

دربی های استقلال، پرسپولیس از ابتدا تا کنون

محمد رضا پولادی



دیدار چهل و نهم لیگ آزادگان دور رفت جمعه ۲۹ دیماه ۱۳۷۹

استقلال ۲ پرسپولیس ۲

گلهای: محمد نوازی (۷۰) و مهدی هاشمی نسب (۸۵) برای استقلال و بهروز رهبری فر (پنالتی ۵۸) و علی کریمی (۸۸) برای پرسپولیس

داور: کیم یونگ جو با کمکهای کیم وای یونگ و لیم جونگ هم (هرسه از کره جنوبی) اختصار: رهبری فر - رفت - هلالی و پیروانی (پرسپولیس) و دین محمدی و سامره - هاشمی نسب (استقلال)

اخراج: پرویز برومند (استقلال) استقلال؛ پرویز برومند - محمود فکری - جواد زرنیجه (کاپیتان) - ستار همدانی - محمد نوازی - یدالله اکبری - علیرضا نیکبخت واحدی - سیروس دین محمدی - فرزاد مجیدی - علی سامره (مسعود قاسمی) و مهدی هاشمی نسب (احمد مومن زاده)

سرمری: منصور پورحیدری پرسپولیس؛ احمد رضا عابدزاده - افشین پیروانی (کاپیتان) - بهروز رهبری فر - علی انصاریان - رضا شاهرودی - اسماعیل هلالی - مهدی تارنار (حسن خامنجمدی) حمید استیلی - حامد کاویانپور - پایان رفت - علی کریمی

سرمری: علی پروین شرح بازی: دیدار چهل و نهم یکی از بیادماندنی ترین دربی های انجام شده تا به امروز می باشد مهدی هاشمی نسب

مرد محبوب دربی ها بعد از زدن ۴ گل از پرسپولیس به استقلال آمده بود و این اتفاق به هیچ وجه به مذاق طرفداران قرمزها خوش نیامده بود و در طول فصل حساسی از بحالت بازیکن محبوب سابق در آمده بودند.

منصور پورحیدری مرد سرد و گرم چشیده آبی ها در یک حرکت غافلگیر کننده هاشمی نسب را از خط دفاع به خط حمله آورد

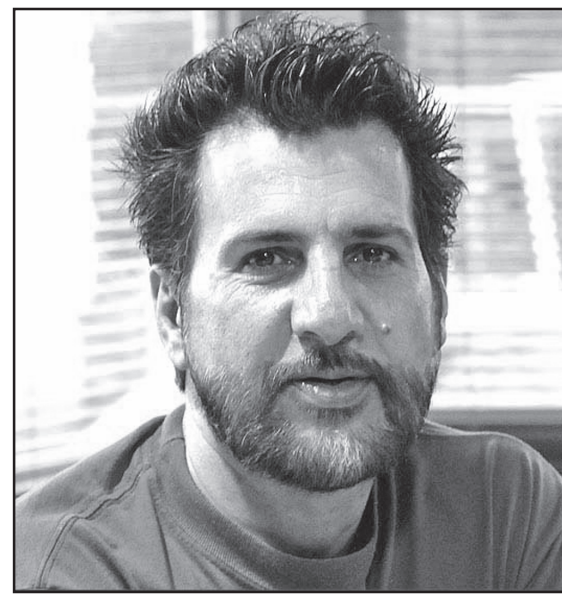
ویزر گترین شوک را به پروین ویرانش وارد کرد استقلال که در طول فصل ۷۹ از سیستم ۳-۶-۶ استفاده می کرد در این دیدار به سیستم همیشگی خود ۲-۵-۳ رو آورده تا بتواند به روند ناکامی استقلال که از سال ۷۴ تا به این دیدار موفق به شکست پرسپولیس نشده بود پایان دهد.

