# فوتبال ایرانی/حاشیه ایرانی «تدارکاتچی ورزشی»

محمد رضا پولادی

قصه از سال های دور شروع شده است و برای اولین بار هم نیست که این گونه اتفاق رخ داده است حکایت های جر زنی و دبه کردن به گونه ای بخشی از قراردادهای اجتماعی و اقتصادی ما شده است اما این اتفاق ها این روزها در ورزش ما برای خود نوبرانه شده است به گونه ای که کار به جائی رسیده است که انگشت حیران به چشم های خود چون قصه های صمد آقا سال های دور باید فرو کرد تا دیده نشود این گونه ندانم کاری ها که متاسفانه روز به روز بیشتر در این دیار صورت می گیرد

باری قصه از مجتبی جباری شروع شد ایشان که هر سال بهانه می گرفت و به گونه ای از تمرینات بدن سازی اول فصل فرار می کرد به یک باره قیدش توسط استقلالی ها زده شد و ایشان رهسپار دیار زاینده رود شدند اما در آنجا چون ناز کشی آن گونه نداشتند دلش نخواست که بازی کند و بازی هم نکرد و خیلی راحت رضایت نامه گرفت و راهی قطر شد تا جواب نافرمانی و بی انضباطی خود را با پاداش میلیاردی بگیرد بعد از او نوبت خروج منتظری و نکونام و خداحافظی مجیدی از استقلال فرا رسید که کسی نپرسید که این چگونه قرارداد امضا کردنی بوده که جناب شوالیه انعقاد کرده است اما از رویه "این نیز بگذرد" استفاده شد و آب از آب تکان نخورد بعد از آن نوبت فدراسیون والیبال ما شد که خیلی راحت جناب ولاسکو را اجازه دادند که قراردادش را فسخ کند و حالا باید در به در دنبال سر مربی بگردند و تنها کاری که کرده اند عدم حضور در انتخابات میانمار بعلت خشونت به مسلمانان است و کسی نمی پرسد آخر این چه کاری است که تیمی که درست کار می کند به این علت که سر مربی دلش به یاد وطنش افتاده به این بی نوائی بی مربیگری می رسانند

اما آخرین اتفاق در مورد تیم ملی فوتبال ما است به یک باره پس از چند ماه بی کاری تیم ملی فوتبال ما تا قرار شد که تیم خودش را آماده مسابقه با کویت و گینه و سپس اردوی در آفریقای جنوبی و اتریش بکند خبر رسید سیموئنه بعلت مشکلات خانوادگی تیم ملی را ترک کرده است و جناب نمازی که هیچ کس بجز جناب کی روش نسبت به قابلیت های او اعتماد نداشت در سطح مانع چین و تدارکاتچی تیم ملی پایین آمد چرا ؟ چون ایشان هوس کرده اند که تیم ملی را رها کنند و به آمریکا برگردند و همین اتفاق باعث شد که خشم کی روش را برانگیزد و به مربی که این همه اصرار به ماندش داشت هر گونه سخنانی بگوید و البته جواب هائی هم از جناب نمازی دریافت کند می پرسیم این چه حکایتی است که در ورزش ما وجود دارد می پرسیم اگر قرار است که قراردادها هر کی به هر کی باشد اصولا به چه علت بسته می‌شوند ؟ و وقتی که این همکاری‌ها تمام می شود چرا باید شاهد چنین الفاظی باشیم ؟ روزی کی روش گفت کسی بهتر از من از فوتبال در این دیار سر در نمی آورد( بر منکرش لعنت ) اما چرا ایشان یک تدارکاتچی را بعنوان کمک مربی تیم ملی فوتبال ایران به مدت نزدیک به سه سال نگاه داشته اند و بعد هم حالا دم از مربی برزیلی دیگر دارند می گوئیم اگر این مربی برزیلی هم در حد چمن زن های ورزشگاه های برزیل بود چه کسی باید به ما پاسخ می دهد؟ می پرسیم دستمزدی که به نمازی پرداخت شد در حد یک مانع چین و مسئول تدارکات بوده و یا به طور یقین در حد کمک مربی تیم ملی فوتبال ایران و آن هم به دلار بی زبان بوده است ؟ در خبرها خواندیم که کارلوس کی روش در حد پدر پرتغال جدید ( البته در فوتبال ) نامیده شده است آیا این لقب به نوعی طنزی را تداعی نمی کند که ایشان در مورد سیمویز و نمازی هم پدری کرده اند؟

