



شماره نهم سال هفدهم  
سال ۱۴۰۲

است

نشریه داخلی انجمن زرتشتیان کرمان

# ماهنامه اشا

سرپرستون و هیات هلمن خولید

اگر به والیبال علاقه دارید  
کافیست در مراحل تست آکادمی ما  
شرکت کنید تا از جایگاه خود در این  
رشته آگاهی پیدا کنید.

ورنات این مجموعه در سطوح آموزشی از مبتدی  
بیشرفته در تمامی روزهای هفته برگزار می شود

academy\_khajezade

۰۹۱۳ ۶۳۱ ۶۲۶



برگزاری جام بهرام  
گذری به خاطرات همکیشان  
مصاحبه با اشخاص جامعه زرتشتی  
رویداد های جامعه زرتشتی کرمان

سخن نخست

مدتی است که شاهد حضور پررنگ جوانان زرتشتی کرمان در برگزاری جشنها، نشست ها، مسابقات ورزشی و... هستیم. وقتی که میبینیم جوانان زرتشتی در کنار هم در جهت پیشبرد و پویایی اهداف فرهنگی، آموزشی، دینی، ورزشی جامعه زرتشتی کرمان تلاش می کنند، چنان لذت و آرامشی به ما دست می دهد که با هیچ کلامی قابل بیان و نگارش نمی باشد.

آیا در حال حاضر این جوانان جز حمایت و تشویق چه انتظار دیگری از ما دارند؟

کجایند آنانی که از برگزار نشدن جشن ها و... انتقاد می کردند؟ عزیزان، دیکته نوشته غلط ندارد در هر کاری عیبی و یا کم کاستی دیده میشود بیاید جوانان را حمایت کنیم و به جای عیب و ایرادها، خوبی ها را هم ببینیم.

من با انتقاد سازنده مخالف نیستم بلکه استقبال میکنم ولی مطرح کردن فقط انتقاد را جالب نمی بینم در پایان امیدوارم که همه دست به دست هم داده و به یاری جوانانمان بشتابیم و نیز در صورت امکان نسبت به رفع نیاز های فکری و مالی آنان در راه پیشبرد اهدافشان تلاش نماییم تا بتوانیم جامعه ای پویا و کارآمد داشته باشیم.



نویسنده: آقای فرزاد نیکدین

سخن نخست.....صفحه ۱  
جام بهرام.....صفحه ۲-۴  
خاطرات همکیشان.....صفحه ۵  
مصاحبه آبتین بختیاری.....صفحه ۶-۷  
آشپزی.....صفحه ۸  
رویداد های جامعه زرتشتی کرمان.....صفحه ۹  
خاطرات کوهنوردی.....صفحه ۱۰

اعضای ماهنامه:

آقای فرزاد نیکدین (سر دبیر)

خانم آرمیتا فرهمند (خبرنگار)

آقای آرش ضیاتبیری (نویسنده)

خانم آرزیتا نوزری (نویسنده)

آقای کیوان بختیاری (طراحی داخلی)

آقای آرمان فرامرزی (ویراستار)

آقای امید شهرپاری (هماهنگ کننده)

آقای آراین فروهری (هماهنگ کننده)

آقای رامتین کاویانی (طراحی جلد)

خانم بهناز بختیاری (طراحی دیجیتال)

آقای آراین کاویانی (نویسنده و عکاس)

آقای فرهاد فرهادی (عکاس)

آقای سروش نیکنامی (عکاس)

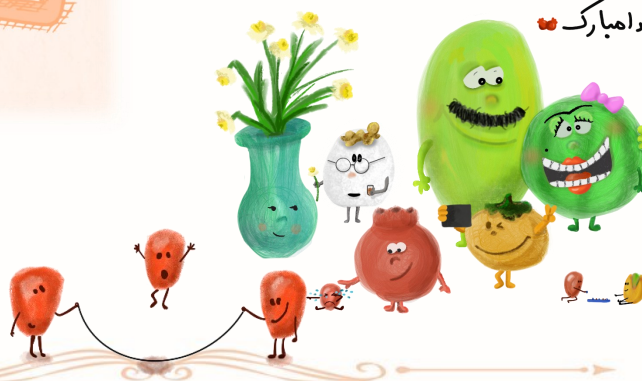
خانم آنیتا نوشادی (نویسنده)

آقای آبتین آذرگشاسبی (نویسنده)

خانم ماندانا پیمان (نویسنده)

آقای آرش فروهری منشی هیئت ریشه کمیسیون (نویسنده)

یدامبارک





## افتتاحیه اولین دوره مسابقات فوتسال جام بهرام :

برنامه با گات ها خوانی کیوان بختیاری آغاز شد.

مجریگری این برنامه بر عهده امید شهریاری بود. در ادامه مجری برنامه به زندگی نامه ای از شاهبهرام گشتاسبی پرداخت. در نهایت مسابقات با بازی افتتاحیه بین تیم های روانشاد بیژن شهریاری و روانشاد کشاورز کشاورزیان آغاز شد.

## تکنولوژی نوین جام / دستاورد نوین باشگاه اردشیرهمتی /

لازم به ذکر است که برای اولین بار در پیکارهای ورزشی جام روانشاد شاهبهرام گشتاسبی در باشگاه اردشیرهمتی کرمان، به پیشنهاد آقای امید شهریاری، مربی فوتسال باشگاه اردشیرهمتی، داور اول این دوره از نخستین پیکارهای این جام، عضو کمیته های فوتسال باشگاه و برگزاری جام، ساختار VAR را با تاییدیه اعضا کمیته فوتسال باشگاه اردشیرهمتی و هیات مدیره باشگاه (آقای فرزاد نیکدین)، شبیه سازی کردند.

قابل توجه است که شبیه ساز ویدئوچک (VAR) با کمترین و محدودترین امکانات ممکن؛ تنها با یک عدد دوربین موبایل انجام شد.

