد. در نهایت اهالی محله استقبال خوبی از این برنامه داشتند و از ۶۰۰ میهمان، ۴۰۰ نفر شرکت کنندگان از محله عباس آباد آمدند که گواهی دیگر بر مشارکت بالای مردم محله است. از دیگر برنامه ها می توان به برنامه های مشارکتی با اداره بهزیستی اشاره کنم. در این برنامه مشترک «نشست های آموزش خانواده» در دفتر تسهیلگری برگزار شد. این کارگاه آموزشی با حضور ۳۰ نفر در ۲ جلسه برگزار شد.

همچنین با توجه به اینکه شورای اجتماعی محله جدیدالتأسیس است، با آن ها ارتباط برقرار و به صورت مشترک به خانواده شهدا سرکشی کردیم و در آنجا با حضور خانواده شهدا، مسائل محله را به بحث و تبادل نظر گذاشتیم.

### مهم ترین مشکلات محله کدام است؟

مشکلات این محله مشابه با مشکلات دیگر محله هایی است که در حاشیه شهر واقع شده اند. بحث «اشتغال و بیکاری» از اولویت هاست. در بخش دیگر به مسائل

«امنیتی و اجتماعی» می توان اشاره کرد که یکی از مصادیق آن مزاحمت های مختلف است.

### تا پایان سال چه برنامه هایی دارید؟

مهم ترین برنامه ما تدوین «سند توسعه محله» است. ما باید پیش نویس این سند را تهیه کنیم و سپس باید پیگیری تصویب آن در سطوح بالاتر باشیم.

قرار بوده است این سند که در حکم برنامه اجرایی برای همه دستگاه های مرتبط در محله است با مشارکت عموم شهروندان تهیه شود. در این بخش چه کردید؟

مهم ترین ارزش افزوده این سند، مشارکت افراد محله است. ارتباط خوبی با مردم محله داریم. این راه را از ارتباط با شورای اجتماعی و معتمدان محله آغاز کردیم و تعاملمان با آن ها در سطح بالایی است. از این اعتماد سازی باید در ۲ ماه آینده در راستای تهیه پیش نویس سند توسعه محله استفاده کنیم. روند تدوین این پیش نویس هم این گونه خواهد بود که از دسته بندی مشکلات محله آغاز کنیم و در نهایت به ساز و کار اجرایی سند توسعه محله دست یابیم. ایده آل نهایی ما امسال تهیه این پیش نویس و در سال آینده اجرایی کردن آن است.

### تهاد های رسمی با شما چه همکاری داشته اند؟

همانگی با نهاد های رسمی در حوزه عملکرد سازمان باز آفرینی فضا های شهری شهرداری مشهد است که بر روند کار ما نظارت دارد. در این بخش هم نتایج خوبی داشته ایم که به عنوان نمونه از همکاری سازمان جهاد دانشگاهی می توان یاد کرد. با توجه به دغدغه اشتغال در این محله، فعال کردن شبکه های اشتغال خانگی را پیگیری کردیم و ثبت نام های اولیه انجام شده است و در حال اجرایی کردن این طرح هستیم.

برنامه اقدام نشده است و ۶ درصد از تماس ها امکان رسیدگی وجود ندارد. بیشترین تماس شهر و ندان منطقه ما از محله گاز با ۳۸۷ تماس بوده است. یکی از مهم ترین مطالبات شهروندان این محله بهسازی آسفالت معابر، احداث فضای سبز و انتقاد از ساخت و ساز غیر مجاز بوده است، ۳۴ درصد از درخواست های اهالی این محله رسیدگی به آن ها امکان پذیر نیست، ۳۲ درصد درخواست ها در انتظار اقدام است و ۱۷ درصد باقی مانده آن به دلیل نبود بودجه و طرح و برنامه اقدامی نشده است.

### قرقی و بلال مشکلاتی از جنس هم

از سوی شهر و ندان محله بلال ۱۵۱ پیام به سامانه ۱۳۷ ارسال شده است و پرتکرارترین درخواست اهالی این محله گزارش ساخت و ساز غیر مجاز، آسفالت و احداث فضای سبز بوده است، خوشبختانه به ۷۸ درصد درخواست های شهر و ندان این محله رسیدگی و مشکل برطرف شده است، ۱۳ درصد درخواست ها در دست اقدام است، به ۷ درصد درخواست ها امکان رسیدگی وجود ندارد و ۲ درصد درخواست ها در صورت تأمین اعتبار و طرح و برنامه اجرایی خواهد شد. محله قرقی، آخرین محله ای است که به آن می پردازیم، طی ۹ ماه گذشته اهالی این محله ۱۷۰ پیام را در مرکز ارتباط مردمی ۱۳۷ به ثبت رسانده اند، بیشترین درخواست اهالی این محله آسفالت، احداث و رسیدگی به فضای سبز بوده است که از این میان به ۳۳ درصد درخواست های شهر و ندان امکان رسیدگی از سوی شهرداری وجود نداشته است، ۲۷ درصد درخواست ها در انتظار بودجه و طرح و برنامه است، ۲۴ درصد در دست اقدام است و ۱۶ درصد باقی مانده در خواست ها پیگیری و مشکل برطرف شده است.





گفت‌وگو با قهرمان کباده که پای نوجوانان و جوانان را به ورزش باستانی باز کرده است

## پهلوانی اخلاق است

گل دفتر

۴۴

فرنود فغفور مغربی

او از آدم‌هایی است که حیا و قدرت همراهِ با هم در چهره و کردارش پیدا است. چهره و ورزشی کشور در رشته باستانی است و انبانی از مدال‌های مختلف را از رقابت‌های ورزش باستانی کسب کرده است. او این سال‌ها برنامه‌ای ویژه برای رشد و گسترش ورزش باستانی به ویژه برای کودکان و نوجوانان

محلّه و منطقه دارد. سید جواد حسینی معتقد است هر کسی با هر فرم بدنی می‌تواند به ورزش باستانی بیاید و این ورزش از لحاظ مخاطب می‌تواند پذیرای همه فرم‌های چهارگانه بدنی باشد. در کنار ورزش باستانی که جته‌ای قوی پیکربندی ساخته، سید جواد، روحی لطیف دارد. او ۱۸۰۰ بیت شعر در حال و هوایی که ورزش زورخانه‌ای به او الهام کرده، سروده است. مضمون عموم این شعرها وصف و نعت معصومان

و خاندان پاک پیامبر است. در ادامه گفت‌وگوی ما با هدف معرفی او و آشنایی بیشتر با داشته‌های ورزش پهلوانی و وضعیت امروزی آن را خواهید خواند. او در این گفت‌وگو به این جوانمردی و آداب ویژه ورزش باستانی اشاره می‌کند و می‌گوید نیمی از پهلوانی در هنگام اجرای حرکات سنگین و ورزشی و نیمی دیگر در زندگی روزمره آن هنگام که سبب کمک به ضعیفان می‌شود، معنا پیدا می‌کند.



