

بچه‌ها بتتری



• سال نهم • مرداد ۹۹ • شماره ۱۰
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



در ماه جشن و شادی بخوانید

- ۲..... فکرش را هم نمی کردیم!
- ۷..... تو بهترینی علی
- ۸..... میوه های آبدار
- ۱۰..... ما علی را دوست داریم
- ۱۱..... جملات به یاد ماندنی
- ۱۲..... مولای جوانمرد
- ۱۴..... پایان نامه ی مامان
- ۱۷..... ماهیچه ها و حرکت بدن
- ۱۹..... یخ از کجا می آید؟
- ۲۱..... موز
- ۲۳..... چیستان
- ۲۴..... کلمه ی طلایی
- ۲۵..... تابستان شاد

فکرش را هم نمی کردیم!

صبح عید غدیر بود و می دانستیم که به دلیل بیماری کرونا، امسال نمی توانیم به دیدن سادات برویم. هر یک از ما گوشه ای کز کرده و زانوی غم بغل گرفته بودیم. هر چند دقیقه یک بار، یکی از ما خاطره ای از میهمانی های عید غدیر سال های گذشته را تعریف می کرد و همه از عیدی های آن میهمانی صحبت می کردیم و بعد هم یکی می گفت: «ولی امسال که نمی توانیم جایی برویم.» دوباره ساکت می شدیم.

مامان و بابا در آشپزخانه مشغول صحبت آهسته با هم بودند. نمی دانستیم در باره ی چه حرف می زنند و بر خلاف همیشه، هیچ کدام از ما کنجکاو نبودیم بفهمیم موضوع چیست؟ بابا از آشپزخانه بیرون آمد و گفت: «توجه! توجه! خبر مهم! بچه های

گل بابا! همه بیایید اینجا.» هر کدام از گوشه‌ای آمدیم و کنار بابا نشستیم. بابا گفت: «عید شما مبارک!» با بی‌حوصلگی گفتیم: «عید شما هم مبارک.» بابا گفت: «اگر بخواهید بی‌حال باشید، خبر مهم را نمی‌گویم.»

مامان چند نایلون و بسته در دست داشت، با شادی آمد و گفت: «عزیزان مرا اذیت نکنید آقا!» بابا گفت: «عید غدیر، کسی نباید ناراحت باشد چون می‌خواهیم به میهمانی برویم؛ آن هم نه یک جا بلکه چندجا!» هنوز حرف بابا تمام نشده بود که خواهر کوچولو و داداش کوچولو با سرعت به اتاق رفتند تا لباس میهمانی بپوشند. من از جایم تکان نخوردم چون حرف بابا برایم بسیار عجیب بود.

بابا گفت: «تو خیال نداری با ما به میهمانی بیایی؟» گفتم:
«ولی الآن که نمی‌شود جایی رفت!» بابا گفت: «ولی ما
می‌رویم! زود لباس بپوش.» من لباس پوشیدم ولی هنوز هم
نمی‌توانستم باور کنم که قرار است از خانه خارج شویم.

وقتی همه با لباس‌های نو که بابا و مامان به مناسبت عید غدیر
برایمان خریده بودند، آماده‌ی رفتن شدیم؛ بابا تلفن همراهش
را برداشت و گفت: «همه بیاید کنار من!» سؤال‌های فراوان،
دست از سرم برنداشته بودند که صورت مهربان مادر بزرگ را
روی صفحه‌ی تلفن دیدم. مادر بزرگ اسم همه‌ی ما را صدا کرد و
قربان صدقه‌ی ما رفت. بعد بابا بزرگ با شادی آمد و عید را به ما
تبریک گفت.

مامان بعد از سلام و علیک با آن دو گفت: «آقا جون، عزیز جون! ما و بچه‌ها عید را به شما تبریک می‌گوییم.» بابا بزرگ گفت: «عزیزانم، خوش آمدید!» مادر بزرگ گفت: «خدا همه‌ی شما را سلامت و شاد برای ما نگه دارد. دخترم حالا از طرف ما از بچه‌ها و همسرت پذیرایی کن!»