بازی از چند حرکت تکنیک کریمی به نفع قرمزها آغاز شد ولی خط هافبک استقلال که از عناصر تکنیکی تری سود می برد خیلی زود بر حریف چیره شد ارسال همدانی بر روی دیر دوم نصب هاشمی نسب شد ولی شوت نه چندان محکم او را عابدزاده مهار کرد ولی چند دقیقه بعد ارسال موج نوازی باعث شد توپ در دوقدمی دروازه خالی از سنگریان به هاشمی نسب برسد او که در



فوتبال ایرانی: حاشیه ایرانی

محمد رضا پولادی



فصل نقل و انتقالات - قسمت اول

همه سال در پایان فصل و شروع مجدد لیگ یا در نیمه فصل ایامی راه نام فصل نقل و انتقالات نام نهاده اند. در این مقوله نگاهی خواهیم داشت بر نقل و انتقالات مهم در فوتبال ایران و تاثیر آن بر طرفداران و احساسات آنها:

در گذشته های دور تورش های ایجاد شده در فصل نقل و انتقالات به دلیل اینکه کمتر اتفاقی می افتاد که بازیکن بزرگی از تیمی به تیم دیگر برود بسیار کم بوده مگر این که تیمی از اساس منحل اعلام شده باشد بمانند انحلال تیم های سرباز در دهه ۳۰ که بازیکنانش به همراه طرفداران فراوانش همگی به تیم تاج پیوستند یا انحلال شاهین که با همه بزرگانش به همراه طرفداران بسیار زیادش به تیم پرسپولیس پیوستند و همچنین دارایی و عقاب تهران

در اواسط دهه ۵۰ مدیران سابق باشگاه شاهین مجوز فعالیت مجدد را به دست آورده و با نام شهباز دوباره فعالیت خود را آغاز کردند شهباز توانست با پول فراوان بازیکنان بزرگ دو تیم تاج و پرسپولیس را جذب خود کند. ناصر حجازی غلامحسین مظلومی؛ رضا عادلخانی را از تاج و مهرداد شاهرخی؛ حسینعلی کلاتی؛ ناظم گنجابور از پرسپولیس به همراه آن راجرز مری موفق آن زمان پرسپولیس را به استخدام خود در آوردن این حرکت شهبازی ها باعث شد تا حساسیت مابین این تیم به تیم های تاج و پرسپولیس ایجاد شود.

انتقال پرویز قلیچ خانی از دارایی به پرسپولیس در سال ۱۳۵۶ از دیگر انتقالات پر سرو صدا بود و همچنین بازگشت ایرج دانایی فر از پاس به تاج با این که با پرسپولیس نیز قرارداد داخلی را به امضا رسانده بود.

بعد از انقلاب فوتبال نیز دچار دگرگونی هایی شد و تا سالها دیگر خبری از ستاره های بزرگ و پول های آن چنانی خبری نبود. در سال ۱۳۶۳ بازی های باشگاه های تهران نیمه تمام ماند و در همین ایام تیم ملی در جام ملتها ۱۹۸۴ با بدشانسی محض به مقام چهارمی دست یافت ناصر محمد خانی و شاهرخی بیانی آقای گل و ستاره جام شدند در همین ایام اختلافات بیانی با استقلال را سر به آسمان گذاشت و ناصر حجازی از حرکت شاهرخ در قبال یکی از بزرگان تیم استقلال گذشت نکرد



قرمزها مبدل شد. مشت های گره کرده شاهرخ بعد از زدن گل در دربی به ناصر حجازی هنوز در خاطر آبی دوستان به عنوان یک خاطره تلخ باقی مانده است هر چند که شاهرخ دوباره به استقلال برگشت و با استقلال و تیم ملی افتخارات مهمی از جمله قهرمانی لیگ و باشگاه های آسیا به دست آورد ولی هیچ گاه نتوانست به محبوبیت گذشته خود برگردد

در اوایل دهه ۷۰ با ورود تیم های دولتی کشاورز و تجارت دست درازی به ستاره های دو تیم استقلال و پرسپولیس حساسیت هایی را ایجاد کردند رفته رفته و نادر محمد خانی از این دست انتقالات بود ولی کمتر بر احساسات تماشاگران تاثیر گذاشت.

در سال های میانی دهه ۷۰ جنگ دو تیم آبی و قرمز سال به سال بیشتر و بیشتر شد بازیکنی در تمرین این یکی حاضر میشد ولی فردا آنروز با لباس آن یکی به میدان می رفت. امیرعابدینی و علی فتح اله زاده شمشیر را از رو برای یکدیگر بسته بودند روزی این و روز دیگر آن موفق به ترکاندن بسم می شدند.

