



گزارش دومین دوره رقابت های

نشاط سالمندی



معاونت امور اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران
اداره کل سلامت

الرحمن الرحيم

گزارش دومین دوره رقابت‌های نشاط سالمندی



معاونت امور اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران
اداره کل سلامت

✳️ **ناظر علمی و اجرایی:** زینب نصیری مدیرکل سلامت شهرداری تهران

✳️ **تهیه و تدوین:** عباسعلی عباسی، محیا شعبی، هاله جلالی

✳️ **همکاران اجرایی:** شیما گلباطن مفرد، مهدی امیری، فاطمه مرادی
فرزانه هوشیار پارسیان، داریوش صفری، مریم کبیری، بهمن داودی و سید نوید موسوی

با تشکر از:

شورای اسلامی شهر تهران

✳️ سرکار خانم الهام فخاری، رئیس کمیته اجتماعی شورای اسلامی شهر تهران

✳️ سرکار خانم زهرا نژاد بهرام، نائب رئیس کمیسیون شهرسازی و معماری شورای اسلامی شهر تهران

✳️ جناب آقای حسن خلیل آبادی، عضو شورای اسلامی شهر تهران

✳️ سرکار خانم زهرا صدراعظم نوری، رئیس کمیسیون سلامت، محیط زیست و خدمات شهری

✳️ سرکار خانم ناهید خداکرمی، رئیس کمیته سلامت کمیسیون سلامت، محیط زیست و خدمات

سازمان‌های دولتی و غیردولتی

✱ جمعیت هلال احمر

✱ اداره سالمندی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

✱ سازمان بهزیستی استان تهران

✱ شرکت کاکتوس هفت رنگ زندگی

مدیریت شهری

✱ جناب آقای مهدی شیرزاد، رئیس دبیرخانه ستاد راهبری مرکزی ساماندهی مشارکتهای اجتماعی

در محلات (مدیریت محله)

✱ جناب آقای برزین ضرغامی، مدیر عامل سازمان زیباسازی

✱ جناب آقای امیر محسنی، مدیرعامل و عضو هیأت مدیره سازمان ورزش شهرداری تهران

✱ جناب آقای فرنوش نوبخت، نایب رئیس هیات مدیره و مدیر عامل شرکت بهره برداری متروی تهران و حومه

✱ جناب آقای مجتبی حسینی توسل، مدیر عامل برج میلاد

مناطق ۲۲ گانه

منطقه ۱

- * جناب آقای سید حمید موسوی، شهردار
- * جناب آقای سید عباس سجادی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم دنیا بیات، مدیر سلامت

منطقه ۲

- * جناب آقای حسن صفات، شهردار
- * جناب آقای یوسف مزارعی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم صغری حاجیلو، مدیر سلامت

منطقه ۳

- * جناب آقای احمد توahن، شهردار
- * جناب آقای کاظم کمالی نسب، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * جناب آقای منصور دویده، مدیر سلامت

منطقه ۴

- * جناب آقای محمد محمد دوست، شهردار
- * جناب آقای محمد خادمی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم زهرا علی اکبری، مدیر سلامت

..... منطقه ۵

- ✳ جناب آقای محمود کلهری، شهردار
- ✳ جناب آقای حسین دلبری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ سرکار خانم شهرزاد بدخش، مدیر سلامت

..... منطقه ۶

- ✳ جناب آقای تورج فرهادی، شهردار
- ✳ جناب آقای حبیب اله غفوری، معاون وقت امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ سرکار خانم نجمه اسماعیلی، مدیر سلامت

..... منطقه ۷

- ✳ سرکار خانم سمیه حاجوی، شهردار
- ✳ سرکار خانم فائزه دولتی میاب، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ جناب آقای محمدحیدری، مدیر سلامت

..... منطقه ۸

- ✳ جناب آقای مسعود رنجریان، شهردار
- ✳ جناب آقای جعفر امیر آبادی زاده، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ جناب آقای محمد رضایاوری، مدیر سلامت

منطقه ۹

- * جناب آقای سید مصطفی موسوی، شهردار
- * جناب آقای علیرضا خامسیان، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم عاطفه رزاق نیا کروب، مدیر سلامت

منطقه ۱۰

- * جناب آقای مجید رباطی، شهردار
- * جناب آقای حمیدرضا الهیاری، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم مریم حسنی، مدیر سلامت