تایید شدن این پیشنهاد (شبیه ساز VAR)، در تصمیم گیری های حساس داوری، کمک های ارزنده ای کرد و تا حد قابل توجهی خطاهای داوری را به حداقل رساند تا شرایط انجام یک بازی عادلانه مهیا گردد.



جا دارد از آقای آرش فروهری (مدیر کمیته فوتسال باشگاه اردشیرهمتی و عضو کمیته برگزاری جام) که بدون هیچ چشمداشتی زحمات فراوان و متعددی برای همانگی، برگزاری و ارتقای سطح فوتسال باشگاه اردشیرهمتی کشیده اند تقدیر و تشکر شود.

## اسمائی تیم هایی که بازی کردند:....

هنگامی که دروازه حریف برای دومین بار توسط

فرشاد کاویانی در نیمه اول گشوده شد؛ نیمه بازی به پایان

رسید. رامتین زند خاوری به دلیل کمبود بازیکن در تیم روانشاد

رستم پرستار، به طور داوطلبانه از میان تماشاچیان با تایید کمیته

برگزاری جام، در بازی حضور پیدا کرد و در همان دقیقه اول؛ با ورود

خود نتیجه بازی را به ۱-۲ تغییر داد.

در پی این اتفاق آریومن فروهری بازیکن (سفیدپوش) از وسط زمین

توپ را با سرعت هرچه تمام، به درون دروازه حریف هدایت کرد. هنگام

دفاع بازیکنان تیم رستم پرستار، داور خطای پنالتی پشتون مهران را روی

بازکن مهاجم (کیومرث ایزدیار) گرفت که نتیجه این پنالتی توسط

فرشاد کاویانی، امتیاز بازی را به ۴-۲ تغییر داد.

اواخر نیمه دوم بازی بود که با تشخیص به موقع خطای (Hand) شبینم

شهروان (بازیکن سفیدپوش) توسط داور؛ رامیتن با ضربه پنالتی خود

نتیجه بازی را ۳-۴ به نفع تیم مقابل تغییر داد. در نهایت سفید پوشان

زمین به مرحله بعدی راه پیدا کردند.

## نگاهی کوتاه به اتفاقات بازی میان تیم های روانشادان:

### بیژن شهریاری و پادینا پیران نژاد

در ابتدای نیمه اول بازی، بهمن فرهادی (بازیکن تیم بیژن شهریاری) اولین

گل تیمشان را به ثمر رساند. برای دومین بار توسط پاسی که از نقطه

کررر زمین به بازیکن مشکی پوش (بهمن فرهادی) رسید و موفق به

بازگشایی دروازه سفیدپوشان شد. ناگفته نماند که بازیکنان مهاجم

سفیدپوش حملات پیاپی خطرناکی به منزله ثبت گل انجام دادند که

توسط مدافعین دفع شد و نیمه اول با نتیجه ۰-۲ به پایان رسید. در نیمه

دوم بازی با حضور آریا کاویانی (بازیکن مشکی پوش) در کنار دروازه بان

خوب حریف (تورج بختیاری) موفق به گشودن دروازه و ثبت گل برای

تیمش شد.

همزمان با ورود آریا کاویانی، آبتین بختیاری (سفیدپوش) به بازی آمد

و با همکاری بهمن فرهادی موفق به ثبت گل برای تیمش شد. مهاجم

سفیدپوش (شایان دولت زاده) هنگام حمله به دروازه تورج بختیاری،

با دفاع تورج مواجه شد که این دفاع باعث

آسیب دیدگی زانو شایان و تماشای ادامه بازی از سکوی تماشاچیان شد.

بهمن فرهادی با همکاری هومان گشتاسبی در موقعیت ضد حمله موفق

به ثبت چهارمین گل تیمشان شدند. پوریا نوشادی (مشکی پوش) با

هدایت توپ به سمت دروازه حریف موفق به تغییر نتیجه بازی به ۳-۳

شد. داور دوبار به علت خطای (Hand) مشکی پوشان نفع سفیدپوشان

پنالتی گرفت که نوشادی به واسطه ضربه های خود نتیجه



بازی را ۴-۴ به نفع سفیدپوشان تغییر داد و در نهایت ضربات پنالتی تعیین کننده برنده شد که مشکی پوشان موفق به راهیابی مرحله بعدی شدند .

### نگاهی خلاصه به بازی تیم‌های روانشادان بیژن شهریاری و

#### فرشاد زعیم:

در نیمه اول مسابقه حملات متعدد دوتیم بدون نتیجه حاصل شد و نیمه اول با نتیجه ۰-۰ به پایان رسید و اما در نیمه دوم بازی : آبتین بختیاری(بازیکن تیم بیژن شهریاری)هنگام حمله به دروازه شکیلاشهریاری با خطا شکلا مواجه شد و طبق تشخیص داور ، بازیکن قدر تیم بیژن شهریاری (بهمن فرهادی) با مهارت خاصی توپ را از محل خطا ، با یک ضربه از بین سه مدافع تیم حریف ، راهی دروازه کرد. بهنیا موبدشاهی بازیکن با تکنیک جام به طور غیر منتظره با حمله ناگهانی ، در کمال ناباوری توانست با ثبت گل برای تیمش نتیجه را به ۱-۱ تغییر بدهد. ناگفته نماند که بهنیا موبدشاهی به تنهایی بخش قابل توجهی از ضدحمله‌های خطرناک بهمن فرهادی را دفع کرد. در هنگام حمله دو برادر خوش تکنیک فوتبالی (کیا و بهنیا) با خطای هند حریف ؛ اعتراض و درخواست بازبینی صحنه توسط داور ( شبیه‌ساز ویدیوچک) کردند که طبق تبادل نظر داور اول و دوم ، خطایی رخ نداده بود . سپس دوتیم با نتیجه ۱-۱ راهی ضربات پنالتی شدند . تیم بیژن شهریاری پیروز این میدان بودند.