### ● مختصری درباره خودتان بگویید.

سید جواد حسینی متولد ۱۳۵۶ در خیابان سمرقند هستم. والدینم سال‌های ۴۱-۴۰ به این منطقه آمده و در خیابان فاطمیه ساکن می‌شوند. آن زمان در این محدوده نه آب بود و نه آبادانی! برق و گاز که تکلیفشان معلوم است. خانه ما در کوچه حاجی میهمان دار، شهید ثابت فر فعلی بوده است. در همین محلّه بزرگ شدم و خاطرات سال‌های کودکی ام به همین منطقه و محلّه منحصر است. الان هم که در خیابان گاز زندگی می‌کنم و به اینجا وابستگی عاطفی دارم و همین شده که ماندگار شدم.

### ● درباره سابقه ورزشی‌تان توضیح دهید.

ورزش کردن را از بچگی دوست داشتم. به تمرین کشتی رفتم و بعدش در باشگاه جودو دیده شدم! یک دوره‌ای هم سروکارم افتاد به ورزش هندبال. آن زمان عضو تیم جوانان خراسان رضوی بودم. به هر حال خاصیت ورزش این است. باید تجربیات متفاوت داشته باشی تا به ورزشی که در آن طلایی هستی برسی. همه ماجرا هم به همسان بودن شرایط بدنی با نوع ورزش بر نمی‌گردد. باید توجه داشت که خصوصیات

اخلاقی و روحی ورزشکار با جو و روحیات آن ورزش جور در آید؛ مثلاً فوتبال و بسکتبال هر دو ورزش گروهی و توپی هستند اما جوانان از زمین تا آسمان با هم متفاوت است. ماجرای روی آوردنم به ورزش باستانی و آمدنم به جمع پهلوانان هم به سرریال امام علی (ع) برمی‌گردد. نمی‌دانم این سرریال چه خاصیتی داشت که به زورخانه علاقه مند شدم. در باورهای عموم مردم هم این نکته هست که زورخانه را خانه امام علی (ع) می‌دانند و مدام در آنجا مدح حضرت را می‌خوانند. تنها چیزی که از این ورزش می‌دانستم این بود که یک لنگ به خودشان می‌بستند. رفتم لنگ مخصوص این ورزش را خریدم و نزدیک‌ترین زورخانه به محل سکونتم را پیدا کردم. آنجا ناگهان خانه دوم من شد. از سال ۷۵ در زورخانه سالن ورزشی قدس به گود رفتم. به خاطر دارم از همان جلسه‌های اولیه یکی از آن پیش‌کسوتان کباده‌ای به من داد و گفت شروع کن. فیزیکی بدنی ام برای کباده کشیدن مناسب بود، خودم هم از آن خوشم آمد. خیلی زود پام به مسابقات باز شد. از سال ۷۶ احکام قهرمانی متعدد دارم. این به آن معناست که پس از یک سال از ورودم به جمع باستانی کاران، به مسابقات راه یافتیم. آن دوره در رده سنی

جوانان و این سال‌ها در رده سنی بزرگسالان و پیش‌کسوتان کماکان به مسابقات متنوع می‌روم. مهم‌ترین عنوان قهرمانی ام در رشته «کباده سنگین» در جام غدیر بود که سال قبل روی داد و همچنین در مسابقات «کباده سنگین آزاد» کشوری هم مقام گرفتم. این مسابقات برای اولین بار در بین کباده‌کاران باستانی سال قبل در سطح کشوری برگزار شد. جدا از مقام‌های استانی ام که فراوان است انواع مدال‌ها را در مسابقات کشوری کسب کردم. البته یادتان باشد پهلوان بودن به تعداد مدال‌ها نیست. خیلی‌ها از پهلوان تختی بیشتر مدال گرفتند اما کسی آن‌ها را یاد نمی‌کند اما پس از دهه‌ها از آسمانی شدن زنده‌یاد تختی نامش برای همه زنده است.

### ● عنوان‌های ورزشی در رشته باستانی کدام است؟

در این ورزش با هر فرم و گونه بدنی می‌توانید حضور داشته باشید و در رشته متناسب با خودتان دیده شوید. بنا به تقسیم‌بندی‌های مختلف علمی، انواع بدن‌های تکیده، عضلانی و فر به وجود دارد که البته گاهی جزئیات بیشتری هم در نظر گرفته می‌شود. ورزش پهلوانی یا باستانی تنها ورزشی

است که می‌تواند برای فرم‌های مختلف مفید باشد و اصلاً نباید تصور شود که تنها افرادی با جثه بزرگ می‌توانند در این رشته وارد و موفق شوند. در این ورزش ۱۲ رشته مختلف وجود دارد. کشتی پهلوانی در وزن‌های پنج‌گانه برگزار می‌شود. هنرهای فردی هم داریم که شامل کباده، سنگ، میل‌بازی (از ۲ میل تا بیشتر از ۴ میل و همچنین میل‌بازی سنگین) و انواع چرخ‌ها (چرخ تیز و چرخ چمنی) است. از دیگر رشته‌ها انجام ورزش جمعی در گروه‌های سنی مختلف و هنر مرشدی (خوانش شعر و ضرب گرفتن) است که هر از چندی به معنای شیوه جدید به وسیله کهنه‌کاران این رشته ارائه می‌شود و به نام خودفرد ثبت شده و در مسابقات آینده به عنوان بخش یا حرکتی جدید افزوده می‌شود. می‌بینید که ورزش باستانی ورزشی نوآورانه است و پیشرفت محتوایی دارد.