«ایران ۳ کویت ۲»

کمپین تیم ملی برای حضور درجام جهانی ۲۰۱۴ برزیل از امروز شروع شد. تیم ملی در ترکیبی کاملا متفاوت توانست دریک بازی کاملا تشریفاتی تیم ملی کویت را شکست دهد. نکته قابل توجه در این مسابقه به کارگیری بازیکنان جوانی همچون جماعتی ،رحمانی ،صادقیان و یعقوب کریمی بود. بازیکنانی که در آینده‌ای نه چندان دور شالوده اصلی تیم ملی را دربازی های جام ملتهای آسیا ۲۰۱۵ و جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه را تشکیل می دهند. باید به این بازیکنان اعتماد کنیم و ترسی از شکست نداشته باشیم. این بازی بیشتر از آنکه بازی تدارکاتی تیم ملی در راه جام جهانی باشد مسابقه ای انتخابی برای جوانان تیم ملی بود تا بتوانند خود را به کی روش ثابت کنند. مشکل امروز تیم ملی به مانند بیشتر تیم های فوتبال ایران در کارهای دفاعی بود. با توجه به جوانگرایی تیم ملی ای کاش در دفاع مرکزی نیز این جوانگرایی انجام می گرفت. محسن بنگر و احمد آل نعمه بازیکنان بسیار شایسته ای هستند اما بعید می دانم در آینده فوتبال ایران جایی داشته باشند. یکی دیگر از نکات مثبت این بازی گلزنی کریم انصاریفرد بود. کریم اگر بتواند همچنان به روند رو به رشد خود دربازیهای بین المللی ادامه دهد فوتبال ایران دیگر از کمبود بازیکنی که بتواند توپ را به تور دروازه بچسباند رنج نمی برد. با تمامی این اوصاف ترکیب تیم ملی در بازی های چام جهانی مشخص است وشاید تنها در یک و یا دو پست بازیکنان جدیدی به ترکیب اصلی اضافه شوند.

# ستارگان فوتبال ایران (۲)

محمدرضا پولادی

اکبر کارگرجم
متولد - ۱۳۲۳ تهران
عضو باشگاه های تاج و راه آهن-

عضو تیم ملی ایران
شماره پیراهن :۴
ملقب به :سیم خاردار

یکی از چهره های ماندگار تاریخ فوتبال ایران مدافعی خوشنام،متعصب وبا اخلاق که با صلابت وبازی های زیباها از طرفداران ودوستداران فوتبال لقب گل بی خار سیم خاردار دریافت کرد. اکبر کارگرجم سال ها با پیراهن تیم تاج و تیم ملی با رشادت از جان مایه گذاشت گل زیبای وی به تیم ملی سوریه از گل های حساس و تاریخی فوتبال ایران میباشد.

اکبر فوتبال خودرا زیر نظر زنده یاداستاد علی دانایی فرد در تیم نونهالان تاج بهمراه محمدرضا عادلخانی آغاز کرد و سپس به علت آسیب دیدگی وشکستگی پا چند سالی از فوتبال دورشد ودر بازگشت کار خودرا با راه آهن آغاز کرد ودراواخر دهه ۴۰ مجددا به تاج پیوست . اکبر با تاج قهرمان باشگاه‌های آسیا - قهرمان تخت جمشید وجام منطقه ایی -مقام سوم باشگاه های آسیا وبا تیم ملی قهرمان آسیا و بازی های آسیایی،سه بار قهرمان جام میلزبا تیم تاج شد. ایشان در بازی های دربی تاج -پرسپولیس با ۱۵ بازی وسابقه کاپیتانی تیم تاج حضور پربار

وموثر داشت اکبر با پیراهن تاج در سال ۱۳۵۵بعداز ده سال حضور پربار از فوتبال ملی وباشگاهی خداحافظی کرد. اکبر مدافعی بودکه در تمامی پست های از بک چپ وراست گرفته تا سوئیپرواستائیپر بازی های زیبایی انجام دادوی یکی از متعصب ترین وبا اخلاقترین و ماندگارترین فوتبالیست های تاریخ ایران است..