### آنچه بین بازی دوتیم روانشادان : پادینا پیران‌نژاد و کیارش

#### داریوشی گذشت:

در همان ابتدای بازی؛ طرفین با دقت بالا حمله‌های متعددی را انجام میدادند که توسط مدافعین دفع میشد و سرانجام نیمه اول با نتیجه 0-0 به پایان رسید . در نیمه دوم ، بازیکنان سفیدپوش ( دنیا و پوریا نوشادی) با همکاری خوبی که داشتند دوبار متوالی موفق به حمله شدند که به واسطه عملکرد خوب مدافعین ، حمله ها دفع شدند. سفیدپوشان به دلیل عدم تشخیص و ثبت گل از طرف داور خواستار بازبینی صحنه شدند و داور با پذیرش درخواست آنها با قاطعیت گل را ثبت نکرد . آیدین و دنیا مجددا اقدام به حمله کردند و نتیجه این حمله ، ثبت گل برای سفیدپوشان شد. شبنم شهروان(بازیکن مشکی پوش)به دلیل عدم توجه به تذکرات مکرر داور، رنگ کارت زرد را دید . در پی اعتراض مشکی پوشان از حمله‌ای که منجر به گل نشد درخواست شبیه‌ساز ویدیو چک کردند و داور طبق تشخیص خود به نفع مشکی پوشان ضربه پنالتی گرفت که به

واسطه ضربه فرشاد کاویانی نتیجه بازی

به ۱-۱ تغییر پیدا کرد.

در ثانیه‌های پایانی نیمه دوم ، پوریا نوشادی به دلیل

اعتراض نابجا به داور کارت زرد گرفت و نتیجه بازی به ضربات پنالتی

موکول شد . در نهایت سفیدپوشان به مرحله بعدی رفتند .

### بازی حذفی(سوم چهارمی) بین تیم‌های روانشادان کیارش

#### داریوشی و بیژن شهریاری:

نیمه اول با گل بهمن فرهادی به پایان رسید . نیمه دوم با حضور فرشاد کاویانی حال و هوای بازی عوض شد . مشکی پوشان حین حمله سفیدپوشان ناخواسته خطای هند انجام دادند و با کمک ( شبیه‌ساز ویدیوچک) سفیدپوشان ضربه پنالتی زدند . بنا به دلایلی سفیدپوشان ضربه پنالتی را به صورت نمادین انجام دادند. حین انجام بازی ، با مشورت داور اول و دوم تصمیم بر این شد که سفیدپوشان به دلیل تخطی کردن مشکی پوشان از قوانین دفاع ، ضربه پنالتی بزنند که به لطف فرشاد کاویانی نتیجه بازی به ۱-۱ تغییر پیدا کرد و دوتیم راهی ضربات پنالتی شدند و در نهایت مشکی پوشان جایگاه سوم را به سفیدپوشان پیشکش کردند .

#### فینال :

آقای آریا کاویانی با معرفی اسامی بازیکنان دوتیم ، فینال اولین دوره از مسابقات گل کوچک جام روانشاد شاه بهرام گشتاسبی را شروع کرد.

در ابتدا نیمه اول بازی هر دو تیم ، با تدبیر و استراتژی ؛ حمله‌های خوبی انجام دادند. در ضدحمله‌ای که توسط بازیکن خوب مشکی پوش (بهنیا)انجام گرفت به دلیل عدم حضور دروازه‌بان در دروازه؛ توپ را با کف پا راهی دروازه کرد و طبق قوانین بازی ؛ گل زده شده ثبت نگردید. پویان آبادیان حین حمله به مشکی پوشان به دلیل انجام خطا ، داور کارت زرد را به او داد و پس از حمله و ضدحمله‌های پیاپی بی‌نتیجه طرفین ، نیمه اول با نتیجه ۰-۰ به پایان رسید.

در زمان استراحت بین دو نیمه ، کوروس شهریاری بازیکن و جوان بانرژی ، با رقص فی البداهه خود رنگ و بویی تازه به محیط باشگاه بخشید و باعث شادی همه شد.

در نیمه دوم با جدیت بیشتر دوتیم حمله‌های خود را انجام میدادند تا بالاخره تلاش مشکی پوشان نتیجه داد و اولین گل فینال را به نفع خودشان ثبت کردند.

کوروس شهریاری به دلیل آسیب دیدگی از ناحیه زانو و عدم رسیدن به موقع در دروازه و محافظت از آن ، بهنیا موبدشاهی از فرصت استفاده کرد و نتیجه بازی را ۰-۲ به نفع مشکی پوشان تغییر داد. کیا موبدشاهی به واسطه خطای هندی که حین دفاع از حملات سفیدپوشان انجام داد ، داور به نفع سفیدپوشان ضربه پنالتی در نظر گرفت و کیا با اعتراض مداوم





خود از طرف داور کارت زرد گرفت.

در نهایت سفیدپوشان با با جوانمردی نیمه را با نتیجه ۰-۲ به پایان رساندند. آنها روی سکوی دوم ایستادند و به تشویق مشکی پوشان در جایگاه اول پرداختند.

### اختتامیه

خانم کمند کاویانی با خوانش گاتها و دکلمه ، مراسم اختتامیه را شروع کرد . آقای فرزاد نیکدین(مدیر باشگاه اردشیرهمتی) حین سخنرانی خود به تشویق والدین برای حمایت از حضور و شرکت فرزندانشان در محیط ورزشی باشگاه پرداختند. ایشان ضمن تقدیر و تشکر از تیم نونهالان فوتسال باشگاه که در مسابقات جام جانباختگان با مربی گری آقای امید شهریاری ، که بنا دلایلی غیرمنصفانه در جایگاه دوم ایستادند ، هدایایی را به این عزیزان از طرف باشگاه پیشکش کردند. وی با تقدیر و تشکر از آقای امیدشهریاری (مربی فوتسال باشگاه و عضو کمیته برگزاری جام) به پاس زحمات فراوانی که در طول این مدت کشیدند ؛ هدیه ای از طرف باشگاه به رسم یادبود به ایشان پیشکش کردند.