### ● شما را بیشتر به عنوان کباده‌کش زورخانه می‌شناسند. برایمان بیشتر از کباده بگویید!

کباده‌های سنتی شبیه کمان ساخته می‌شد و برگرفته از آن بود. کباده‌های امروزی چندان این شباهت و مناسبت را حفظ نکرده است اما کماکان کباده نامیده می‌شود. اگر برایتان

حاج اصغر جوان از پهلوانان قدیمی مشهد در باره تاربخچه زورخانه شهید احمدی می گوید: بعد از پیروزی انقلاب اسلامی تعداد زورخانه های مشهد به اندازه انگشتان دست هم نمی رسید. دنبال مکانی برای ورزش باستانی بودیم تا اینکه به زمین فعلی مجموعه ورزشی قدس رسیدیم، بیابان بود هیچ چیزی در آن وجود نداشت. خودمان دست به کار شدیم و

زورخانه را با دست خالی ساختم. یادم هست که خودم و یکی، دو نفر دیگر از آن جمع گودش را کنده و حاضرش کردیم. به یک سال نکشید که اینجا را به مرحله بهره برداری رساندیم و همراه با زورخانه شهید چمران که متعلق به ساواک بود و در جریان انقلاب نیمه تمام مانده بود، افتتاح شد.

سؤال است که دایره های فلزی ای که داخل کبابه است چه نقشی دارد باید بگویم جنبه تبلیغاتی دارد و در جنگ های قدیمی در دل دشمن به واسطه سروصدایی که داشته رعب و ترس می انداخته است. کبابه، یکی از سخت ترین وسایل ورزشی در ورزش باستانی است و وقتی که ورزشکار زیر آن می ایستد، همه جثه اش دیده می شود. واقعیت این است که کبابه کش ها حرفه ای هستند چرا که آموزش این رشته و تحمل آن به صبر بالا و قدرت زیادی نیاز دارد. قوانین مسابقات در این بخش هم سخت است و هر ساله سخت تر هم می شود؛ مثلاً اگر زاویه دست کبابه زن از حد معینی بیشتر شود، ورزشکار را حذف می کنند. کافی است سرتان در هنگام کبابه زنی کمی این طرف تر یا آن طرف تر برود که بعدش لازم است بروید لباس بپوشید و به خانه تان بروید چون از مسابقات حذف شده اید. در مسابقات های ورزش باستانی، کبابه جزو بی رحم ترین رشته هاست. ورزشکار به محض اینکه اشتباه کند، ضرب مرشد قطع می شود و دیگر هیچ. مثل کشتی یا فوتبال گروه بازنده ها هم وجود ندارد.

### ● سابقه تأسیس زورخانه سالن قدس خیابان المهدی به چه سالی برمی گردد؟

این زورخانه مزین به نام «شهید سیداحمد احمدی» است. او پیش از انقلاب شهید شده و از جمله مبارزان بارزیم پهلوی بوده است. سیداحمد مقابل دفتر آیت... شیرازی با تیر یک ساواکی که روی درختی پنهان شده بود، شهید می شود. او از جمله ورزشکاران این رشته بود و در باشگاه «جوانان اسلامی» در محدوده چهارراه شهدا ورزش می کرد. او قهرمانی رشته چرخ ایران را دارا بود. به همت بزرگ تهرای رشته باستانی، مجوز ساخت این گود از اداره تربیت بدنی دریافت شد و کلنگ ساخت آن را حاجت الاسلام و المسلمین سیدهادی خامنه ای که خود از ورزشکاران شناخته شده باستانی است، به زمین زد و با همکاری او این گود ورزشی ساخته شد. تاریخ ساخت این گود به سال ۵۸ یعنی حدود یک سال بعد از انقلاب برمی گردد.

### ● هدف از ورزش باستانی چیست؟

مطمئن باشید که هدف از این رشته هر چه باشد، انجام حرکات فوق العاده سنگین نیست. اگر هدف انجام چنین حرکاتی باشد ورزش های دیگری مثل بوکس داریم که خیلی بیشتر با این هدف سازگار هستند. بحث اول در ورزش زورخانه، فرهنگ پهلوانی است. هدف اصلی در این ورزش، آموزش سنت های جوانمردی است. برخلاف نظر عمومی، پهلوانی نوعی از اخلاق است که فارغ از هر دین و مکتبی در خور تصور است. پهلوانی به جثه و سن ربطی ندارد و مطلبی ذاتی است که البته آموزش پذیر است. باور کنید رفتار پهلوانی به جنسیت هم ربطی ندارد و می توان بانوانی را سراغ گرفت که مشی پهلوانی و بزرگی دارند. نمی از ورزش باستانی در گود زورخانه شکل می گیرد و باقی مانده در رفت و آمدهای اجتماعی، احوال پرسی از بیماران و افراد مستمند است. اصل در این ورزش مردم داری و حفظ شرف است.

### ● چه حداقل هایی برای ورود به این ورزش لازم است؟

به این سؤال می توان در دو بخش داشته های روحی و جسمی پاسخ داد. واقعیت این است که با توجه به سنت های خاصی که در این ورزش وجود دارد آدم های خاصی هم طالب آن هستند. آدم هایی سراغ باستانی می آیند که اعتقادات قوی در بخش انسانی و مذهبی دارند و در پی استحکام بخشیدن به آن هستند. اگر شما آدمی هستید که دوست دارید شرف فردی و جمعی خودتان را حفظ کنید بهترین ورزش برای رسیدن به آن همین ورزش باستانی است. الان در کشورهای اروپایی و آمریکا هم زورخانه وجود دارد و در آنجا افرادی از ادیان دیگر هم به این رشته مشغول هستند. در بخش داشته های بدنی هم باید بگویم کسی که بدنی لاغر و دارای اندام عضلانی و خشک است می تواند در رشته چرخ تیز موفق باشد. کسی که لاغر است و قدی بلند دارد می تواند در رشته چرخ چمنی موفق باشد. برای هر بدن دیگر هم رشته ای مناسب داریم.

### ● وضعیت امروزی کشتی پهلوانی چگونه است؟

به مرور زمان حدود ۵۰ سال قبل کشتی پهلوانی از ورزش باستانی جدا شد. در گذشته ها، بعد از همه تمرین های مختلف ورزشی در گود، پهلوانان به کشتی گرفتن می پرداختند. آن ها در همان گود های خاکی کشتی می گرفتند. در ادامه سالن های ورزشی به فرمی تازه به وجود آمد و هویت ورزش باستانی که همان کشتی پهلوانی است را از آن گرفتند. الان مسئولان فدراسیون و هیئت های استان و مشهد همگی به دنبال این هستند که دوباره کشتی پهلوانی را احیا کنند. قرار شده است در باشگاه مادر کنار گود که تشک های کشتی هم قرار دارد کلاس کشتی پهلوانی راه بینداریم. الزام شد هر کسی که می خواهد در مسابقات کشتی پهلوانی شرکت کند باید در بخش ورزش گروهی زورخانه ای هم حضور داشته باشد. به نظر ما توجه به فاصله ای که بین ورزش باستانی و کشتی پهلوانی روی داده است امروزه پهلوان نداریم.