افتخارات:مردسال فوتبال ایران (۱۳۵۲)

قهرمان باشگاه های آسیا (۱۹۷۰) با تیم تاج

قهرمان باشگاه های ایران(۱۳۴۹)-مقام سوم باشگاه های آسیا (۱۹۷۱)-قهرمان جام میلز(سه دوره ۱۹۷۰-۱۹۶۹-و۱۹۷۱)-قهرمان باشگاه های تهران (۱۳۴۸)قهرمان باشگاه های تهران(۱۳۵۰)قهرمان باشگاه های تهران(۱۳۵۱)-قهرمان جام دوستی(۱۳۵۱)-قهرمان جام اتحاد(۱۳۵۲)نایب قهرمان جام تخت جمشید(اولین دوره۱۳۵۲)قهرمان جام تخت جمشید(دومین دوره ۱۳۵۳)-قهرمان جام ملت های آسیا (۱۹۷۲-۱۹۶۸)-قهرمان بازی های آسیایی (۱۹۷۴-تهران)

## خانواده

# خانه تکانی شب عید

خانه تکانی از رسوم بسیار قدیمی آماده شدن برای عید نوروز است و هرچند که آپارتمانهی کوچک و بدون پستو و انباری و زیرزمین امروزی تقریبا در تمام مدت سال نسبتا تمیز هستند، اما تمیزترین خانه ها هم مدتی مانده به نوروز، برای شگونش هم که شده از بالا تا پایین روفته و شسته و برق انداخته می شوند.

اما این روزها که کمتر کسی به صورت تمام وقت در خانه است و کار نظافت باید تدریجی انجام شود، هیچ چیز بهتر از یک روش خوب و برنامه ریزی شده به کمک ما نمی آید. روند داشتن خانه ای تمیز، بدون نگرانی و تشویش در طی ۷ مرحله به انجام میرسد :

**۱.از همین حالا شروع کنید**

خانه تکانی شب عید، از کارهاییست که برخلاف اسمش نباید "شب عید" انجام شود، بلکه باید از مدتها قبل از رسیدن لحظات سال تحویل انجام شده باشد. علاوه بر کار نظافت، کارهای دیگری هم هست که باید از حالا تا آخر تعطیلات نوروزی انجام شوند: تهیه هدیه، تهیه، نوشتن و ارسال کارت تبریک، شیرینی پزی خرید خوراکی ها و در کل "خرید شب عید" و پذیرایی از مهمان ها.

خوب حالا چطور برای خانه تکانی وقت بگذاریم؟ در حقیقت، داشتن خانه‌ای نظیف در طی تعطیلات ، به خصوص اگر از روش صحیحی استفاده کنید، ساده تر از چیزیست که تصور میکنید. مرحله اول؟ خانه تکانی را قبل از دوران پر تنش آخر فصل انجام دهید. به این ترتیب کار را بدون عجله و فشار روحی انجام میدهید و به اندازه کافی برای پروژه های وقت گیری مانند تغییر دکوراسیون یا برق انداختن لوازم فلزی زمان خواهید داشت.

**۲.فهرستی تهیه کنید و آن را دو مرتبه چك کنید**

قبل از اینکه شروع کنید، فهرستی از تمام چیزهایی که باید تمیز شوند تهیه کنید. کارها را بر اساس هر اتاق تقسیم کنید و زمانی برای هر کار در نظر بگیرید. به این ترتیب میتوانید بسته به زمان لازم برای هر کار، حتی از زمان‌های اضافه بسیار کوتاه مانند پخش آگهی در تلویزیون نیز استفاده کنید و مثلا چند تکه لباس را در ماشین لباسشویی بریزید. هنگامی که به تدریج هر مورد موجود در فهرست را علامت میزنید، حس بسیار خوبی به شما دست میدهد و احتمال اینکه کارتان را تمام و کمال انجام دهید بسیار بیشتر خواهد بود.

**۳.کمی اینجا و کمی آنجا**

برای داشتن خانه ای تمیز و درخشان، نباید لزوما زمان ممتد زیادی در اختیار داشته باشید. در حقیقت، خواهید دید که اختصاص دادن ۳۰ دقیقه در روز به کار نظافت، نتایج بسیار رضایت بخشی خواهد داشت. برای مرتب کردن لوازم و خرده ریزها، یک زمان ثابت مانند قبل از خواب یا قبل از صبحانه را کنار بگذارید در این فاصله میتوانید به نظافت هم بپردازید، مثلا بعد از دوش صبحگاهی آینه حمام را تمیز کنید و یا کف وان را با کمی پودر یا مایع مخصوص برق بیاندازید.