ضمنان آقای نیکدین به پاس برگزاری این مسابقات هدیه ای را به رسم یادبود و تشکر از طرف باشگاه ؛ به خانواده روان شاد شابهرام گشتاسبی تقدیم کردند . همچنین خانم شهلاشهریاری (همسر آن روان شاد) هدیه ای را به رسم یادبود به باشگاه ، به آقای نیکدین تقدیم کردند.

کمند کاویانی پس از خوانش دکلمه ای که برای روانشاد شاه بهرام گشتاسبی نوشته بودند از آقای آریا کاویانی برای حضور به جایگاه ضمن ادامه برنامه و اهدا جوایز دعوت کردند.

مقام اول: تیم فرشاد زعیم

مقام دوم: تیم پادینا پیران نژاد

مقام سوم: تیم کیارش داریوشی

مقام چهارم: تیم بیژن شهریاری

از جذابیت های این جام میشه به اهدا جوایز به تیم بیژن شهریاری که مقام چهارم را کسب کردند اشاره کرد.

خانواده روانشاد شاه بهرام گشتاسبی برای آقا و بانوی گل این مسابقات هم جوایزی تدارک دیدند که فرشاد کاویانی با ۶ گل و دنیا نوشادی با ۲ گل به عنوان آقا و بانوی جام معرفی شدند.

نویسنده: آراین کاویانی

با هماهنگی: امید شهریاری





ساختمان گشتاسب:

در ابتدای سخن جای آن دارد که درود بفرستیم به روان پاک شادروان مهندس سیروس فروهری که بنیان گذار ماهنامه اشا برای جامعه زرتشتیان کرمان بود و درود به همه دوستان و جوانانی که راه ایشان را ادامه می دهند.

با توجه به اینکه قرار است از این پس در هر شماره از ماهنامه اشا بخشی تحت عنوان **خاطرات همکیشان** درج گردد، بر خود لازم دیدم که من هم در حد توان و آگاهی خود سهمی از این خاطرات را عهده دار گردم و همچنین از همگی همکیشان تقاضا دارم تا دست به قلم شده و خاطرات خود را برای ماندگاری و ثبت در تاریخ برای هموندان هیئت مدیره ماهنامه اشا ارسال نمایند تا در این بخش چاپ شود. خاطرات هرچند کوتاه که باشد اما می تواند گوشه ای از تاریخ معاصر ما را ثبت و ماندگار کند.

در این شماره خاطره ساختمان گشتاسب را برایتان بازگو میکنم. ساختمان گشتاسب که در مجاورت زیارتگاه شاه ورهرام ایزد ساخته شده است ماجرای جالبی دارد. حدود ۳۰۰ سال پیش و در پایان حکومت صفویه، زمانی که محمود افغان به کرمان رسید به دلیل دیوارهای بلند و محکم شهر کرمان نتوانست وارد شهر شود و به محله زرتشتیان که بیرون از دیوار و دروازه های شهر قرار داشت هجوم برد و مشکلات زیادی را بوجود آورد. عده ای از زرتشتیان در روز ورهرام ایزد مهرماه سال ۱۰۹۸ خورشیدی به گوشه ای پناه برده و دست به دعا شدند تا از شر این سربازان وحشی رها شوند که با برآورده شدن دعای زرتشتیان کرمان برای نجات از وحشیگری محمود افغان، زیارتگاه شاه ورهرام ایزد در همان محل احداث گردید. (البته علت برگشت محمود افغان، شنیدن خبر شورش در پایتخت خودش بود) در این مجموعه علاوه بر ساختمان زیارتگاه، ساختمانهای دیگری هم در مجاورت آن برای استفاده نیازمندان ساخته شده بود که بعدها ورودی آنها از داخل زیارتگاه مسدود گردید و به مرور زمان تک تک آنها مخروبه شد. در سال ۱۳۴۸ خورشیدی شخصی به نام روانشاد هرمز دیار بهرام همتی به انجمن وقت به ریاست روانشاد پرویز سروشیان مراجعه کرد و قصد داشت پولی را برای پرداخت هزینه های آتشکده کرمان اهداء نمایند در

این زمان با مشورت هموندان انجمن قرار بر این شد تا ساختمانهای جدیدی بر روی زمینهای مخروبه مجاور زیارتگاه شاه ورهرام ایزد ساخته شود تا از درآمد آنها هزینه های آتشکده پرداخت گردد. با این نیت روانشاد هرمز دیار همتی با سرمایه خود و برادرش، روانشاد خدامراد بهرام همتی ساختمانهایی را احداث کرد که به نام خیریه همتی نامگذاری و در سال ۱۳۴۹ به بهره برداری رسید. ساختمانهای خیریه هرمز دیار همتی در سال ۱۳۸۴ خورشیدی در طرح تعریض خیابان شهید باهنر قرار گرفت و همگی آنها تخریب شد تا اینکه ۷ سال بعد در سال ۱۳۹۱ خورشیدی با فروش زمین روانشاد گشتاسب نوروز همتی ( که آن هم داستان جداگانه ای دارد که در شماره های بعدی خواهم نوشت) انجمن وقت به ریاست آقای سیروس نیکبخش تصمیم گرفت تا با مبلغی از فروش زمین یاد شده ساختمان جدیدی را در محل باقیمانده خیریه هرمز دیار همتی احداث کند و آن را به نامگانه روانشاد گشتاسب نوروز همتی ساختمان گشتاسب نامگذاری نماید. بعد از انجام این کار و احداث ساختمان کنونی، در راهروی ورودی آن، کتیبه ای نصب گردید که خلاصه ای از ماجرا نوشته شد تا یاد این دهشمندان و کار نیکشان فراموش نشود.