منطقه ۱۱

- * جناب آقای نصراله آبادیان، شهردار
- * جناب آقای محمد جواد رشیدی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * جناب آقای بیژن عموئیان، مدیر سلامت

منطقه ۱۲

- * جناب آقای علی محمد سعادت، شهردار
- * جناب آقای سعید شاه میر، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم سمیه منصوریان، مدیر سلامت

منطقه ۱۳

- * جناب آقای مجتبی شکری، شهردار
- * جناب آقای مجتبی توسلی سرپرست، معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
- * جناب آقای مهرداد احمدی شهبازی، مدیر سلامت

منطقه ۱۴

- * جناب آقای کامبیز مصطفی پور، شهردار
- * جناب آقای سعید تیموری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم لیلا اسمی، مدیر سلامت

منطقه ۱۵

- * جناب آقای وحیدرضا انارکی محمدی، شهردار
- * جناب آقای اکبر مختاری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- * سرکار خانم فرزانه رسام، مدیر سلامت

منطقه ۱۶

- * جناب آقای پیمان پورنصر خاکباز، شهردار
- * جناب آقای محمد مهدی پور آقایی، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
- * جناب آقای ابوذری اله کرمی، مدیر سلامت

منطقه ۱۷.....

- ✳ جناب آقای داود لطفی، شهردار
- ✳ جناب آقای شهریار رشید علیپور، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ جناب آقای صادق بیگدلی، مدیر سلامت

منطقه ۱۸.....

- ✳ جناب آقای سید محمد فیاض، شهردار
- ✳ سرکار خانم فریبا فتحی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ جناب آقای حسن رفیعی، مدیر سلامت

منطقه ۱۹.....

- ✳ جناب آقای علی توکلی یرکی، شهردار
- ✳ جناب آقای مهدی بصیری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✳ سرکار خانم فاطمه داداش زاده، مدیر سلامت

منطقه ۲۰.....

- ✱ جناب آقای فرهاد افشار، شهردار
- ✱ جناب آقای شاهین معبودی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✱ جناب آقای افصحی، مدیر سلامت

منطقه ۲۱.....

- ✱ جناب آقای رضا رجب زاده، شهردار
- ✱ جناب آقای مصطفی بیگی، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
- ✱ سرکار خانم خجسته، مدیر سلامت

منطقه ۲۲.....

- ✱ جناب آقای مرتضی رحمان زاده، شهردار
- ✱ جناب آقای غلامحسین ادب، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
- ✱ جناب آقای عظیمی، مدیر سلامت

فهرست عناوین

اهداف.....	۱۴
معرفی طرح.....	۱۶
معرفی بازی ها.....	۱۷
۱. دایره و سنگ.....	۱۷
۲. کوزه به سر.....	۱۹
۳. خانه رویایی.....	۲۰
۴. توپ رسانی.....	۲۲
۵. سطل و آب.....	۲۴
فلوچارت مراحل اجرایی.....	۲۷
فرآیند اجرای دور دوم رقابت های نشاط سالمندی.....	۲۸
۱. اطلاع رسانی.....	۲۸
۲. ثبت نام و تشکیل تیم ها.....	۲۹
۳. برگزاری جلسات توجیهی.....	۳۰
۴. آموزش تیم ها در سطح محله.....	۳۰
۵. رقابت تیم ها در سطح منطقه (مقدماتی).....	۳۲
۶. برگزاری رقابت های فرمانطقه ای (نیمه نهایی).....	۳۶
۷. برگزاری رقابت های نهایی (اختتامیه).....	۴۲
۸. لینک اخبار.....	۴۶
۹. چشم انداز آتی.....	۴۷

مقدمه

سالمندی مرحله‌ای طبیعی در فرایند رشد و تکامل انسان است که برای هر موجودی به طور مشترک رخ خواهد داد. در فرهنگ‌های ریشه دار و کهن همچون کشور ما سالمندی مترادف با سن کمال و خردمندی است.

با این حال تغییرات فیزیولوژیک برای کاهش توان جسمی و تغییرات اساسی در خلق آنان، می‌تواند سرآغاز نوعی کناره‌گیری از جامعه و به تبع آن احساس انزوا و حتی افسردگی باشد. ارتباط مستمر با سالمندان به عنوان شهروندان با دانش و تجربه و بهره‌گیری از مشارکت اجتماعی آنان سبب ارتقاء بهداشت روانی آنان شده و لازم است متولیان امور شهری برنامه‌هایی را برای ارتقاء کیفیت این دوره از زندگی شهروندان مد نظر داشته باشند تا ضمن بهره‌مندی از تجارب ارزشمند سالمندان، این گروه با کمترین میزان رنج و ناراحتی بتوانند این دوران را با نشاط و سرزندگی سپری کنند.