### ● درباره وضعیت فعلی این ورزش در کشور و همچنین محله طلاب توضیح فرمایید.

ورزش باستانی از قدیمی ترین ورزش های دنیاست و این مطلب را نه ما بلکه علم تربیت بدنی می گوید و تأیید می کند. وسایل این ورزش سابق بیشتر از ۳ هزار سال دارد. به رغم اهمیت آن متأسفانه امروزه نسبت به دیگر ورزش ها چندان رغبت و تبلیغی برای آن نمی شود. من مهم ترین مسئله را در نبود تبلیغات می دانم. چرا صد اوسیمو موظف نمی شود که ساعتی از برنامه های روزانه خود را به این ورزش که ورزش اصلی ایران زمین است اختصاص دهد؟ ورزش زورخانه تنها ورزشی است که همه روزه روی هم ورزش می کنند. در آن آیات قرآن و اشعار پهلوانی و مدح پاکان خوانده می شود. وقتی آدم ها دور هم جمع می شوند مشکل کار و ازدواج حل می شود. بخش مهمی از مشکلات در بی ارتباطی و تک نفره افتادن ماست. در این منطقه هم با توجه به قرار گرفتن گود زورخانه افرادی نه چندان زیاد مشغول به آن هستند که البته بودن آن ها مغتنم است. خوش حال بگویم گود هایی هم برای گروه سنی کودکان و نوجوانان جدا از گودی که برای بزرگسالان برگزار می شود، راه انداخته ایم.

### ● درباره ساعت هایی که به ورزش کردن کودکان و نوجوانان در زورخانه اختصاص داده شده است، توضیح دهید.

در زورخانه شهید احمدی، کودکان و نوجوانان از سنین پایین با این رشته آشنا می شوند که البته نیاز است علم روز و دانسته های جدید را هم به ورزش باستانی بیفزاییم. من به عنوان کسی که تصدی گود کودکان و نوجوانان را دارم با توجه به مشخصات بدنی این سن از آن ها تمرین ورزشی می گیرم. باید برای کودک و نوجوان همه چیز از جمله ورزش جنبه بازی داشته باشد تا آرام آرام و البته به صورت ریشه ای مطالب اصلی و شرافت انسانی را در کنار افزایش توانایی بدنی آموزش داد. «محمد یاسین» کوچک ترین ورزشکاری است که به گودی می آید. او تنها ۳ سال دارد و البته در گود بزرگسالان و ورزشکاران بالای ۸۰ سال هم به ورزش می پردازند.

### ● شما به مرشدی هم می پردازید؟

مرشدی کار عشق است و همچنین کار سختی است. گاهی که دلم هوایی می شود و وقتی می خواهم عشق بازی کنم با رخصت از بزرگ ترها به مرشدی هم می پردازم. اگر راستش را بخواهید از مرشدی می ترسم اگر از یک ورزشکار معمولی خطایی سر بزند چندان ملامت نمی شود اما حرکات یک مرشد زیر ذره بین است. مرشد باید در رفتار و اعتقاداتش کاملاً پاکیزه و جدی باشد و الگویی تمام عیار برای همه ورزشکاران زورخانه و حتی در جامعه الگو باشد. مرشد ارشادکننده همه است. در قدیم مرشد همه کاره زورخانه بود. اونقش مربی، استاد اخلاق، مدیر زورخانه و ارشادکننده همه ورزشکاران را داشت. البته در این سال ها مناصب تقسیم شده است و هرکسی عنوانی دارد.

### ● درباره شعرهایی که مرشد می خواند بیشتر بگویید.

با توجه به روحیه وطن پرستی و دلآوری که در این رشته است از قدیم الایام خواندن اشعار حماسی مرسوم بوده است. در گذشته گاهی از اشعار فردوسی و قهرمانی رستم و دیگر نامداران ایرانی نام برده می شد. هر چند شاید الان اولویت دوم مرشدان باشد و بیشتر به اشعار مذهبی البته با زمینه دلآوری و توصیف جوانمردی های اولیای دین پرداخته می شود. پهلوان شخصی من در نظرم آقا ابوالفضل و مولا علی (ع) است و وقتی نام آنان را با ننگ و ضرب می خوانم تمام وجودم شعله می کشد و پر از عشق می شوم. خودم هم شاعرم و ۱۸۰۰ بیت در قالب غزل دارم. همه را هم در همین زورخانه بر اساس عشق و شور نوشتم.

### ● از شعرهایی که سرودید هم یاد کنید.

واقعیت این است که نه کلاسی رفته و نه استادی دیدم. وقتی روحم جلا پیدا می کند و فضا معنوی می شود، دوست دارم عشق بازی ام را در قالب کلمات بیان کنم. همه این شعرها محصول حس من است و البته ادعای شاعری ندارم. از قبل از سال ۷۰ شعر می گفتم اما بعد از اینکه با زورخانه آشنا شدم محتوای شعرهایم مذهبی شد و بیشتر ابیاتم معطوف به

کعبه دل ها - امام زمان (عج) - است. شعر برایم عشق است. دنبال چاپ شعرهایم نیستم. همان لحظه که شعر می گویم خوش هستم و شعر را محصول لحظه و در لحظه می دانم. از غروب جهان، کودکی در میان، آمد و شد عیان حیدری بس قوی، صدفی بس صافی، از دیری چون زریان غریش در اوان، لرزه ای بر بدان، چون خزان بر جهان هیبتش در سخن، قدرتش در اذان، همتش کهکشان خشم او خشم رب، تیغ او چون دولب، دست او دست حق قدرتش ماورا، غیرتش ماسوا، شهرتش تافلک می زند تن به تیغ، این شهنشاہ دین، مرتضای عجین می خورد نان جو، می درد چون درو، می کند سر جدا دشمنان نبی، بر زمین منزوی، لافتی جز علی...

### ● درباره آیین زورخانه رفتن بر ایمان توضیح دهید.

اجازه بدید حالاً که صحبت شعر شد پاسختان را با شعری در همین باره بدهم.