کریم باقری؛ مهرداد میناوند؛ مهدی مهدوی کیا؛ علیرضا منصوریان؛ داریوش بزدانی؛ فرهاد مجیدی؛ علی لطیفی؛ فرد ملکیان؛ سربک تیموریان؛ احمد مومن زاده؛ محمد نوازی از این قبیل بازیکنان بودند که در این جنگها به تیم دیگری رفتند.

اما بزرگترین نقل و انتقال فوتبالی تا به امروز در سال ۱۳۷۹ بوجود آمد. خبری که تا سالها نقل محافل و مجالس فوتبالی بود «مهدی هاشمی نسب به استقلال پیوست»

خبری که کفتح اله زاده از آن به عنوان ترکاندن بسم یاد کرده مهدی که با زدن ۴ گل در دربی محبوب قرمز دوستان بود به یکباره به تیم رقیب رفت تا استقلال را بعد از ۱۴ سال انتقام رفته شاهرخ بیانی به پرسپولیس را بگیرند.

هاشمی نسب به سرعت به چهره منفوری برای پرسپولیس ها و یک چهره محبوب برای آبی ها مبدل شد. تاجایی که وقتی در اولین دربی بعد از این انتقال به تیم سابقش گل زد ذوقانی بیخوش شد و به کما رفت. ادامه دارد...

فرزندان مان را انتقادپذیر بار بیاوریم

خانواده جایی است که همه ما آن را درک کرده ایم و در آن رشد و نمو یافته ایم. بنابراین مساله پراهمیتی است. نکته های بسیار زیادی هم وجود دارد که با رعایت آنها می توانیم یک خانواده سالم و خوشبخت داشته باشیم؛ مثلاً اینکه سعی نکنیم در خانه فقط حرف، حرف یک نفر باشد، چرا که همه اعضای خانواده حق دارند نظراتشان را بیان کنند و با همدلی میان اعضای خانواده می توان مشکلات را حل کرد و به آرامش رسید... نهاد خانواده، جامعه نسبتاً کوچکی را تشکیل می دهد که هر یک از اعضای آن به نحوی بر دیگری تاثیر می گذارد. در چنین تاثیر متقابلی، مجموعه ای از اعتقادات، آداب، رسوم و ارزش های اخلاقی، عاطفی و اجتماعی شکل می گیرد. از طرفی رشد کودکان در این نهاد بیشتر متأثر از همین ارزش گذاری و گرایش های اخلاقی، عاطفی و اجتماعی است. در هر صورت به نظر من زمانی می توانیم یک خانواده خوشبخت و در پی آن یک جامعه سالم داشته باشیم که همه افراد آن بتوانند نقطه نظرهای خود را با یکدیگر در میان بگذارند. چرا که امروز ما جوانان خوش فکر و با استعداد زیادی داریم که با مشورت با آنها می توانیم آینده روشنی داشته باشیم. چه خوب است والدین به فرزندانشان یاد بدهند که آزادانه حرفشان را بزنند و هم انتقادپذیر باشند. از سوی دیگر امیدوارم گسست نسلی و ارتباطی که در بعضی از خانواده ها وجود دارد میان پرورد و افراد خانواده مانند گذشته ها قدر یکدیگر را بدانند و از کنار هم بودن لذت ببرند، چرا که بهترین خاطرات هر فردی به خانواده و دوران کودکی اش برمی گردد. پس بهتر است نگاه تازه ای به خانه و خانواده داشته باشیم.



لذت تابستان با نوشیدنی های گیاهی

خانواده

با فرا رسیدن فصل تابستان بازار نوشیدنی های خنک داغ می شود و همه به تهیه و خرید این نوشیدنی های هاروی می آورند و در این بین افرادی هستند که به دلیل اهمیت دادن به سلامت خود، نوشیدنی های گیاهی و خانگی را به نوشیدنی های صنعتی ترجیح می دهند.