نویسنده: آرش ضیاتبیری



### هموندان کنونی هیات مدیره کمیسیون جوانان:

هموندان کنونی هیات مدیره کمیسیون جوانان که از اردیبهشت ماه امسال آغاز به کار کرده اند: آبتین بختیاری (رییس)، آرش فروهری (منشی)، آریومن فروهری (خزانه دار) هستند.

### هدفهای کمیسیون جوانان:

کمیسیون با هدف کلی نزدیک شدن همه اقشار و سنین مختلف جامعه به همدیگر برنامه های گوناگونی را پی ریزی و اجرا می کنند اهداف این گروه نخست آشنایی، نزدیک شدن و همکاری و همدلی بیشتر جوانان با یکدیگر و بدست آوردن تجربیات تازه و کشف استعدادهای خودشان است.

کمیسیون جوانان شامل سه شورای اصلی (۱) فرهنگی هنری (۲) تفریحی ورزشی (۳) آموزشی اقتصادی است و جوانان می توانند بنا به سلیقه و توانایی های خود با هریک از این شوراها همکاری کنند.

### برنامه های برگزار شده:

با هدف نزدیکتر شدن افراد جامعه به یکدیگر و استفاده بیشتر و مفیدتر از تمام ظرفیت های موجود از اردیبهشت امسال برنامه های گوناگونی برگزار شده که شماری از آنها را چنین می توان نام برد:

تور پیرسبزر خردادماه، جشن تیرگان، جام خانوادگی هماوردهای بازیهای قدیمی، نمایشگاه عکس های قدیمی زرتشتیان کرمان (ایستگاه زمان)، اردوی ۱۰ تا ۱۴ سال، اردوی رده ی سنی کلاسهای نهم تا دوازدهم، جشن مهرگان، و بزم دوم آذرماه .

### هدف از برگزاری برنامه ها

آبتین بختیاری هدف از برگزاری برنامه های گوناگون را برای تنوع دادن و دربرگرفتن سلیقه های گوناگون بیان می کند که برخی از این برنامه ها مانند نمایشگاه عکس تا کنون انجام نشده بود و برای نخستین بار برگزار شده وی باور دارد که کمیسیون جوانان تا کنون با توجه به امکاناتی که در اختیارش بوده است توانسته به هدفهای مورد انتظارش برسد.

### برنامه های آینده کمیسیون

با توجه به اینکه مخاطبین این کمیسیون بیشتر جوانان هستند و با اطمینان می توان گفت که این گروه سنی توانایی های فراوانی دارند که شوربختانه فرصت بروز دادن برایشان فراهم نشده . از این رو در نظر داریم در آینده فضای کمیسیون به سمتی رود که با برگزاری دوره ها و کلاس های آموزشی جوانان بتوانند بیشتر توانایی های خودشان را بشناسند و به آن ها پردازند که سبب پیشرفت در زندگی شخصی، اجتماعی و کاری شان شود.

هدف کمیسیون جوانان تنها برگزاری برنامه های گوناگون نیست بلکه رشد و پیشرفت جوانان هم هدف کمیسیون است.

### آشنایی با کمیسیون جوانان زرتشتی کرمان:

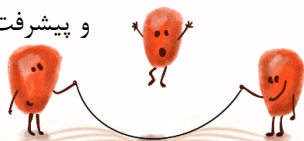
(اهداف، وظایف، عملکرد و اختیارات)

چندی است که کمیسیون جوانان زرتشتی کرمان با تغییر ساختار و اهداف تازه فعالیت های اجتماعی خود را آغاز کرده است و در همین مدت کوتاه شاهد دگرگونی های شگرف و موفقیت های چشمگیری در راه نیل به اهداف ارزشمند این گروه بودیم.

از این رو بر آن شدیم تا گفتگوی کوتاهی داشته باشیم با آبتین بختیاری فرانشین کمیسیون جوانان تا افزون بر آشنایی بیشتر با آرمانهای این گروه فعال اجتماعی تا حد امکان راز این پیروزی را نیز دریابیم.

فارغ از سوز و سرمای جانسوز پاییز در اتاق گرمی که باشگاه اردشیر همتی در اختیار جوانان گذاشته همراه با آرتین فروهری هماهنگ کننده ماهنامه اشا در حالی که شماری از جوانان در گوشه دیگری از اتاق در حال جنب و جوش و فعالیت هستند گفتگو با فرانشین کمیسیون جوانان را آغاز می کنیم:

آغاز فعالیت های جدی آبتین بختیاری از سال ۱۳۹۰ پس از پذیرفته شدن وی در کنکور سراسری در دانشگاه علم و صنعت ایران که سبب می شود وی برای تحصیل به تهران برود و با شماری از دوستانش به عضویت کانون دانشجویان زرتشتی درآید است. وی پس از برگزیده شدن به عنوان عضو هیات مدیره در دوره ۱۹ به مدت دو سال خویشکاری وظیفه بازرسی کانون دانشجویان زرتشتی را بر دوش داشته و آبتین تا سال ۹۸ که پس از فارغ التحصیلی به کرمان باز می گرد فعالیت خود را به عنوان عضوی از آن ارگان ادامه داده است و پس از وقفه ی دوران کرونا فعالیت های اجتماعی خود را در سال ۱۴۰۰ با همکاری با کمیسیون جوانان زرتشتی کرمان با مشارکت در برگزاری جشن سده، جشن سپندارمذگان و ششم فروردین و... از سر می گیرد. وی می گوید: در راستای انجام این فعالیتها با توجه با کمبودهایی که در سیستم می دیدیم با همفکری آریومن و آرش فروهری و آبتین آذرگشاسبی پس از حدود یکسال بررسی و برگزاری جلسات متعدد، قالبی تازه را برای کمیسیون در نظر گرفتیم و، در اردیبهشت سال جاری (۱۴۰۲) فعالیت های کمیسیون از نو با لطف، همت و همیاری جوانان زرتشتی کرمان آغاز میشود .





نیازمند کمکهای مالی بیشتری از سوی ارگانهای مختلف هستیم تا بتوانیم یک سری دوره ها و کلاسهای آموزشی که نیازمند بودجه اولیه است را برگزار کنیم.