اول به زورخانه چورفتی زمین بیوس  
آری زمین به نام جهان آفرین بیوس  
از پهلوان و مرشد و از پیش کسوتان  
سرنه به آستان و پس آستین بیوس  
خواهی که نور چشم شوی پیش این و آن  
پیشانی و جبین و رخ این و آن بیوس  
دست خدای را به حقیقت به دست گیر  
این شعر را بخوان و زمین را چنین بیوس  
کای لنگر زمین و زمان، جان هر احد  
دست من است و دامن تو یا علی مدد

در زورخانه بودن و همراهی با انسان هایی که دغدغه جوانمردی دارند، بی خاطره نیست. من سالی دو، سه بار به مسابقات کشوری در شهرهای مختلف اعزام می شوم. در گفت و گو با دیگر ورزشکاران که از نقاط مختلف کشور می آیند وقتی متوجه می شوند که مشهدی هستم به من پیش از هر چیزی می گویند سلام ما را به آقا امام رضا (ع) برسان. بعد از این جمله عموماً افرادی قدیمی در هر جای کشور یادی از مرشدی که از جمله زنده نامان این ورزش است، می کنند. مرحوم «حسین سلاخی» در سال ۸۷ فوت شدند. او هر وقت به زورخانه می آمد و در سردم می نشست (جایگاه مرشد) و شعر می خواند آن شب من ورزش نمی کردم. من روبه روی سردم می نشستم و شش دانگ حواسم را می دادم به شعرهای که ایشان با حالت معنوی می خواند. صبحی در جمع دوستان شعری از شعرهای او را خواندم. او معروف به غلامحسین بود و به همین مناسبت حلقه ای هم در گوش داشت. با توجه به اینکه در ایام فاطمیه هستیم چند مصرع از شعرهای او را تقدیم می کنم:  
فاطمه ناموس تک شیر خداست  
فاطمه علامه ساز مکتب است  
فاطمه آموزگار زینب است  
گر علی کون و مکان را لنگر است  
فاطمه لنگر برای حیدر است

### ● حرف آخر؟

از مسئولان شهر آرا ممنونم. شهر آرا در بین روزنامه ها و مجلات مشهور ایران عضو جدید است اما به نظرم کار اساسی را پیش گرفته است. به ویژه شهر آرا محله به دغدغه های اصلی مردم و حرف دل آن ها می پردازد. شهر آرا همه امکاناتش را در خدمت صحبت مردم می گذارد. به نظرم شما در راه ارتقای فرهنگ مردم هستید، پس راه درست را در پیش گرفتید.





گفت‌وگو با ۲ زوج جهادی شهرک مهرگان

## همسرانی که انگیزه‌های مثبت را تبلیغ می‌کنند

هم محلی

زندگی می‌کند. او می‌گوید: «کلاس‌های مختلفی برای کودکان و نوجوانان برگزار می‌کنم که می‌توان به آموزش قرآن، عقاید و معارف اسلامی اشاره کرد.»  
میر صالحی ادامه می‌دهد: «این طور نیست که به کودکان یا نوجوانان مثل استادی اخمودرس بگویم و بروم. سعی می‌کنم نشاط در کلاس‌ها موج بزند. گاهی هم لباس روحانیت را از تن در می‌آورم و با گرم‌ترین ورزشی همراه با بچه‌های کلاس فوتبال بازی می‌کنیم. گاهی هم زو بازی!» از او می‌پرسیم آیا ورزش و بازی را کاری خلاف شأن روحانیت نمی‌داند؟ میر صالحی می‌گوید: «صاحب مکتب اسلام که پیامبر اکرم (ص) هستند با کودکان هم بازی می‌شدند و حتی در احادیث آمده است که به آن‌ها کولی می‌دادند. مطمئن باشید که کسر شأن روحانیت نیست و همراهی با آن‌ها و مقتضیات سن مخاطب شرط موفقیت در تبلیغ است.»  
بخش دیگر این گزارش گفت‌وگو با بانوانی است که همراه با شوهرانشان به تبلیغ مباحث دینی می‌پردازند. منصوره کوشکی، دانشجوی رشته الهیات، چندین سال است که مربی کودکان است. خانه‌ها مکان زندگی و تبلیغ اسلام است. از وقتی به این منطقه آمدم خانه‌مان وقف اسلام و آموزش‌های مختلف به مردم است و از این بابت خوش‌حالم. ای کاش محیط بزرگ‌تری داشتیم تا بهتر می‌توانستیم خدمت‌رسانی کنیم. اواز همراهی همسایه‌ها برنامه‌های آموزشی‌شان می‌گوید: «با توجه به حاشیه‌ای بودن شهر در عمل امکان استفاده از مربیانی که داخل شهر سکنی دارند، وجود ندارد و ما از توانایی همسایه‌هایمان که معمولاً دانش‌آموخته رشته‌های دینی هستند و دغدغه دارند استفاده می‌کنیم. گاهی هم بعضی همسایه‌ها گوشه و کنار انتقاد دارند که سرشان را شلوغ کردید و بچه‌هایتان زیر دست و پا بزرگ می‌شوند؛ اما ما کار خودمان را می‌کنیم.»

کوشکی می‌گوید: «در بخش آقایان و خانم‌ها فقر فرهنگی داریم. در بخش همسراری در بخش آموزش‌های همسراری و کودکان داری بایی اطلاعاتی یا کم اطلاعاتی مواجه هستیم. آن‌ها حتی آموزش دیدن را لازمه زندگی نمی‌دانند چرا که به نظرش ضرورت‌های دیگری وجود دارد.» او در بخش آخر گفت‌وگو می‌گوید: «اگر کسی که برای تبلیغ به حاشیه شهر می‌آید جز خدا و آخرت باشد، مطمئن باشید موفق نخواهد بود.»

سمیه سادات صبوری نیز که همسرش روحانی است از جمله مربیانی است که در حاشیه شهر برنامه‌های آموزشی دارد. او مربی پیش ۲ کودکان است. آموزش قرآن به شیوه اشاره و اشکال هندسی و اعداد و زبان انگلیسی آموزش می‌دهد. او می‌گوید: «پسرم سال قبل شاگرد کلاس خود بود. وقتی او را با پسریکی از نزدیکان که هم‌سن هستند، مقایسه می‌کردم می‌دیدم که هم اخلاقیاتش بهتر شده است و هم رشدش در فراگیری بیشتر است.»