بسیاری از این نوشابه های طبیعی وقتی به شیوه صحیح تهیه و مصرف می شود نه تنها مانند نوشابه های صنعتی سلامت بدن را تهدید نمی کند بلکه حتی خواص بسیار مفیدی دارد برای مثال برخی از آنها تقویت کننده، برخی آرام بخش و دسته ای نیز حتی تاثیر درمانی دارد.

طرز تهیه برخی از این نوشیدنی های گیاهی سالم و مفید که برای فصل گرم تابستان و پیشگیری از گرمازدگی نیز سودمند است، به شرح زیر است:

◆ شربت ریحان
برای تهیه این نوشیدنی مقداری شربت آب قند رقیق را با دو فنجان برگ ریحان خرد شده مخلوط کنید، داخل ظرف درداری بریزید و به مدت یک ساعت در ظرف را ببندید. بعد از آن مایع را صاف کنید و سپس در یخچال قرار دهید تا خنک و آماده نوشیدن شود.

◆ شربت استوقودوس
برای تهیه این نوشیدنی سه قاشق گل تازه استوقودوس را به مقداری شربت آب قند رقیق اضافه کنید و پس از یک ساعت شربت را صاف و خنک کنید. شربت استوقودوس شما برای نوشیدن آماده است.

◆ شربت نناع
شربت نناع را نیز می توانید مطابق با روش تهیه شربت استوقودوس تهیه

کرده و پس از خنک شدن در یخچال مصرف کنید. برای تهیه این نوشیدنی استفاده از یک فنجان برگ تازه نناع کافی است.

◆ شربت گشنیز و فلفل سبز
برای تهیه این نوشیدنی خوش طعم و خنک کننده مقداری برگ گشنیز خرد شده را به همراه دو لیوان فلفل سبز ریز شده به شربت آب قند رقیق بیفزایید. پس از یک ساعت شربت را صاف کنید و بعد از خنک شدن می توانید آن را مصرف کنید.

◆ شربت وانیل و بابونه
یک لیوان شکر را با یک چهارم لیوان گل های تازه بابونه به همراه مقداری وانیل با یک لیوان آب مخلوط کنید و در حرارت متوسط بجوشانید تا شکر به خوبی در حل شود. بعد از یک دقیقه جوشیدن، شربت را از روی حرارت بردارید و به مدت یک ساعت به حال خود بگذارید و سپس آن را در شیشه تمیزی بریزید و به مدت دو هفته در یخچال نگهداری کنید تا پس از آن آماده مصرف شود.

◆ شربت لیمو و روزماری
ترکیبی از یک لیوان شکر را با ۷۵ قاشق غذاخوری روزماری خرد شده، یک عدد پوست لیموی خلال شده با مقداری دلخواه آب بجوشانید تا شکر به خوبی در حل شود. بعد از یک دقیقه جوشیدن، شربت را از روی حرارت بردارید و بعد از یک ساعت که شربت به خوبی سرد شد آن را داخل یخچال قرار دهید و پس از چند روز نوشیدنی ابتکاری شما آماده مصرف خواهد بود.

نیم پز کنید. وقتی آنها را از روی حرارت برداشتید، داخل شیشه های ترشی بریزید.
روش ریختن برای ترشی
انداختن سبزیجات
وقتی سبزیجات را آماده کردید، مخلول ترشی را بجوشانید. در این حین، شیشه ها را از اجاق بردارید و چون داغ هستند با انبر آنها را روی سطح صافی قرار دهید و سبزیجات را کم کم داخل آنها بریزید. یک سانت بالای شیشه ها را سرخالی بگذارید و مخلول ترشی را روی سبزیجات بریزید و دوباره سرخالی بگذارید. درپوش شیشه ها را بگذارید و قبل از کیب کردن آنها بگذارید خوب سرد شوند. بعد از درپوش ها را محکم ببندید و شیشه ها را در یخچال بگذارید.

ترشی سبزیجات

ترشی درست کردن باعث می شود که سبزیجات ترشی شده شما تا ۴ ماه بمانند، اگر از وسایل پیشرفته تری استفاده کنید، مدت بیشتری می توانید آنها را نگه دارید.