وقتی سرگرم خوردن شیرینی و میوه شدیم، بابا گفت: «آقا جون، عزیز جون! اجازه می‌دهید هدایای عید را به نمایندگی از شما به بچه‌ها بدهیم؟» اینجا بود که توجه ما به بسته‌های پشت سر مامان جلب شد. از خوشحالی در پوست‌مان نمی‌گنجیدیم. خواهر کوچولو گل‌سرهای رنگارنگ و یک عروسک قشنگ گرفت. داداش کوچولو ماشین مورد علاقه‌اش را گرفت. سهم من هم چند کتاب داستان بود زیرا خیلی دوست دارم در

آینده نویسنده بشوم. بابابزرگ می گوید: «نویسنده‌ی خوب، کسی است که زیاد کتاب بخواند.» خواهر بزرگم وسایل نقاشی هدیه گرفت و یک تبلت هم سهم برادر بزرگم شد.

بعد از این میهمانی تلفنی، چند میهمانی دیگر هم رفتیم که صاحب‌خانه‌ها از سادات بودند. معلوم شد همه‌ی آن‌ها عیدی‌های ما را از قبل تهیه کرده و به مامان داده بودند تا در زمان میهمانی تلفنی، به ما بدهد. هر کدام از ما تا شب چندین عیدی دوست‌داشتنی دریافت کردیم. با اینکه امسال از خانه خارج نشدیم ولی عید غدیر، خیلی به ما خوش گذشت. فکرش را هم نمی‌کردیم که در خانه بمانیم و این همه میهمانی لذتبخش برویم. عید بر شما دوستان عزیزم مبارک!

[[قاصدک]]

تو بهترینی علی
تو جانِ جانِ علی
چه مهربانی علی
تو جانشین خورشید
در آسمانی علی
تو اولینی علی
تو بهترینی علی
همیشه می درخشی
مثل نگینی علی
چه پاک و باصفایی
تو هدیه‌ی خدایی
تو را صدا می‌کنیم

که آشنای مایی
تو سروری، تو رهبری
از همه عالم بهتری
فقط تویی، فقط تو
که یار پیغمبری
علی، علی، جان ماست
قلّهی ایمان ماست
ما همه خاکیم و او
مژده‌ی باران ماست

[[شکوه قاسم‌نیا]]

میوه‌های آبدار
آمده فصل تابستان

با خورشید فروزان
تیر و مرداد، شهریور
می آیند با تابستان
تابستان، گرم گرم است
آفتابش داغ و سوزان
اما من دوستش دارم
چون تعطیل است دبستان
تابستان فصل کوشش
تابستان فصل کار است
بر شاخه‌ی درختان
میوه‌های آبدار است
میوه‌ی آبدار و شیرین
نعمت پروردگار است

ما علی را دوست داریم

روزی پیامبرِ ما

یه جا به نام غدیر

گفت به همه آدما

هر کسی من بوده‌ام

بزرگ و رهبر او

از این به بعد علی هست

امام و سرور او

از اون به بعد علی شد

امام ما مؤمن‌ها

عید می‌گیریم اون روزو

تا باشد دنیا دنیا

علی امام ما هست

اینو همه می‌دونیم

ما علی رو دوست داریم

شیعه‌ی اون می‌مونیم

«اکرم خیری»

جملات به یاد ماندنی

*** اجازه ندهید یک اختلاف کوچک، به دوستیِ بزرگ‌تان لطمه
بزند.**

*** وقتی چیزی را از دست می‌دهید یا در کاری شکست
می‌خورید، درس و تجربه‌ای که از آن شکست گرفتید، فراموش
نکنید.**

*** آرام صحبت کنید ولی سریع فکر کنید.**

*** مهم بودن، خوب است اما خوب بودن، مهم‌تر است.**

*** ارزش محبت، به ادامه داشتن آن است نه به اندازه‌ی محبت!**

*** اگر به این فکر کنیم که چه بگوییم، بهتر است از اینکه از گفته‌های خود پشیمان شویم.**

*** مهم‌ترین و بهترین زبان، زبان عمل است.**

*** هیچ‌کس و هیچ‌چیز نمی‌تواند از رشد ما جلوگیری کند مگر ناامیدی و سستی خود ما.**

[[قاسم رضانی]]

مولای جوانمرد

دو غلام، یکی غلام بنی‌امیه و دیگری غلام بزرگان بنی‌هاشم بودند. هر یک از این دو غلام می‌گفتند: «مولای من جوانمردتر است.» آن دو تصمیم گرفتند میزان جوانمردی مولای خود را

آزمایش کنند. غلام بنی‌امیه نزد بزرگان قوم خود رفت و از فقر و نداری نالید. ده نفر از بزرگان، هر یک ده‌هزار درهم (سکه‌ی نقره) به غلام دادند که صد هزار درهم شد.