**٤.گاهی میانبر زدن اشکالی ندارد**

اگر تا اینجا هر توصیه ای را به جز مورد اول عملی کرده و یا به هر علت دیگر وقت کم آورده اید، نگران نشوید. بخشهای اساسی و بیرونی خانه مانند پرده‌ها، فرش و مبلمان را تمیز کرده و نظافت داخل کمدها، کابینت ها و قسمت‌های "مخفی" را به مدتی بعد موکول کنید، اما فراموشش نکنید!

**۵.همه کارها را به تنهایی انجام ندهید**

این عید، تنها عید شما نیست و تنها دوستان و خانواده شما به منزلتان نمی آیند، پس نباید تمام نظافت آنرا به تنهایی بر عهده بگیرید. در هر هفته زمان خاصی را برای نظافت اختصاص داده و کارها را با فرزندان و همسر خود تقسیم کنید. از بچه ها بخواهید که تختهای خود را مرتب کرده، اسباب بازی ها و لوازم دیگر خود را جمع کرده و پس از گردگیری قفسه ها، سرجای خود بگذارند. این کار نه تنها باری از دوش شما برمیدارد، بلکه عادات خوبی به فرزندان شما می آموزد.

**٦.کارها را ساده کنید**

گاهی تمیز کردن دور و اطراف یک شیءاضافه راحت تر از دور انداختن آن به نظر میرسد، اما این روش در دراز مدت کارساز نخواهد بود. با کمی نظم و ترتیب، خرده ریزها را کاهش دهید. خودرا از شر هر لباسی که دیگر اندازه تان نیست یا بیش از دوسال است آنرا نپوشیده اید راحت کنید. هر قطعه پوشاک یا شیء ناقص مانند لنگه جوراب، لنگه گوشواره بدلی، ظروف شکسته ای که دوباره چسبانده شده و... را دور بیاندازید. تهیه لوازمی مانند جا کلیدی، جا کفشی و در کل وسایلی که موجب مرتب شدن خرده ریزها می شوند را در دستور کار خود قرار دهید.

**۷. خوش بگذرانید**

نظافت لزوما معادل با کار سخت نیست، یک موسیقی خوب یا یک برنامه رادیویی خوب و مفید می تواند شما را با اشتیاق بیشتری به تحرک وادارد. برای خود انگیزه هایی پیدا کنید و به خودقول دهید که اگر کارهای روزانه را مطابق برنامه انجام دادید، به خود جایزه ای خواهید داد. این جایزه می تواند چیزی ساده اما دلپذیر مانند یک حمام طولانی، صرف چای و شیرینی با خانواده یا تماشای یک برنامه خوب تلویزیونی باشد.

**نکاتی مهم برای آشپزخانه تکانی**

مجموعه: شستشو ، نظافت ، لکه گیری

همیشه تمیز کردن آشپزخانه بیشترین وقت خانم ها در خانه تکانی آخر سال را به خود اختصاص می دهد. سر و سامان دادن به کابینت ها، تمیز کردن یخچال، فر و گاز در کنار تمیز کردن ظروف و وسایل آشپزخانه وقت، حوصله و انرژی زیادی می طلبد.

**کابینت ها :**

کابینت ها حداقل سالی یک بار به گردگیری و شست وشو نیاز دارند و اگر نایلون های کف آن ها را هم عوض کنید لطف بزرگی در حق خودتان کرده‌اید. شاید نوع نایلونی که برای کف قفسه ها انتخاب می کنید چندان اهمیتی برای تان نداشته باشد، اما بهتر است از این به بعد به این موضوع توجه کنید. کابینت‌هایی که نزدیک زمین است به نایلون های مقاوم تر و کلفت تری نیاز دارد، ولی می توانید از نوع جدیدی از نایلون های شیشه ای نیز استفاده کنید که کف کابینت ها می چسبد. پس از این که گرد و خاک بین شیارها و درزهای کابینت ها را کاملاً تمیز کردید با خیال راحت نایلون را پهن کنید و ظرف و ظروف را روی آن بچینید.

شوهرتان را دست کم نگیرید :

همیشه هم حضور مردها در آشپزخانه مترادف با خرابکاری و ریخت و پاش نیست. از شوهرتان بخواهید بدنه کابینت ها را بدنه ماشین خود فرض کند و آن ها را با روغن جلای مخصوص برق بیندازد. با این کار سطح کابینت ها و رویه میزها در برابر خراشیدگی مقاوم و اثر انگشت نیز به راحتی از روی آن‌ها پاک می شود.