برای هر دو روش، شما به قابلمه بزرگی برای جوشاندن مخلول ترشی، یک شیشه نشکن و چند شیشه استریل شده نیاز دارید. می توانید این شیشه ها را در ماشین ظرفشویی بشویید و استریل کنید ولی طرف دیگری را در کنار آنها نگذارید. یا می توانید آنها را ۲۰ دقیقه روی اجاق با حرارت متوسط حرارت دهید تا استریل شوند.

کوتاه و خواندنی

سیگار عمر پروتئزهای دندانی را کاهش می دهد.
افراد خیلی شاد در مواجهه با مشکلات ضعیف هستند.
سرطان کلیه و افراد سیگاری شایع تر است.
عوارض دروبی در افراد سالمند و چاق شدید تر از دیگران است.
مصرف غذاهای چرب و ادویه دار یک تا ۳ ساعت قبل از خواب باعث خستگی در روز بعد می شود.
خوردن تنقلات هنگام گرسنگی موجب ایجاد عادات غذایی نادرست می شود.
پرداختن به کاری همزمان با غذا خوردن باعث افزایش وزن ناشی از پر خوری می شود.
انجام ندادن نرمش قبل از ورزش علت عمده آسیب دیدگی های ورزشی است.
ورزش کردن فرد را ۹ سال جوان تر نگه می دارد.
مصرف حبوبات و میوه های خام برای مبتلایان به زخم اثنی عشر مفید است.
مصرف کرفس خطر ابتلا به سرطان را کاهش می دهد.
جویدن آدامس پس از تمام وعده های غذایی از دندان مراقبت می کند.
مصرف سویا باعث افزایش هوش و تقویت حافظه می شود.
اگر امکان ضد عفونی کردن سبزی مقدور نیست، باید آن را آب بز و سپس مصرف کرد.

صادق بودن ممکن است باعث نشود تعداد زیادی دوست پیدا کنید اما همیشه منجر به یافتن دوستانی شایسته خواهد شد

کتاب جلوه های عشق در مناجات شعبانیه

به قلم محمد مهدی جعفری زاده

توسط انتشارات طلوع شرق چاپ و منتشر شد

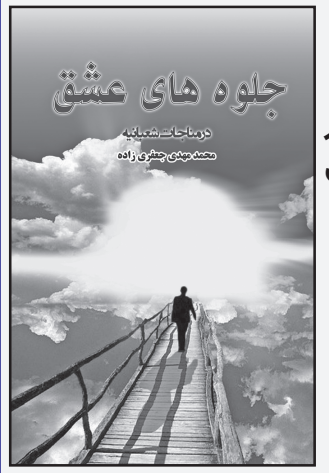
جهت تهیه این کتاب می توانید به دفاتر روزنامه طلوع در شیراز یا کازرون مراجعه فرمایید.

تلفن دفتر شیراز:

۰۷۱۱-۲۳۴۴۷۷۲

تلفن دفتر کازرون:

۰۷۲۱-۲۲۲۹۲۴۶



نمی داند با سبزیجات اضافه چکار کنید؟ در اینجا برایتان توضیح می دهیم که چگونه آنها را ترشی کنید. اگر باغچه دارید و سبزیجاتی که کاشته اید زیاد آمده یا در یخچال سبزیجاتی دارید که مصرف نمی کنید، از هر کدام چند عدد باقیمانده، از آنها ترشی درست کنید و تغییر در خوراکی های سفره خود ایجاد کنید. این ترشی را می توانید چند ماه در کابینت یا یخچال نگه دارید.

مواد لازم برای ترشی:
انواع مختلفی از ترکیبات برای ترشی می توان استفاده کرد و مقدار ترشی ها متنوع هستند که می توان از دستور تهیه آنها کتابی درست کرد. ولی شما نیازی به دستور تهیه ندارید. فقط به کمی سبزیجات،



نیاز دارید. نمک و سیر هم به ترشی طعم خوبی می دهند. فقط یادتان باشد که بعد از ترشی انداختن، رنگ سرکه تغییر می کند که دلیلش استفاده از سیر است، پس سعی کنید از سیرهای خوب و سالمی استفاده کنید. **وسایل لازم:**
راحت ترین و سریع ترین راه برای