به همین منظور پس از مطالعه‌ی وضعیت موجود بر آن شدیم تا با تکیه بر فرهنگ بومی و انواع فعالیت‌های نشاط‌بخش به حفظ شادابی سالمندان و تقویت بنیه‌ی روحی این گروه پرداخته شود. بسیاری از سالمندان می‌خواهند که شان اجتماعی و توانایی‌های فردی و ارتباطات عاطفی خود را با خانواده و جمع آشنایان حفظ کنند. لذا بازی‌های نشاط سالمندی با در بر گرفتن طیف متنوعی از حرکات آسان و آشنا برای مخاطبان خود در دسته بندی‌های گوناگون این فرصت را فراهم می‌آورد تا سالمندان از حواس بینایی، شنوایی، لامسه، تعادل و همچنین حافظه بصری و شنیداری خود به نحو رضایت بخشی استفاده کنند.

اهداف

- کاهش انزوای اجتماعی در سالمندان
- تقویت روحیه نشاط و شادابی در سالمندان
- حمایت اجتماعی از گروه سالمندان
- تقویت روحیه جمعی و ارتقاء سطح سلامت روانی، اجتماعی و جسمی سالمندان
- افزایش روحیه مشارکت پذیری و حس تعلق به محله
- تقویت روحیه تعاون و همکاری و ایجاد همبستگی اجتماعی در بین سالمندان و کودکان
- ارتباط بین نسلی با حضور نوه در بازی‌ها

گروه هدف:

- اعضای کانون سالمندان
- سالمندان بالای ۶۰ سال در سطح محلات
- کودکان (نوه‌های سالمندان مشارکت کننده در بازی‌ها)



زمان اجرا:

تابستان ۱۳۹۸

مکان اجرا:

محلات ۳۵۲ گانه شهر تهران

شعار:

ساده_شادیم

تعداد افراد شرکت کننده:

در مجموع ۵۷۱۸ نفر در قالب ۹۵۳ تیم در دومین دوره رقابت‌های نشاط سالمندی شرکت کردند. همچنین با توجه به اجرای این رقابت‌ها بصورت محلی و منطقه‌ای بیش از ۲۰ هزار نفر از شهروندان شاهد برگزاری رقابت‌های مذکور در سطح بوستان‌های شهر تهران بودند.

معرفی طرح

اداره کل سلامت شهرداری تهران در راستای تقویت روحیه نشاط و شادابی و کاهش انزوای اجتماعی سالمندان، رقابت‌های نشاط سالمندی را با شعار # ساده_شادیم و اجرای بازی‌های دایره و سنگ، کوزه به سر، خانه رویایی، توپ‌رسانی و سطل و آب به صورت گروهی در مرداد و شهریور ماه ۱۳۹۸ برگزار نمود.

دور دوم رقابت‌های نشاط سالمندی با تشکیل بیش از ۱۰۰۰ تیم محله‌ای (تیم‌های ۶ نفره شامل ۵ سالمند و ۱ نوه) و آموزش آنان آغاز شد. تمام تیم‌های محلات در هر منطقه با هم به رقابت پرداختند و ۲۰۳ تیم برتر از نظر کسب امتیاز به دور نیمه نهایی که در ۵ پهنه شمال: به میزبانی منطقه ۳، شرق به میزبانی منطقه ۸، غرب به میزبانی منطقه ۲۲، مرکز به میزبانی منطقه ۶، جنوب به میزبانی منطقه ۲۰، برگزار شد راه یافتند.

در نهایت ۲۲ تیم منتخب با بالاترین امتیاز به مرحله فینال رسیدند و اختتامیه این بازی‌های مهیج و بسیار جالب در روز جمعه مورخ ۹۸/۶/۸ در بوستان سمیه منطقه ۱۴ برگزار و در نهایت به ۵ تیم برتر جوایز ارزنده‌ای اهدا شد.