او می‌گوید: همسر روحانی است و بودجه اندکی داشتیم و برای همین برای مسکن مهر ثبت‌نام کردیم و به اینجا آمدم. با اینکه از شهر دوریم اما چون حس می‌کنم مثبت هستیم و آدم‌هایی که انگیزه مثبت بودن و فراگیری آن را بین همه دارند همراه هستیم، خوش‌حالم. ■

حاشیه شهر کانون استعدادهای بی‌انتهایی است که اغلب جدی گرفته نمی‌شود. در این میان بی‌توجهی به نقاط حاشیه‌ای باعث آسیب‌های فراوانی در آینده خواهد بود. برای جلوگیری از این آسیب‌ها توجه به کودکان و نوجوانان ضرورت مضاعفی دارد. چند فعال اجتماعی که خود تحصیل کرده علوم دینی هستند و خود در منطقه مهر مادر زندگی می‌کنند، آستین‌های همت را بالا زده و برنامه‌های آموزشی مختلفی را بنیان گذاشته‌اند. دو روحانی و همسرانشان روزانه به انجام برنامه‌های مختلف با هدف ارتقای فرهنگی کودکان و نوجوانان مناطق کم‌برخوردار مشغول هستند. آنچه می‌خوانید خلاصه گفت‌وگوهای شهر آرا محله با ۴ مربی در منطقه بولوار الغدیر است. علی سعادت، مربی طب اسلامی و سبک زندگی اسلامی، است. او آموزه‌های اسلامی را با زبانی ساده برای کودکان و نوجوانان بیان می‌کند. همچنین جلسه‌های آموزشی برای گروه سنی بزرگسالان برگزار می‌کند. او به علت جلب شدن توجهش به طب اسلامی اشاره می‌کند و می‌گوید: «حدود ۸۸ سال مشکل معده داشتم. پیش‌دکتر متخصص در منطقه‌ای که زندگی می‌کردم رفتم. او گفت «چرا بیمار شدی؟» «گفتم «برای تغذیه نادرست و مواد شیمیایی که در آن هاست.» «دکتر متخصص به من گفت: «چرا اول و آخر غذایت نمک طبیعی خالص نمی‌خوری؟» «گفتم «مگر نمی‌گویند نمک باعث فشار خون می‌شود.» «گفت: «نمکی که یُد نداشته باشد اتفاقاً برای بدن ضروری است.» آن‌دکتر در بیانی که بدون تعریض بود، گفت: «چرا شما که طلبه هستی دستور اسلام که خوردن نمک در پیش و پس از غذاست را اجرا نمی‌کنی؟» از همین جا جرقه اولیه ایجاد شد و به دنبال فراگیری طب سنتی رفتم.» او در باره انتخاب منطقه حاشیه‌ای برای آموزش و تبلیغات مفاهیمی اسلامی توضیح می‌دهد و می‌گوید: «واقعیت این است که از حاشیه شهر غفلت شده است. اغلب خبری از این مناطق ندارند در حالی که این مناطق نقاطی آرام و یا مردمی هم‌دل و مهربان هستند. این برخلاف باور اشتباهی است که تصور می‌شود مناطق کم‌برخوردار مملو از آدم‌های جانی و قاتل است. من هر روز چند نوبت در این حوالی رفت‌وآمد دارم اما تا به حال تعرضی ندیده‌ام. خبرهایی هم که گاه‌به‌گاه شنیده می‌شود بیانگر آماري متفاوت با آنچه بعضاً در نقاط مرکزی شهر روی می‌دهد، نیست.»

او به خاطره‌ای از فعالیت‌هایش در منطقه اشاره می‌کند و می‌گوید: «چند ماه قبل که برای هزینه‌های حسینی منطقه از همسایه‌ها پول و کمک جمع‌آوری می‌شد. من هم گفتم حاضریم کلاس طب اسلامی برای علاقه‌مندان برگزار کنم و هیچ هزینه‌ای نگیرم و هزینه کلاس‌ها عیناً برای حسینی تخصص داده شود. در عمل این اتفاق هم افتاد و هزینه‌ها خرج افطاری همان افرادی شد که به برنامه‌های کلاس طب اسلامی و دیگر برنامه‌های مرتبط می‌آمدند.» مرتضی میر صالحی، طلبه است که خود از زمانی که متأهل شده است در محله مهر مادر



ای کاش محیط  
بزرگ‌تری  
داشتیم تا بهتر  
می‌توانستیم  
خدمت‌رسانی  
کنیم



شهردار منطقه ۳ مشهد از خدمات رسانی و آماده‌باش ۴۰۰ نفر از کارگران خدمات شهری در پی بارش‌های برف اخیر خبر داد. به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی شهرداری مشهد، حجت فرقانی با عنوان این خبر بیان کرد: بهره‌گیری از ۷ دستگاه بیل برف‌روب، ۳ تانکر لجن‌کش، ۱۷ دستگاه موتورمپ

آب سیار، ۳ عدد گریدر از جمله اقدامات حوزه خدمات شهری در پی بارش‌های برف اخیر بوده است. فرقانی اظهار کرد: عملیات نمک‌پاشی در نواحی این منطقه نیز انجام می‌شود و ۴۰۰ نفر از کارگران خدمات شهری به صورت شبانه‌روزی به شهروندان خدمت‌رسانی کردند.

به همت شهرداری منطقه ۳

## گذرگاه‌های عابر پیاده برای معلولان بهسازی می‌شود

در محله

۵۹

فیضی

محیط‌های شهری، فضای زندگی روزمره هر شهروندی است و باید توانایی پذیرش تمام افراد و تأمین خدمات رفاهی مربوط به آن‌ها را داشته باشد. امروزه فراهم نبودن زیرساخت‌های لازم برای افراد معلول و کم‌توان جسمی و حرکتی، دسترسی آنان به امکانات شهری را با مشکل مواجه کرده است.



نایب‌امان بودن فضاهای شهری و انطباق نداشتن آن‌ها با نیازها و خواسته‌های این افراد سبب منزوی شدن آن‌ها می‌شود، از این رو سامان‌دهی و مناسب‌سازی دوباره این فضاها در واقع بازگرداندن این افراد به زندگی اجتماعی و فعالیت دوباره است که شهرداری منطقه ۳ گذرگاه‌های عابر پیاده را در منطقه در راستای حمایت از حقوق معلولان و جانبازان عزیز بهسازی می‌کند.

مشکلات شهروندان معلول در شهر تادلتان بخواهد زیاد است فقط کافی است با یکی از آن‌ها سر حرف راباز کنید تا به اندازه چند کتاب و داستان برای آن مشکلات روزمره خود بیان کنند.