### در خواست جوانان از همکیشان:

کمیسیون جوانان از همکیشان انتظار دارند که از برنامه های این کمیسیون حمایت کنند و با شرکت پر شور در این برنامه ها باعث دلگرمی جوانان به برگزاری بهتر و بیشتر این برنامه ها شوند و البته کمکها، همفکری، پیشنهادهای و همکاری خانواده ها و همکیشان گرمی چراغ راه آینده جوانان خواهد بود برای نمونه در برگزاری برنامه بزم خانم شبم شهروان برای حمایت از جوانان و فرزندانشان وقتی که نیاز بود درآشپزخانه کمک قابل توجهی به ما کردند.

### سخن پایانی

فرنشین کمیسیون جوانان در پایان این گفتگو نخست از هموندان کمیسیون جوانان سپاسگزاری می کند که بی شک بدون کمک آنها تشکیل کمیسیون با رویکرد تازه امکان پذیر نبود و می گوید: این همکاری و همفکری در برنامه هایی که تا کنون اجرا شده ما را دلگرم کرده تا بتوانیم در آینده برنامه های ارزشمندتری برگزار کنیم.

از ارگانهای جامعه زرتشتی کرمان: انجمن زرتشتیان و باشگاه اردشیر همتی که همواره همیار ما در این مسیر بوده اند سپاسگزاری می کنیم وی در ادامه بیان میکند که: همچنین از همکیشان عزیز که در این مدتی که ما آغاز به کار کرده ایم همواره از ما حمایت کرده اند و با باشندگی پرشور خود در برنامه ها و اعتمادی که به ما داشته اند باعث دلگرمی ما بوده اند نیز بسیار سپاسگزاریم.



مصاحبه گر: آرمیتا فرهنگند

### چگونگی عضویت و شمار هموندان کمیسیون جوانان:

جوانان ۱۶ تا ۳۵ سال می توانند با شماره ۰۹۳۷۸۲۴۱۲۱۸ آقای آرش فروهری تماس بگیرند و درخواست عضویت دهند تا به عضویت کمیسیون دربیایند. و برای عضویت در کمیسیون محدودیتی وجود ندارد و افراد مختلف جامعه با دیدگاههای گوناگون بهتر است که در این نهاد مشارکت داشته باشند. تا کنون بیش از ۸۳ نفر در حداقل یکی از جلسات کمیسیون جدید شرکت نموده اند ولی به طور ثابت حدود ۳۰ تا ۴۰ نفر عضو فعال هستند.

### مزایای عضویت در کمیسیون جوانان:

وی در رابطه با مزایای عضویت در کمیسیون بیان می کند که: ما جامعه ای هستیم که ناگزیریم که خودمان، خودمان را ارتقا دهیم و هرکسی در این میان نقشی دارد کمیسیون جایی است که این فرصت را به جوانان می دهد و بی شک برای خودشان هم تجربیات ارزشمندی دارد که به دست آوردن آن در بیرون از جامعه ممکن نیست و یا اگر ممکن باشد دربردارنده هزینه زیادی است.

### رابطه کمیسیون جوانان با انجمن زرتشتیان و باشگاه

#### اردشیر همتی:

وی می گوید که رابطه کمیسیون با انجمن بسیار خوب است و انجمن در همه برنامه ها همراه و همیار ما بوده است از جمله در اختیار قراردادن فضاها و کمک های مالی و گرفتن مجوز های گوناگون. که بسیار سپاسگزاریم و امیدواریم این همکاری مستدام و هر چه پررنگ تر شود. هیچ مجموعه ای به تنهایی نمی تواند موفق شود و به تنهایی کارهای بزرگی را به سرانجام برساند و برای رسیدن به موفقیت لازم است تا همه ارکان جامعه باهم همکاری کنند و در اینجا لازم می دانم از انجمن و باشگاه ورزشی اردشیر همتی برای یاری و همکاری های مادی و معنوی که با ما دارند از جمله در اختیار گذاشتن فضایی برای کمیسیون سپاسگزاری ویژه داشته باشم و همچنین از آقای فرزاد نیکدین که با ما همکاری صمیمانه ای دارند و گاهی تا پاسی از شب که ما مجبور به کار هستیم در کنار ما هستند و فضای باشگاه را در اختیار ما می گذارند بسیار سپاسگزاریم و بی شک با گسترش این همکاری ها برنامه های آینده پربارتر خواهد بود و ما هنوز





## لخشکو (املت پیاز)

یک خوراک خوشمزه کرمانی که سریع آماده میشود و مناسب روزهای نبری می باشد. (زرتشتیان چهار روز در ماه را گوشت نمی خورند و اصطلاحاً روزهای نبری گفته میشود)

مواد لازم

پیاز

ترخون

تخم مرغ

نمک، فلفل، زردچوبه

جعفری و تره به دلخواه



## طرز تهیه:

پیازها را ریز خرد کرده، ترخون خشک را اضافه میکنیم (در اینجا میتوانیم جعفری و تره خرد شده را به دلخواه اضافه کنیم بعد از آن نمک، فلفل، زردچوبه را اضافه کرده و در آخر سه عدد تخم مرغ که با توجه به میزان پیاز تعداد تخم مرغها متغیر است را اضافه کرده و هم می زنیم. بعد از آن قاشق قاشق از مواد را برداشته و در روغن داغ دوطرفه آن را سرخ میکنیم. از خوردن این خوراک خوشمزه لذت ببرید.