غلام بنی‌هاشم نزد امام حسین (ع) رفت و از فقر نالید. امام به او صد هزار درهم دادند. سپس پیش عبدا... جعفر رفت و او هم صد هزار درهم داد. نفر سوم هم صد هزار درهم به او داد. غلام با ۳۰۰ هزار درهم برگشت و گفت: «مولا‌های تو شاگرد مولا‌های من هستند. بین مولا‌های من چقدر بخشش کردند! بیا سکه‌ها را به آن بزرگان پس بدهیم.»

غلام بنی‌امیه نزد بزرگانی که از آنان درهم گرفته بود، رفت و گفت: «من دیگر به سکه‌های شما نیاز ندارم و آن‌ها را باز پس آورده‌ام.» هر یک از آن ده نفر، سکه‌هایی را که به او داده

بودند پس گرفتند. غلام بنی‌هاشم سکه‌ها را پیش بزرگان قوم برد و گفت: «من از این سکه‌ها بی‌نیاز شدم و آن‌ها را برای‌تان پس آورده‌ام.» آن بزرگان گفتند: «ما داده‌های خود را باز پس نمی‌گیریم. اگر تو آن‌ها را لازم نداری، صدقه بده.»

پایان‌نامه‌ی مامان

توی حیاط خانه‌ی مادر جون بودیم. خوش به‌حالش، حیاط و حوض دارد! توی حوضش ماهی دارد. شاید اگر پایان‌نامه را توی حوض بیندازم، ماهی‌ها باسواد شوند. مامان رفت توی اتاق، پیش مادر جون. پایان‌نامه‌ی مامان را باز کردم، خیلی ازش بدم می‌آید. یک کتاب بزرگ آبی است اما مثل کتاب‌های ما کلاس اولی‌ها، نقاشی ندارد. مامان می‌خواهد فردا آن را به معلمش بدهد. طفلکی مامان! خیلی از شب‌ها نخواهید تا آن را

بنویسد. مامان درس فوق لیسانس می خواند ولی من نمی دانم او کلاس چندم است؟

پایان نامه را بغل کردم. زورم به او نمی رسید! کوبیدم رویش و گفتم: تو باعث شدی ما چند وقت غذا پرچم بخوریم. می دانی پرچم چیست؟ مامان اسم آن را پرچم گذاشته. من که کوچولو تر بودم، رنگ ها را از روی آن یاد گرفتم. خیار سبز، پنیر سفید، گوجه قرمز. مامان می گوید خوردن تخم مرغ زیاد و ساندویچ و پیتزا مضر است! مامان های دوستان من، موهای آنان را گیس می بافند تا زیبا به مدرسه بیایند. تو باعث شدی همیشه موهای من باز باشد و از زیر مقنعه ام بیرون بریزد.

پایان نامه جوابم را نداد زیرا او زبان ندارد! دلم برایش می سوزد چون می خواهم آن را توی حوض بیندازم! آخه مامان

آن را بیشتر از من دوست دارد. به طرف حوض رفتم، پایان نامه را بالای سرم گرفتم. گربه‌ی سیاه از روی دیوار پرید. خیلی ترسیدم و پایم لیز خورد. با پایان نامه دوتایی توی حوض افتادیم. جیغ زدم! مامان به طرفم دوید. وای! داشتم خفه می‌شدم. نمی‌دانستم حوض مادر جون این قدر آب دارد.

مامان پرید توی حوض، مرا بغل کرد و بیرون کشید. خیلی گریه می‌کرد ولی پایان نامه را بغل نکرد. لباس قرمز مامان به تنش چسبیده بود. پایان نامه هم خیس شده و ورق‌هایش خراب شده بود. مامان اخم کرد و دستش را بالا برد تا تنبیهم کند. گریه کردم و گفتم: «بخشید! آخه مامان، تو آن را بیشتر از من دوست داری!»

مامان مرا بغل کرد و بوسید و گفت: «من تو را از همه چیز توی دنیا بیشتر دوست دارم.» گفتم: «مامان! موهایم را گیس می‌بافی؟» مامان بلند خندید و گفت: «اول خشکش کنیم و بعد برایت می‌بافم، دوتا گیس دوقلو!»