معرفی بازی ها

۱. دایره و سنگ

- قانون بخش «دایره و سنگ» می گوید بازیکن باید از فاصله مشخصی با هفت عدد سنگ ویژه، مرکز صفحه ای که روی زمین نصب شده است را هدف بگیرد.
- هر محدوده از صفحه امتیازی دارد و امتیازها هرچه به مرکز صفحه نزدیک تر شوند بیشترند.
- بازیکن پس از پرتاب تمام هفت تکه سنگ اجازه دارد با توجه به جمع امتیاز به دست آمده از این بخش، درخواست تجدید پرتاب بدهد. یعنی با صفر کردن امتیاز کسب شده، دوباره هفت قطعه سنگ را بردارد و پرتابها را انجام دهد. تکرار این درخواست «تجدید پرتاب»، تا قبل از پایان یافتن زمان ۱۰ دقیقه ای مقدور است.
- یک بازیکن برای پرتاب سنگ کافیسست اما در صورت صلاحدید، تیم می تواند به این بازیکن در پرتاب کمک کند.



اداره کل سلامت
معاونت امور اجتماعی و
فرهنگی شهرداری تهران





گزارش دومین
دوره رقابت‌های
نشاط سالمندی

۲. کوزه به سر

- قانون بخش «کوزه به سر» می گوید بازیکن باید تعدادی توپ را از سبد مبدا بردارد و درون ظرف مخصوص بازی قرار دهد و ظرف را روی سرش بگذارد. سپس بدون دخالت دست، مسیر کوتاه مشخصی تا سبد مقصد را طی کند و سپس توپ ها را به سبد مقصد بریزد.
- تکرار این کار تا اتمام مهلت رقابت مجاز است.
- یک بازیکن برای بخش «کوزه به سر» کفایت اما در صورت صلاح دید، اعضای تیم می توانند به جای این بازیکن در حمل توپ با همین شیوه عمل کنند.



۳. خانه رویایی

- قانون بخش «خانه رویایی» می‌گوید بازیکن باید هر تعداد ممکن از چینه‌ها رو طوری روی مساحت مشخص شده قرار دهد که یک ساختمان چینه‌ای بلند و زیبا بسازد.
- تعداد چینه‌های مورد استفاده نامحدود است اما چینه‌ها حتما باید روی سطح مشخصی که تعیین شده است قرار بگیرند.
- چون در پایان مهلت بازی، بلندتر بودن ساختمان چینه‌ای مقدار امتیاز بازیکن را مشخص خواهد کرد، لذا استحکام چینه‌ها در لحظات پایانی مهلت رقابت مهم است.
- یک بازیکن برای بخش «خانه رویایی» کفایست اما در صورت صلاحدید، اعضای تیم می‌توانند به این بازیکن در چینش کمک کنند.

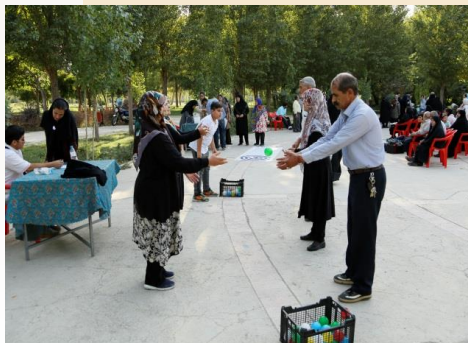


اداره کسب و کار
معاونت امور اجتماعی و
فرهنگی شهرداری تهران



۴. توپ رسانی

- قانون بخش «توپ رسانی» می‌گوید بازیکنان هر تیم به صورت زیگزاگ و با فاصله از هم قرار می‌گیرند.
- نفر اول توپی را برداشته و به نفر دوم پاس می‌دهد و بلافاصله توپ دوم را نیز برداشته و پاس می‌دهد.
- در این فاصله هرکس که توپ را دریافت می‌کند بلافاصله آن را به نفر بعدی پاس می‌دهد و در نهایت نفر آخر توپ‌ها را به داخل سبد می‌اندازد.
- تیم در فاصله زمانی مشخص، به تعداد توپ‌های پرتاب شده در سبد امتیاز کسب می‌کند.