## آشپزی و ترفند های طلایی:

زردچوبه، این زرد همه کاره پر از خاصیت:

- ۱- استفاده از زردچوبه برای رنگ و طعم بهتر انواع برنج های مخلوط اعم از لوبیا پلو، گوجه پلو، استانبولی پلو، عدس پلو و ماش پلو و غیره. بدین صورت که اواخر پخت برنج، قبل از آبکش کردن، کمی زردچوبه اضافه کرده سپس بعد از چند دقیقه آبکش نمایید. رنگ و طعم بی نظیری به پلو های مخلوط خواهد داد.
- ۲- استفاده از زردچوبه برای رنگ دادن به رشته های ماکارونی. برای داشتن ماکارونی خوش رنگ و خوش طعم استفاده از زردچوبه در اواخر پخت و قبل از آبکشی، مزه خوراک را دلچسب تر خواهد کرد.
- ۳- استفاده از زردچوبه برای رنگ دادن به انواع ته دیگ، اعم از ته دیگ سیب زمینی و نان.



از اواخر شهریورماه سال جاری، کمیسیون جوانان زرتشتی کرمان، برگزاری برنامه‌ای متفاوت با قالب بزم همگانی برای همکیشان را در دستور کار خود قرار داد. در برنامه‌ریزی اولیه با توجه به تداخل زمانی با رویدادهایی چون سروش ایزد، این برنامه به زمان دیگری موکول شد تا در نهایت در دوم آذرماه ۱۴۰۲ در محل آتشکده کرمان برگزار گردید. آقای رامتین زندخواوری به همراه آقای آرشام گشتاسبیان به عنوان هماهنگ کننده‌های این برنامه از همان ابتدا با ایده‌های جدید خود، سعی در برنامه ریزی و برگزاری بزمی متفاوت نمودند. از جمله اقدامات موفق این تیم می‌توان به آنلاین شدن سیستم ثبت نام، اجرای طرح راه اندازی بار سرد، استفاده از اسپانسر و تنوع انتخاب شام اشاره کرد که به کمک و مشارکت دیگر اعضای کمیسیون محقق و برآورده شد. دی جی برنامه، آقای پویان آبادیان، با تلاش خود مسئولیت ساخت اتمسفر شاد و پرهیجان برای شرکت کنندگان را بر عهده گرفت. این بزم با حضور حدود ۲۱۰ نفر از همکیشان از ساعت ۶:۳۰ پسین آغاز شد و تا حدود ساعت ۱۱:۰۰ شب ادامه یافت. پس از تحویل شام در ساعت ۱۱:۳۰، برنامه به پایان رسید.

این برنامه نه تنها یک فرصت برای شادی باشندگان و گردهمایی همکیشان بود بلکه قدمی رو به جلو در راه گسترش و بهبود برنامه‌های آتی کمیسیون جوانان محسوب می‌شود. از دیگر نقاط قابل توجه این برنامه استقبال خوب همکیشان بود که جوانان را برای برگزاری بیشتر و بهتر این دست برنامه‌ها در آینده دلگرم کرد.

نویسنده: آرش فروهری

### نمایشگاه یلدایی:

در روز ۲۳ آذرماه در یک هوای پاییزی و بارانی از ساعت ۱۴ تا ۲۱ برگزار شد. بیش از ۲۳ کسب و کار در زمینه های همچون صنایع دستی (بافتنی،چرم،شمع سازی ،زیور الات،پوشاک،انواع کیک و شیرینی ،خوراکی و نوشیدنی و محصولات آرایش و بهداشتی به ارائه حرفه خود پرداختند.مسئول غرفه ها از دوستان همکیش و غیر همکیش بودند و بازدید خوبی از نمایشگاه صورت گرفت.

### غرفه های هنرمندان زرتشتی:

خانم آریتا نوذری (مسئول غرفه بافتنی و صنایع دستی) که انواع کالاهای بافتنی را برای فروش ارائه داده بودند، کلاه های بافتنی ایشان که با گذاشتن روی سر حال و هوای قدم زدن در هوای پاییزی بهت دست میداد و قند های سبزی که با قلاب بافی بر روی آنها بسیار زیبا شده بودندویکی از هنرمندان کوچک خانم آرتیمیس کاپویانی که با دستبند ها وتل های زیبای که با ددستان کوچک خودش

درست کرده بود. زیبایی خاصی به دست وموی سر دختران میداد.

آقای کوروس شهریاری که با فروش باسلوق و سوهانهای خوشمزه شب یلد ارو برای ما شیرین تر کرد.

خانم آنیتا نوشادی (مسول غرفه کیک وشیرینی)

که بادیدن غرفه شون خیلی نمی تونستی جلوی خودتو بگیری طرف میزآنیتا نری کیکهایی که با زبون بی زبونی تو رو دعوت میکردند که مزه دهندو شیرین کنی وبا یک قهوه،طعم ومزه لذت بخش کیک شکلاتی وچیز کیک را صد برابر بیشتر احساس کنی.

آقای کامران گشتاسبی(مسول غرفه نوشیدنی های گرم بود)

نگم از طعم قهوه لاته که فقط با خوردن یک قلپ از اون ومزه مزه کردن قهوه خودتو وسط یک کلبه توی جنگل های شمال تصور میکردی که همچنان که بارون میاد تو از خوردن قهوه لذت می بری

خانم نازنین ضیاطبری:مسول غرفه چرم وشمع

شمع های یلدایی ایشان مطمئنا زینت بخش سفره یلدای خیلی از خانواده ها شده که با روشن کردنشون زیبایی دوچندان به سفره های یلدایی می دهد وکیف های چرم ایشان که هرکدوم در هر اندازه کاربرد خاص خودشون را دارد.

ندا بختیاری (مسول غرفه دمنوش های گیاهی وروغن های اورگانیک)

ایشون که با مشاوره درمورد هرکدام از دمنوش ها اطلاعات مفیدی به بازدید کنندگان دادند.

خانم پیوند بختیاری نوجوان هنرمندی که با بافته ها وصنایع دستی ،هنر خودش را به معرض نمایش گذاشته بود.

خانم پریسا کشاورزبان(مسئول غرفه آرایشی وبهداشتی )

مطمئنا ما خانم ها درمورد زیبای پوست خیلی دغدغه داریم ایشان با مشاوره ومعرفی محصول شون خیلی به بازدید کنندگان کمک کردند.