با عباس احمدی جوان ۲۹ ساله محله خیرآباد که حدود ۱۷ سال قبل بر اثر سانحه رانندگی معلول شده است هم کلام می‌شوم. او مناسب‌سازی نشدن فضا در جامعه را از عمده مشکلات معلولان نام برد و بیان کرد: نبود رمپ یا آسانسور در طبقات همکف ساختمان‌های ادارات، مراکز خرید و دیگر مکان‌ها در جامعه، افراد معلول را دچار معضل کرده است و فرد معلول حتی نمی‌تواند به راحتی در ایستگاه اتوبوس با ویلچر سوار اتوبوس شود و بدون کمک گرفتن از دیگر افراد به کارهای روزانه خود بپردازد و همین باعث شده که خیلی از افراد گوشه‌نشین شوند.

وی در ادامه بیان می‌کند: مسئولان باید برای ساخت پیاده‌رو و حداقل‌ها در نظر بگیرند، بسیاری از پیاده‌روها به دلیل قدیمی بودن یا پستی و بلندی‌های زیادی که دارند مناسب تردد با ویلچر نیست و همیشه برای مادر در سازه‌ها بوده است. از مسئولان در خواست می‌کنم خودشان یک روز را با ویلچر بگذرانند تا متوجه سختی‌های آن شوند.

خوشبختانه حجت فرقانی، شهردار منطقه ۳، دغدغه رفع مشکلات معلولان را در منطقه دارد. او با اشاره به این موضوع بیان می‌کند: از جمله ابزارهای سیاست‌گذاری شهری، استفاده از طراحی برای ایمن کردن سفرهای شهری برای شهروندان به‌ویژه

معلولان است. بهبود راه‌های شریانی از طریق مدیریت سرعت، پیش‌بینی تسهیلات عابر پیاده و دوچرخه‌سواری مانند جزیره‌های ترافیکی و خطوط جداگانه دوچرخه، ایمن‌تر کردن نقاط با تردد بالای عابر پیاده و دسترسی ایمن به حمل و نقل عمومی و... از جمله مهم‌ترین ابزارهای این رویکرد است. شهردار منطقه ۳ مشهد، با اشاره به آسیب‌پذیر بودن عابران پیاده به‌ویژه افراد سالمند و کودکان در هنگام عبور از عرض معابر، مسئله ایمنی تردد عابران را مهم توصیف کرد و افزود: جداسازی حرکت عابران پیاده با ترافیک عبوری راه در مقاطع با حجم و سرعت بالا از مسائلی است که افزودن بر تأمین ایمنی عابران، روان‌سازی ترافیک مسیر مورد نظر را نیز در بردارد؛ یکی از روش‌های گذر ایمن عابران از این مقاطع، احداث گذرگاه‌های عابر پیاده است.

وی در ادامه می‌گوید: تردد آسان و ایمن از نیازهای اصلی عابران و شهروندان در تردهای شهری است و یکی از مهم‌ترین وظایف شهرداری گام برداشتن در این مسیر است. در همین راستا با تلاش اداره حمل و نقل و ترافیک منطقه، تعداد ۴۶ گذرگاه عابر پیاده در بولوار مجلسی، رسالت، مسلم و خیابان‌های پرتردد منطقه با اعتباری بالغ بر ۲۰۰ میلیون تومان احداث یا اصلاح شده است.

وی با اعلام اینکه بیش از ۲۸ گذرگاه برای دسترسی عابران به پیاده‌رو نیز در این معابر احداث شده است، بیان می‌کند: در عین حال ۱۰ گذرگاه غیر مجاز و خطر آفرین نیز از معابر جمع‌آوری و مسدود شد. حجت فرقانی اقدامات انجام‌شده را با تأکید بر رویکرد کنونی مدیریت شهری در ایجاد دسترسی‌های مناسب برای قشر معلولان شهر دانست و خاطر نشان کرد: اصلاح گذرگاه‌های عابر پیاده در این معابر با اجرای رمپ، هم‌سطح‌سازی، دال‌گذاری، جدول‌گذاری و تایل فرش انجام شده است و امیدواریم پاسخ مناسبی برای رفع مسائل و مشکلات عابران پیاده برای ایمن‌سازی معابر بوده باشد.

آی‌خبر

شهردار منطقه ۳:

## تکمیل طرح پیاده‌رو سازی بولوار گاز در انتظار ابلاغ طرح بهساز است

یکی از معابر پرتردد و تجاری منطقه ۳، بولوار گاز شرقی در منطقه ماست. در این خیابان نمایندگان خدمات خودرویی استمرار یافته است و یکی از ترافیک‌ترین محدوده‌های این منطقه محسوب می‌شود که در سال‌های گذشته معابر آن پیاده‌رو سازی شده و تنها بخشی از آن باقی مانده که نارضایتی شهروندان را به همراه داشته است.

حجت فرقانی، شهردار منطقه ۳ مشهد، با اعلام اینکه پیاده‌رو سازی در شهر بر مبنای طرح بهساز حوزه معاونت شهرداری انجام می‌شود، گفت: طرح بهسازی که برای شهرداری منطقه ۳ تعریف شده بود تا همان منطقه‌ای است که بهسازی انجام شده، البته مدتی است که درخواست طرح بهسازی مسیر یاد شده را به مدیریت دفتر طرح‌ها و مطالعات فنی و شهری ارائه داده‌ایم و برای سال بعد درخواست تأمین اعتبار و بودجه مورد نظر انجام شده است.

وی تأکید کرد: به دلیل اینکه در این منطقه تعداد زیادی نمایشگاه و تعمیرگاه خودرو وجود دارد اجرای این طرح بعد از ابلاغ طرح بهسازی به‌صرف زمان زیادی نیاز دارد.

فرقانی در پاسخ به این سؤال که چه میزان از خیابان گاز به بهسازی نیاز دارد، بیان کرد: تنها قسمتی از خیابان گاز که تا امروز طرح بهسازی آن انجام نشده در حد فاصل تقاطع مسلم تا تقاطع رسالت است که باید بهسازی شود.

وی در ادامه افزود: در مواردی که معارضی وجود نداشته است پیاده‌رو سازی‌ها را انجام داده‌ایم و تقریباً می‌توان گفت در کل منطقه ۳، ۳۰ هزار متر مربع بهسازی و مرمت پیاده‌روها انجام شده است و در ۷ سال اخیر بیش از ۴ میلیارد تومان برای بهسازی هزینه شده است.