۵. سطل و آب

- در این بازی، افراد تیم، هریک با در دست داشتن یک سطل و با فاصله مشخص پشت سر هم در یک صف قرار می‌گیرند.
- در سطل نفر اول مقدار مشخصی آب ریخته می‌شود.
- وی باید بدون نگاه کردن به سطل نفر پشت سری، از بالای سر خود سطل را به پشت سر برده و آب موجود در آن را در سطل نفر دوم خالی کند.
- همینطور نفر دوم سطل خود را بدون برگشتن به عقب در سطل نفر بعدی خالی کند.
- این کار تا نفر آخر تیم ادامه پیدا می‌کند و در نهایت امتیاز تیم در این بازی بر اساس میزان آب باقی مانده در سطل مشخص می‌شود.



اداره کل سلامت
معاونت امور اجتماعی و
فرهنگی شهرداری تهران



مرحله	تاریخ	محل برگزاری	تعداد تیم ورود یافته	تعداد تیم برتر
اطلاع رسانی	۱۵-۱ مرداد	مناطق ۲۲ گانه	-	-
ثبت نام و تشکیل تیمها	۲۲-۱۵ مرداد	سراها و بوستان های سطح محلات	۹۵۳	-
برگزاری جلسات توجیهی	۲۲-۱۵ مرداد	محلات ۳۵۲ گانه شهر تهران	-	-
آموزش تیمها در سطح محله	۲۲-۱۵ مرداد	محلات ۳۵۲ گانه شهر تهران	۹۵۳	-
رقابت تیمها در سطح منطقه (مقدماتی)	۲۲ مرداد - ۳ شهریور	بوستان های منتخب مناطق	۸۵۴	۲۰۳
برگزاری رقابت های فرمانطقه ای (نیمه نهایی)	۶-۴ شهریور	پهنه های شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز	۲۰۳	۲۲
برگزاری رقابت های نهایی (اختتامیه)	۸ شهریور	بوستان سمیه	۲۲	۵

فلوچارت مراحل اجرایی



فرآیند اجرای دور دوم رقابت‌های نشاط سالمندی

دور دوم رقابت‌های نشاط سالمندی به صورت محله‌ای و در سطح بوستان‌ها طبق فرآیند زیر اجرا گردید.

۱. اطلاع‌رسانی

به منظور اطلاع‌رسانی، معرفی بازیها و جذب علاقه‌مندان محلی، خانه‌های سلامت با محوریت کانون سالمندان محله نسبت به انجام فراخوان عمومی (بنر و استند اطلاع‌رسانی با درج روز و تاریخ جلسه توجیهی) در سطح محله اقدام نمودند. فراخوان عمومی و اطلاع‌رسانی در تمامی مراکز و ساختمانهای سطح محله، مساجد، مدارس، مراکز تفریحی، بوستان‌ها و همچنین فضاهای خبری در اختیار خود (شامل بلبورد، بنر، استند، فضای مجازی شامل سایت‌ها، کانال‌های تلگرام و صفحات اینستاگرام، پورتال و ساب‌پورتال‌های منطقه و...) انجام شد.

۲. ثبت نام و تشکیل تیم‌ها

مسئولان خانه‌های سلامت نسبت به ثبت نام داوطلبان شرکت در این رقابت‌ها در قالب تیم‌های ۶ نفره (۵ سالمند و ۱ نوه با هدف افزایش هیجان بازی‌ها و ایجاد شور و انگیزه به دلیل همبازی شدن سالمندان و کودکان) اقدام نمودند. در هر محله بین ۳ تا ۵ تیم جهت حضور در رقابت‌ها معرفی شدند.

شرایط ثبت نام متقاضیان عبارت بود از:

- دارا بودن حداقل سن ۶۰ سال و بالاتر برای سالمندان (تاریخ تولد قبل از ۱۳۳۸/۱/۱)
- دارا بودن حداقل سن ۷ و حداکثر ۱۰ سال برای کودکان - نوه‌ها (تاریخ تولد از ۱۳۸۸/۱/۱ الی ۱۳۹۱/۱/۱)
- سکونت و یا اشتغال در محله



۳. برگزاری جلسات توجیهی

پس از تشکیل تیم‌ها، جلسات توجیهی توسط گروه مجری با همکاری مسئولان خانه‌های سلامت و با نظارت مدیران منطقه به منظور آشنایی عوامل اجرایی و سالمندان با بازی‌ها و چگونگی اجرای مسابقات در سطح محلات برگزار شد. همچنین مناطق وسایل و ادوات مورد نیاز بازی‌ها را به‌منظور استفاده و کسب مهارت سالمندان تا زمان برگزاری مسابقات محلی تهیه و در سرای محلات در دسترس سالمندان قرار دادند.