**یخچال :**

قبل از هر چیز درباره محتویات یخچال خود تجدیدنظر کنید. بهتر نیست جعبه گز سال قبل را که تقریباً سنگ شده از یخچال بیرون کنید؟ پس از خارج کردن مواد غذایی و ظرف و ظروف بی مصرف نوبت به تمیز کردن کشوهای پایینی یخچال می رسد. آن ها را کاملاً بیرون آورید و زیر شیر آب بشویید و یا با یک دستمال خیس آن ها را تمیز کنید. برای جلوگیری از کپک زدن مواد غذایی در داخل این کشوها یک تکه اسفنج کوچک قرار دهید تا رطوبت را به خود جذب کند. پس از این که بدنه داخلی یخچال و سطح قفسه های آن را تمیز کردید، یخچال را از برق درآورید و آن را جلو بکشید تا از دیوار فاصله بگیرد. سطح پشت یخچال را از گرد و خاک تمیز کنید تا خیال تان از همه جا راحت باشد.

**گاز :**

می دانیم که خانم ها به تمیزی گاز خود بسیار اهمیت می دهند و همیشه در حال پاک کردن آن هستند، اما به هر حال این کار هم جزئی از خانه تکانی است. شما می توانید پس از برداشتن وسایل روی گاز بدنه آن را با یک تکه ابر آغشته به مواد شوینده کاملا بشویید و سپس با یک دستمال خشک آن را تمیز کنید.

**دیگر وسایل**

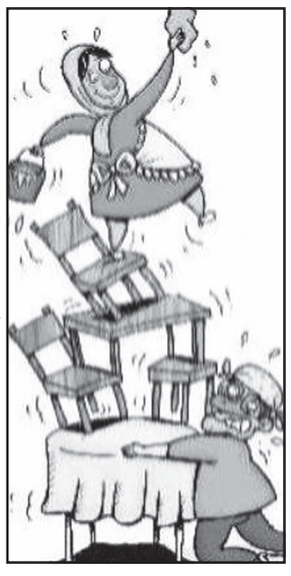
حالا نوبت به تمیز کردن کتری، قهوه جوش، ماکروویو و... می رسد. کتری را پر از آب کرده و داخل آن مقداری سرکه سفید بریزید و اجازه دهید مدتی بجوشد. سپس آب کتری را خالی کرده و بسته به مقدار جرم دیواره آن ۴-۵ بار این کار را تکرار کنید. در آخر یک بار کتری را از آب پر کرده و بگذارید مدتی بجوشد تا طعم سرکه از بین برود. همین کار را در مورد قهوه جوش نیز می توانید انجام دهید.

برای تمیز کردن دیواره‌های داخلی ماکروویو دو فنجان آب را در ظرفی ریخته و آن را داخل ماکروویو قرار دهید. دستگاه را روشن کرده و اجازه دهید چند دقیقه ای آب بجوشد تا بخار کاملاً فضای داخلی ماکروویو را پر کند. با اینکار ذرات مواد غذایی و چربی‌هایی که به دیواره‌های آن چسبیده‌اند به‌راحتی با یک دستمال خیس پاک می شوند.

**فوت کوزه گری**

هیچ‌وقت جزئیات را فراموش نکنید. شاید تصور شما از یک آشپزخانه ایده‌آل فقط پاکیزگی کابینت ها و وسایل آن باشد، اما مسلماً دلیل اصلی ایده‌آل شدن یک آشپزخانه چیدمان مناسب وسایل و رنگ‌بندی درست آن است.

دکوراسیون حساب شده، چشم را می نوازد، ذهن را بخوبی با محیط درگیر می کند، و نهایتاً باعث می شود دست و دل خانم خانه خیلی راحت تر به سمت پخت و پز برود.



پیشنهاد ما چند نکته ساده است :

یک سبد چوبی زیبا با چند نوع میوه مصنوعی روی میز آشپزخانه قرار دهید.

از یک قوری بی مصرف یا هر ظرف دیگری که مدت هاست بی استفاده مانده برای سبز کردن گندم استفاده کنید.

در کاسه‌های سفالی آبی رنگ چند عدد سیب قرمز یا چند عدد انار قرار دهید و روی پیشخوان بگذارید.

داخل یک پارچ سفالی آبی رنگ چند شاخه گل طبیعی بگذارید و روی پیشخوان قرار دهید.