«ساناز ضرابیان»

ماهیه‌ها و حرکت بدن

ماهیه‌ها برای بدن، بسیار مهم هستند. شما بدون ماهیه‌ها نمی‌توانید حرکت کنید. آن‌ها به شما کمک می‌کنند به شکل‌های مختلف اعضای بدن را حرکت دهید. همه‌ی حرکات بدن به‌عهده‌ی ماهیه‌ها است؛ از راه رفتن و دویدن تا برهم زدن پلک‌ها. شما حتی زمانی که می‌نشینید، ماهیه‌ها بدن را نگه می‌دارند. ماهیه‌های صورت و زبان به شما کمک می‌کنند تا

بتوانید احساس و فکرتان را بیان کنید. هنگام توپ‌بازی هم از ماهیچه‌های بازو و سینه استفاده می‌کنید.

بیش از ۶۰۰ ماهیچه در بدن وجود دارد. آن‌ها بیشتر از ۴۰ درصد بدن را تشکیل می‌دهند یعنی هر کیلوگرم از وزن بدن، مساوی است با ۴۰۰ گرم ماهیچه. از خدا به‌دلیل آفرینش ماهیچه‌ها در بدن که به کمک آن‌ها هزاران حرکت مثل دویدن، پریدن، راه رفتن و بازی را انجام می‌دهیم، تشکر کنیم.

ماهیچه چیست؟ ماهیچه از رشته‌هایی درست شده که به‌صورت دسته‌های ظریف، تقسیم شده‌اند. هر رشته با دسته‌هایی از بافت به‌نام «پریمیسیوم» پوشیده شده است. ماهیچه‌ها به‌وسیله‌ی بافت‌های ورقه‌ای که به آن «نوارهای عمقی» می‌گویند، از هم جدا می‌شوند. عصب‌ها از میان ماهیچه‌ها عبور

می کنند و پیام ها را از مغز به ماهیچه ها حمل می کنند. همچنین تعداد زیادی رگ های خونی در هر ماهیچه وجود دارد. ماهیچه شبیه همان تکه های گوشتی است که می خوریم.

[[طیبه سادات صالحی و مرضیه سادات صالحی]]

یخ از کجا می آید؟

انسان در زمان های گذشته در فصل تابستان، سعی می کرد مواد غذایی را با استفاده از یخ و برف، سرد نگه دارد. این کار، بسیار مشکل بود. برف و یخ از کوه های مرتفع به پایین آورده و در مکان های مخصوصی نگهداری می شد. به عنوان مثال، رومیان باستان حفره های بزرگی در مناطق کوهستانی ایجاد و برف را در آن ذخیره می کردند. آن ها این ذخیره را با تخته های چوبی

می‌پوشاندند و سپس یخ را از این نواحی به شهرهای مختلف حمل می‌کردند.

نخستین آزمایش‌ها برای تولید یخ مصنوعی، در قرن هفدهم میلادی آغاز شد. محققان بعدها کشف کردند برخی مواد در شرایط خاص، از حالت جامد به حالت مایع درمی‌آیند. این مواد، گرما جذب می‌کنند. جذب گرما با سرد شدن و پایین آمدن دما همراه است. آزمایش‌های بعدی نشان داد جذب گرما موجب تبخیر مایعات نیز می‌شود. برای مثال، وقتی نسیم، قطرات عرق روی صورت ما را بخار می‌کند، احساس سرما می‌کنیم. یخچال‌های خانگی، بر اساس همین اصل کار می‌کنند. معمولی‌ترین مایعی که برای سرد کردن مورد استفاده قرار می‌گیرد، محلولی از گاز آمونیاک است. این محلول در لوله‌های

حلقه‌ای جریان دارد. محلول گاز آمونیاک ابتدا به صورت مایع است و در اثر فشار به گاز تبدیل می‌شود و گرمای محیط اطراف را جذب می‌کند. این حالت آن قدر تکرار می‌شود تا اینکه آب یخ می‌زند.

«پریسا همایون روز»

موز

یکی از فایده‌های موز این است که از بیماری‌هایی مثل زخم معده جلوگیری می‌کند. بیمارانی که زخم معده دارند، موز را به راحتی هضم می‌کنند. این میوه، اسید شیره‌ی معده را خنثی می‌کند و با پوششی که به معده می‌دهد، درد بیمار را کاهش می‌دهد. موز نه تنها دردهای معده را کاهش می‌دهد، بلکه موجب درمان آن‌ها نیز می‌شود.

از موز برای درمان سوختگی‌ها هم استفاده می‌شود. اگر موز را به حالت خمیر در آورید و آن را روی سطح سوختگی یا زخم بگذارید، باعث کاهش درد می‌شود! برای درمان بهتر، باید روی خمیر را با باند بپوشانید. حتی برگ‌های موز را می‌توان به عنوان مرهم خنک روی زخم یا سوختگی گذاشت.