۴. آموزش تیم‌ها در سطح محله

در این مرحله تمامی ۵ تیم معرفی شده در سطح محله، صرفاً به خاطر کسب مهارت بیشتر در بازیها و نه اجرای مسابقه از سوی گروه مجری آموزش دیده و در خصوص نحوه انجام بازی‌ها توانمند شدند. در مجموع بیش از ۱۰۰۰ تیم در سطح محلات تشکیل شده و آموزش دیدند.



۵. رقابت تیم‌ها در سطح منطقه (مقدماتی)

در این مرحله تیم‌های محلی در بوستان‌های منتخب سطح منطقه با هم به رقابت پرداخته و پس از انجام بازی‌ها، امتیازات کسب شده از مجموع بازی‌ها به عنوان امتیاز نهایی تیم اعلام گردید و ۳۰ درصد از تیم‌های هر منطقه براساس بیشترین امتیاز کسب شده به مرحله نیمه‌نهایی راه یافتند.





گزارش دومین
دوره رقابت‌های
نشاط سالمندی



۶. برگزاری رقابت‌های فرامنطقه‌ای (نیمه نهایی)

در این مرحله تمامی تیم‌های‌هایی که توانستند در مرحله منطقه‌ای رقابت‌ها بیشترین امتیاز را کسب نمایند (۳۰ درصد) در سطح مناطق ۲۲ گانه با هم به رقابت پرداختند. مسابقات نیمه نهایی به صورت پهنه‌ای در بوستان‌های منتخب مناطق (بوستان ملت منطقه ۳- پهنه شمال، بوستان ماهور منطقه ۲۰- پهنه جنوب، بوستان تمدن منطقه ۸- پهنه شرق، بوستان لاله منطقه ۶- پهنه مرکز و دریاچه خلیج فارس منطقه ۲۲- پهنه غرب) برگزار گردید و در مجموع ۲۰۳ تیم محله‌ای در این رقابت‌ها شرکت نمودند و در نهایت ۲۲ تیم که بالاترین امتیازها را کسب نمودند به مرحله فینال و اختتامیه بازی‌ها راه پیدا کردند.



جدول برگزاری رقابت‌های مقدماتی

منطقه	محل برگزاری	آدرس	روز	تاریخ	ساعت	تعداد تیم	مجموع تیم‌ها
۱	بوستان گلریزان	ولنجک، بلوار خیابان گل‌ریزان، روبروی مجتمع تجاری	شنبه	۹۸/۶/۲	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۳۰	۵۶
			شنبه	۹۸/۶/۲	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۲۶	
۲	بوستان فدک	میدان صنعت، خیابان ایران‌زمین، نرسیده به فروشگاه شهروند	شنبه	۹۸/۶/۲	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۲۰	۴۳
			شنبه	۹۸/۶/۲	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۲۳	
۳	بوستان ملت	خیابان ولیعصر، بالاتر از نیایش	یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۲۰	۳۵
			دوشنبه	۹۸/۵/۲۸	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۱۵	
۵	بوستان جانبازان و معلولان	بلوار فردوس غرب، سازمان برنامه جنوبی، نبش ۲۰ مرکزی	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۳۰	۸۷
			یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۳۰	
			دوشنبه	۹۸/۵/۲۸	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۲۷	
۶	بوستان لاله	خیابان کارگر شمالی، تقاطع بلوار کشاورز	دوشنبه	۹۸/۵/۲۸	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۲۷	۲۷
۷	بوستان قصر	شریعتی، خیابان معلم، خیابان مروشدشت	شنبه	۹۸/۶/۲	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۲۰	۳۷
			شنبه	۹۸/۶/۲	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۱۷	

منطقه	محل برگزاری	آدرس	روز	تاریخ	ساعت	تعداد تیم	مجموع تیم‌ها
۸	بوستان فدک	خیابان جانبازان غربی، میدان هلال احمر، خیابان گلستان	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۳۱	۳۱
۹	بوستان المهدی	ابتدای خیابان آزادی، ضلع شمالی	چهارشنبه	۹۸/۵/۲۳	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۲۱	۲۱
۱۰	بوستان غنی پور	خیابان قزوین - بعد از دوراهی قپان - جنب پمپ گاز خیابان بنکدار - بوستان غنی پور	پنج شنبه	۹۸/۵/۲۴	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۱۵	۱۵
۱۱	بوستان رازی	خیابان کارگر جنوبی، میدان قزوین، خیابان قزوین	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۳۰	۴۴
			یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۱۴	
۱۲	پارک شهر	خیابان فیاض‌بخش، روبروی پایانه اتوبوسرانی فیاض‌بخش	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۱۹	۳۹
			دوشنبه	۹۸/۵/۲۸	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۲۰	