آقای کیوان بختیاری (مسول غرفه چای )

آقای کیوان بختیاری که با فروش چای باطعم های مختلف ، نظر ما را نسبت به چای یکنواختی که هرروز می نوشیم تغییر داد.

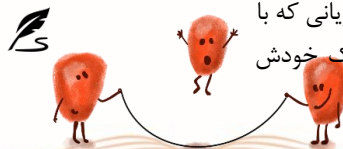
خانم ویدا کیوان آذر (مسول غرفه بافتنی مربوط به کودکان توانیاب)

ایشون مدرس بافتنی ومشوق خیلی از خانم ها برای یادگیری این هنر هستند وبه دوستان توان یاب کمک میکنند که بتوانند هنری را یاد بگیرند .غرفه ایشان نتیجه صبر وبردباری وهنر تدریس خانم کیوان آذر ودسترنج کودکان توانیاب بود که با استقبال خوبی روبه رو شد.

خانم شبنم شهروان وآرشام گشتاسبی (مسول غرفه آش وقهوه وسیب زمینی سرخ کرده

خوردن یک کاسه آش داغ خوشمزه در عصر پاییزی سرد بارونی خیلی لذت بخش بود. اونم از نوع آش دوغ ،آرشام و یوهیرا و شقایق خادمی هم که مسئول سیب زمینی های داغ و ترد خوشمزه ای بودند که بزرگترها را وسوسه می کرد از کنار سیب زمینی که برای بچه ها خریده بودند تند تند ناخونک بزندن.

نویسنده: ماندانا پیمان





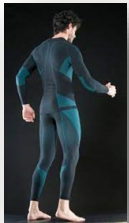
خوب اول فصل زمستان هستیم و آغاز سرما، هیچ وقت اولین برنامه کوهنوردی زمستانی که رفتیم را فراموش نمیکنم اینو بگم وقتی میگی برنامه زمستانی یعنی بیشتر مسیر پیمایش در برف هست که اگر با باد همراه باشه سرمای دوجندان رو حس خواهید کرد.

خوب حالا چجوری در مقابل این سرما از خودمون محافظت کنیم و در عین حال که میخوایم از مسیر برفی لذت ببریم گرما را هم در وجودمان احساس کنیم؟

خوب اول از همه اینو بدونین که چه در زندگی روزمره و چه در کوهنوردی در زمستان های سرد ما باید مانند یک پیاز باشیم، حالا یعنی چی؟

یعنی باید مانند پیاز لایه لایه لباس بپوشیم پس فکر نکنین با پوشیدن یک کاپشن کلفت بیشتر گرم میشوید تا داشتن چند لایه لباس نازکتر روی هم!

بریم سراغ کوهنوردان که نمیتوانند توی زمستان تعداد زیادی لباس بپوشند و یا باخودشان حمل کنن، بخصوص در صعودهای برفی که بسیار مشکل تر هستند، پس در ادامه توضیحاتی در مورد لایه های لباس هایی که کوهنوردان در برنامه های زمستانه میپوشند میدهم:



لایه زیرین (Base): پوششی است که با پوست بدن در تماس است و بهتر است جنس آن از پلی استر تهیه شده باشد و کاملا بهداشتی باشد، اینم بگم که عمدتا روی بدن خوب نمی ایستد.

لایه میانی: پوششی است که دمای بدن را در حد مطلوب حفظ می کند و باید دارای تنفس مطلوب و دفع کننده گرمای اضافی و نگه دارنده گرمای بدن باشد.

عمدتا ما این لایه را با نام پلار میشناسیم که در واقعیت پلار پارچه ای از پلی استر و الیاف مصنوعی است که سبک، مقاوم و در صورت خیس شدن سریع خشک می شود.

لایه رویی: پوششی است که به عنوان عایق به کار رفته و پوشش های قبلی را در مقابل عوامل جوی مانند سرما، رطوبت، باد و ... حفظ میکند(در اصطلاح پوشاک تنفسی گفته می شود).

خوب این لایه پوشش های زیر را در بر می گیرد:

**گورتگس:** یک نوع پارچه است که از سه لایه تشکیل شده که ویژگی اصلی آن، عبور ذرات بخار تعرق بدن که در اثر حرکت در کوهستان به وجود می آید و از نفوذ باد و رطوبت ناشی از عوامل جوی جلوگیری می کند.

\* اینم گوشه ذهنتان داشته باشید که نباید این لباس های در مدت زمان زیادی تا زده در کمدهامون بزاریم چون الیافشان از محل تاها میشکنند و عملکرد خودشان رو از دست میدهند پس بهتر است همیشه آویزان باشند.

**پوشاک پر:** این پوشاک از پر پرندگانی مثل اردک و غاز تهیه میشوند و دمای بدن را به خوبی نگه می دارد، این پوشاک بسیار سبک و حجم کمی را اشغال می کنند، از طرفی چون این پوشاک خیلی سریع خیس می شوند و خیلی دیر خشک می شوند عمدتا در زمان استراحت، شب مانی و بیواک(استراحتی کوتاه) از آن استفاده می شود.

\* حالا فکر میکنید چرا ما از این نوع کاپشن ها زیاد توی خیابان نمیبینیم که عموم مردم بپوشند؟

اولا مارک های خوب این کاپشن ها عمدتا گران قیمت هستند و صرفه اقتصادی ندارند، دوما این لباس ها تاریخ انقضا دارند و در صورت منقضی شدن و عدم نگهداری مناسب می بینیم که از گوشه و کنار آن ها پرهایی خارج میشوند و در آخر چون در هنگام بارندگی کاملا کارایی خود را از دست میدهند(البته با توجه به پیشرفت تکنولوژی می توان کاپشن های پر ضد آب نیز تهیه کرد اما به شدت گران قیمت هستند)

نویسنده: آبتین آذرگشاسبی





ما زنده به آنیم که آرام نگیریم  
موجیم، که آسودگی ما عدم ماست