موز برای درمان کم‌خونی مفید است و چون چربی و کلسترول ندارد، می‌تواند بخش مهمی از رژیم غذایی روزانه را تشکیل بدهد. موزهای زردرنگ که لکه‌های قهوه‌ای دارند، خوشمزه‌تر هستند. اگر پوست موز، سبز رنگ باشد، هنوز نرسیده و اگر قهوه‌ای باشد، زیاد رسیده است. اگر موزها را در یک ظرف در آفتاب قرار دهید، خیلی زود می‌رسند.

«اکبر روحی»

چیستان

* آن چیست که شهرش سرخ است و مردمانش سیاه؟

* آن چیست که اگر زمین بگذاری، ناله می‌کند و اگر بلندش

کنی، باز هم ناله می‌کند؟

* آن چیست که روی دندان‌ها است ولی نام دختران هم هست؟

* موجود سرد و بیجان،

گیرد ولی دو صد جان

دهان تنگ و تاریک

گردن دراز و باریک

* آن چیست که من می‌روم و او می‌ماند؟

پاسخ چیستان‌های ماه تیر

آب، آبکش، آسمان، آسیاب.

کلمه‌ی طلایی

پاسخ کلمه‌ی طلایی تیرماه، «دوستان عزیز» بود با این پاسخ‌ها:
درشکه، ولیمه، سالاد، تب، انجیل، نصف، عروس، زرشک، یاس،
زنگوله.

کلمه‌ی طلایی این ماه، یک کلمه‌ی ۴ حرفی ولی بسیار مهم و
ارزشمند است. برای پیدا کردن آن به این پرسش‌ها پاسخ دهید:
۱. نام سه حرفی یک پرنده که برعکسش، نام دیگر کلاغ
می‌شود.

۲. وسیله‌ای که در زمستان با آن دست‌ها را می‌پوشانند اما
اکنون هم به‌دلیل شیوع ویروس کرونا، کاربرد زیادی دارد.
۳. اگر آب را بسیار سرد کنیم، تبدیل به آن می‌شود.

۴. اگر سلطان جنگل را برعکس کنیم، روی صورت آقایان قرار می‌گیرد.

تابستان شاد

😊 پادشاهی از حاضران در مجلس، این معما را پرسید: «آن چیست که پارسال نرسید، امسال نمی‌رسد و سال آینده هم نخواهد رسید؟» سربازی از بین جمع بلند شد و گفت: «حقوق بنده است!»

😊 شخصی الاغش را گم کرده بود و در مناطق مختلف شهر می‌گشت و شکر خدا می‌کرد. گفتند: «چرا شکر می‌کنی؟» گفت: «چون اگر من سوار بر الاغ بودم، چهار روز بود که همراه آن گم شده بودم!»

😊 پدری پسرش را برای کسب علم به شهر دیگری فرستاد. پس از چند سال پسر به زادگاهش برگشت. پدر گفت: «در این سال‌ها روزهای هفته را چگونه می‌گذرانیدی؟» پسر گفت: «یک روز من بیمار می‌شدم، یک‌روز استادم! یک‌روز من به حمام می‌رفتم، یک‌روز استادم! یک‌روز من لباس‌هایم را می‌شستم، یک‌روز استادم! روز هفتم هم که جمعه بود!»

😊 معلم: «چرا هنوز نشسته‌ای، مگر جواب همه‌ی سؤال‌ها را ننوشتی؟» دانش‌آموز: «نه آقا! یک سؤال باقی مانده!» معلم: «چقدر برای جواب دادن وقت لازم داری؟» دانش‌آموز: «به آن اندازه که بروم خانه و جواب را از مادرم بپرسم و برگردم!»



Bacheh-ha Boshra

Managing Director: Nasrin Atyabi
Address: P.O.BOX 17775/388 Tehran
Fax: +9821 33102466
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamna.ir

کامپ بیزنس، تهران، خیابان ایران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۳۸
تلفن: ۰۲۱-۳۳۱۰۲۴۶۶ / ۰۲۱-۳۳۱۰۲۴۶۶
تلفکس: ۰۲۱-۳۳۱۰۲۴۶۶ / ۰۲۱-۳۳۱۰۲۴۶۶

ایران، تهران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۳۸

ماهیانه ویژه کودکان نابینا و کم بینا

صاحب انتشار: مدیر مسئول، نشرین اتمی
تألیف: حسین یوسفی فرمزدی
ویراستار: سید محمد حسینی
تلفکس: ایران - تهران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۳۸