منطقه	محل برگزاری	آدرس	روز	تاریخ	ساعت	تعداد تیم	مجموع تیم‌ها
۱۳	بوستان پیروزی	سی متری نیروی هوایی، مسیل منوچهری، جنب مترو کلاهدوز	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۲۰	۳۶
			یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۱۶	
۱۴	بوستان سهند	نبرد شمالی- خیابان پاسدار گمنام- بعد از شهرداری ناحیه ۲	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۳۰	۹۰
			یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۳۰	
			دوشنبه	۹۸/۵/۲۸	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۳۰	
۱۵	بوستان شاهد	بلوار ابوذر، بین پل پنجم و ششم، ضلع شمالی خیابان فاضل بجستانی، جنب شهرداری ناحیه ۲	شنبه	۹۸/۵/۲۶	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۳۰	۵۷
			یکشنبه	۹۸/۵/۲۷	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۲۷	
۱۶	بوستان بهمن	میدان بهمن، خیابان دشت آزادگان جنوبی	سه‌شنبه	۹۸/۵/۲۲	۸:۳۰ - ۱۲:۳۰	۲۷	۲۷
۱۷	بوستان بهاران	خیابان ابوذر، انتهای خیابان سجاد جنوبی، میدان بهاران	سه‌شنبه	۹۸/۵/۲۲	۱۶:۳۰ - ۲۱:۳۰	۳۰	۳۰

منطقه	محل برگزاری	آدرس	روز	تاریخ	ساعت	تعداد تیم	مجموع تیم‌ها
۱۸	بوستان قائم	بزرگراه آیت‌الله سعیدی، بعد از چهارراه یافت‌آباد، میدان معلم، حیدری شمالی	سه‌شنبه	۹۸/۵/۲۲	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۳۰	۴۸
			چهارشنبه	۹۸/۵/۲۳	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۱۸	
۱۹	بوستان ولایت	انتهای بزرگراه نواب جنوب، بعد از پل ۹دی، تقاطع اتوبان تندگویان	سه‌شنبه	۹۸/۵/۲۲	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۲۷	۲۷
۲۰	بوستان ماهور	دولت‌آباد، جنب شهرداری ناحیه ۴	چهارشنبه	۹۸/۵/۲۳	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۳۱	۶۱
			پنج‌شنبه	۹۸/۵/۲۴	۱۲:۳۰ - ۸:۳۰	۳۰	
۲۱	بوستان نیلوفر	تهرانسر، بلوار شاهد غربی، خیابان دستغیب شمالی، جنب آتش نشانی	چهارشنبه	۹۸/۵/۲۳	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۲۰	۳۶
			پنج‌شنبه	۹۸/۵/۲۴	۲۱:۳۰ - ۱۶:۳۰	۱۶	
۲۲	ضلع غربی دریاچه خلیج فارس	انتهای بزرگراه همت غرب، دریاچه شهدای خلیج فارس	پنج‌شنبه	۹۸/۵/۲۴	۱۲:۳۰ - ۸:۳۰	۲۶	۲۶



۷. برگزاری رقابت‌های نهایی (اختتامیه)

اختتامیه مسابقات با برگزاری رقابت میان ۲۲ تیم برتر که در مسابقات فرامنطقه‌ای بیشترین امتیاز را کسب نموده بودند در تاریخ ۸ شهریورماه در بوستان سمیه واقع در منطقه ۱۴ برگزار شد. که در نهایت از ۵ تیم برتر و مسئولین خانه‌های سلامت که در طول اجرای رقابت‌ها تیم‌ها را همراهی کردند تقدیر به عمل آمد و ضمن اهدای لوح تقدیر و تندیس، جوایزی به شرح زیر به هریک تقدیم گردید.