شهردار منطقه ۳ در پایان درباره میزان هزینه مورد نیاز برای بهسازی این محل می‌گوید: در صورتی که اعتبارات لازم به این موضوع اختصاص داده شود می‌توان ادامه بهسازی را که حدود سه و نیم میلیارد تومان هزینه نیاز دارد، انجام داد.



## سفیران سلامت

همایش تقدیر از رابطان و سفیران سلامت مرکز بهداشت شماره ۳ مشهد در فرهنگسرای قرآن و عترت برگزار شد.



آخرین خبر



۱۱

**یادواره سردار کشمیری در قرقی برگزار شد**

مراسم بزرگداشت سردار شهید اسدا... کشمیری با حضور شخصیت‌های برجسته کشوری و هم‌زمان شهید در مسجد جامع قرقی برگزار شد.

به گزارش شهرآرامحله، در این ویژه برنامه بیش از ۱۵۰ نفر از هم‌زمان و سربازان شهید کشمیری از اقصی نقاط کشور همچون شهرهای طبرس، کاشمر، همدان و شهرهای شمالی کشور گرد هم آمدند. همچنین در این بزرگداشت، شخصیت‌های برجسته کشوری همچون سردار شفاهی جانشین سپاه امام رضا (ع)، سردار صلاحی از هم‌زمان سردار شهید حاج قاسم سلیمانی و شهید کاوه و جمعی از کارکنان شهرداری منطقه حضور داشتند که به بیان خاطرات مشترک بین شهید سردار اسدا... کشمیری و شهید سپهبد حاج قاسم سلیمانی پرداختند. این جمع همچنین با خواندن زیارت عاشورا بر سر مزار ایشان و دیگر شهیدان و حضور در منزل کودکی سردار شهید کشمیری یاد و خاطره این شهید را زنده نگه داشتند. شهید اسدا... کشمیری اول فروردین ماه سال ۱۳۴۱ در روستای قرقی به دنیا آمد و ۷ اسفند ماه ۱۳۶۴ در عملیات والفجر ۹ در ارتفاعات عزار قلعه سلیمانیه عراق بر اثر اصابت ترکش خمپاره به شهادت رسید.



۱۲

**انفجار واحد مسکونی بر اثر نشت گاز**

نشت گاز شهری سبب انفجار یک منزل مسکونی در بولوار رسالت شد که خوشبختانه تلفات جانی نداشت.

به گزارش روابط عمومی و امور فرهنگی سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری مشهد، آتشبار رضا حیدری بابیان این مطلب گفت: در پی تماس مردمی با سامانه ۱۲۵ مبنی بر انفجار گاز شهری در یک منزل مسکونی دوطبقه در بولوار رسالت مشهد، ستاد فرماندهی آتش نشانی بلافاصله گروه‌های نجات و اطفای حریق ایستگاه‌های ۳۷، ۳۸ و ۸ را به محل حادثه در بولوار رسالت مشهد اعزام کرد که با حضور آتش نشانان در محل مشخص شد خوشبختانه کسی در این واحد مسکونی نبوده و به هیچ‌یک از شهروندان آسیبی نرسیده است، اما بر اثر شدت انفجار که ناشی از نشت گاز شهری بوده است این واحد مسکونی تخریب و خسارات مالی فراوان بر جای ماند. وی افزود: نیروهای آتش نشانی سکونت در این منزل مسکونی را خطر آفرین اعلام کردند و ضمن ایمن‌سازی محیط حادثه محل را تحویل عوامل انتظامی حاضر در صحنه دادند.



۱۳

**سیل مهربانی در مدارس ناحیه یک**

رئیس اداره ناحیه یک آموزش و پرورش از برگزاری پوشش مهربانی در مدارس این ناحیه برای کمک به هموطنان سیل زده خبر داد.

به گزارش شهرآرامحله، سیدرضا خاتم پور گفت: برای جمع‌آوری و ارسال هدفمند کمک‌های دانش‌آموزان، اولیا و فرهنگیان برای هموطنان سیل‌زده در استان سیستان و بلوچستان این پوشش فرهنگی و اجتماعی در تمامی مدارس ناحیه برگزار می‌شود. وی ادامه داد: در اداره ناحیه یک آموزش و پرورش، ستاد کمک به سیل‌زدگان تشکیل شده است و از ظرفیت شورای هماهنگی تشکل‌های دانش‌آموزی و انجمن اولیا و مربیان استفاده می‌شود. رئیس اداره ناحیه یک آموزش و پرورش افزود: لوازم مورد نیاز سیل‌زدگان از جمله لباس و پوشاک نو، پتو و زیرانداز، مواد خوراکی و غذای بسته‌بندی شده با تاریخ مصرف مدت‌دار، لوازم بهداشتی مختلف و لوازم تحریر و کمک‌های غیر نقدی نیز جمع‌آوری می‌شود. همچنین اهدای وسایل لوازم خانگی و برقی سالم مانند یخچال، اجاق گاز و... بلامانع است.

**حرف مردم**

این ستون به حرف مردم و پیام‌های ساکنان منطقه اختصاص دارد. شهروندان می‌توانند مشکلات محله خود را با شماره تماس ۳۷۲۸۸۸۱۱ و پیامک ۳۰۰۰۷۲۸۹ یا مادر میان بگذارند تا آن‌را به گوش مسئولان برسانیم.

۴۴

**جوی آب لایروبی شد**

میرزایی: با سلام جوی آب واقع در خیابان یوسفزاده ۶ به لایروبی نیاز دارد، از شهرداری درخواست همکاری هرچه بیشتر را دارم.

پاسخ ۱۳۷: لایروبی و شست‌وشوی جوی انجام شد.

۴۴

**جمع‌آوری زباله نامنظم است**

آزادی: خودرو جمع‌آوری زباله هر شب در خیابان شهید هاشمی نژاد ۱۲۰ حضور پیدا می‌کند اما زباله‌های همه منازل را جمع‌آوری نمی‌کند لطفاً به این موضوع رسیدگی کنید.

پاسخ ۱۳۷: اخطار برای پیمانکار مربوط ابلاغ شد.

۴۴

**شرکت فراموش‌کار!**

ضرغامی: شرکت برق یک سال قبل خیابان شیرازی ۱۷ جلو دبستان گلشن را حفاری کرد اما بعد از گذشت یک سال آسفالت مرمت نشد.

پاسخ ۱۳۷: اخطار برای شرکت خدماتی برای مرمت آسفالت صادر شد.



مردمک

گذر از شهر

موقعیت تصویر  
جاده سیمان

۱۴

سعید گلی