● **تیم اول:** یک کارت هدیه به مبلغ ۶۰۰ هزار تومان به هر عضو تیم از طرف اداره کل سلامت شهرداری و یک فشارسنج دیجیتال گویا از طرف اداره سلامت سالمندان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برای هر یک از اعضای تیم و یک عدد کوله پشتی کوهنوردی با تجهیزات و ملزومات به ارزش ریالی بیش از ۵ میلیون تومان به مسئول سلامت محله

● **تیم دوم:** یک کارت هدیه به مبلغ ۵۰۰ هزار تومان به هر عضو تیم از طرف اداره کل سلامت شهرداری و یک عدد ساک ورزشی محتوی گرم‌کن ورزشی، کفش، جوراب و قمقمه از طرف سازمان ورزش شهرداری برای هریک از اعضای تیم و یک عدد کوله پشتی کوهنوردی با تجهیزات و ملزومات به ارزش ریالی بیش از ۵ میلیون تومان به مسئول سلامت محله

● **تیم سوم:** یک کارت هدیه به مبلغ ۴۰۰ هزار تومان به هر عضو تیم از طرف اداره کل سلامت شهرداری و یک عدد فشارسنج مچی دیجیتال از طرف معاونت مشاوره و روانشناسی سازمان بهزیستی کل کشور برای هریک از اعضای تیم و یک عدد کوله پشتی کوهنوردی با تجهیزات و ملزومات به ارزش ریالی بیش از ۵ میلیون تومان به مسئول سلامت محله

● **تیم چهارم:** یک کارت هدیه به مبلغ ۳۰۰ هزار تومان به هر عضو تیم از طرف اداره کل سلامت شهرداری و امکان بازدید رایگان از دلفیناریوم برج میلاد به همراه خانواده از طرف مدیریت برج میلاد برای هریک از اعضای تیم و یک عدد کوله پشتی کوهنوردی با تجهیزات و ملزومات به ارزش ریالی بیش از ۵ میلیون تومان به مسئول سلامت محله

● **تیم پنجم:** یک کارت هدیه به مبلغ ۳۰۰ هزار تومان به هر عضو تیم

همچنین با همکاری مشترک اداره کل سلامت و شهرداری منطقه ۱۲، امکان بازدید رایگان از بافت تاریخی و گردشگری منطقه ۱۲ تهران (تور تهران‌گردی) به همراه خانواده برای هریک از اعضا فراهم گردید و یک عدد کوله پشتی کوهنوردی با تجهیزات و ملزومات به ارزش ریالی بیش از ۵ میلیون تومان به مسئول سلامت محله اهدا گردید.







۸. لینک اخبار

گزارش خبری رقابت‌های نشاط سالمندی در لینک‌های ذیل قابل رویت است

- 1- <https://www.imna.ir/news/358203>
- 2- <http://www.titretehran.com/fa/news/21995>
- 3- <https://www.mehrnews.com/news/4689327>
- 4- <https://www.asriran.com/fa/news/683567>
- 5- <https://www.isna.ir/news/9805180918>
- 6- <https://www.hamshahrionline.ir/news/>
- 7- <https://www.sades.ir/167288/>
- 8- <http://www.tehranpicture.ir/fa/album/5192>
- 9- <http://www.tehranpicture.ir/fa/album/5208>
- 10- <https://article.tebyan.net/437030>

۹. چشم انداز آتی

تداوم برگزاری رقابت‌های نشاط سالمندی با محوریت ارتقاء کارکردهای شناختی، تمرکز، حافظه و با تاکید بر تقویت مهارت‌های ارتباطی سالمندان و ارتباطات بین نسلی در دستور کار فعالیت‌های اداره کل سلامت قرار دارد.

همچنین به منظور بهبود کیفیت طراحی رقابت‌های مذکور و توسعه سالمندی خوب در سطح شهر تهران، جلب مشارکت متخصصین حوزه سالمندی، سازمان‌های مردم نهاد و کانون‌های سالمندی از اصول اصلی اصلاح و استمرار برنامه فوق قلمداد می‌گردد. امید است بتوان پس از رفع محدودیت‌های ناشی از شیوع کرونا در سطح شهر تهران و بازگشت سالمندان به فضاهای عمومی اجرای سومین دوره رقابت‌های نشاط سالمندی را اجرا کرد.





دور دوم رقابت‌های نشاط سالمندی

لیگ شهری بازی‌های گروهی با هدف مشارکت و نشاط سالمندی

مکان:

زمان:

گزارش دومین
دوره رقابت‌های
نشاط سالمندی