بچه‌های بشری

• سال پنجم • اسفند ۹۵ • شماره ۶۰
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



در اسفند پر هیاهو بخوانید

لحظه‌شماری برای نوروز ۲

سوزن ۵

نوشابه و شیر ۶

دو خواهر ۸

چتری ۸

چای ۱۰

دخترک و گوساله‌ی سفید ۱۲

ماهی‌ها ۱۷

غذاهای لذیذ ۱۹

خورشید، منبع اصلی انرژی ۲۱

دانستنی‌های انسانی ۲۳

لبخند اسفند ۲۵

لحظه‌شماری برای نوروز

وقتی از مدرسه برگشتیم، خانه شکل دیگری شده بود. جای بعضی وسایل عوض و جنب‌وجوشی برپا شده بود. مادر و پدر مرتب با هم صحبت می‌کردند، به نظر می‌رسید در حال برنامه‌ریزی برای کاری هستند. ما بچه‌ها از همدیگر می‌پرسیدیم: «چه خبر است؟ کسی قرار است بیاید؟ آن شخص کیست؟»

وقتی همه به خانه برگشتند و سفره‌ی ناهار پهن شد، پدر گفت: «بچه‌ها! یک خبر خوب!» نگذاشتیم پدر خبرش را بگوید، همه دست زدیم و جیغ کشیدیم. پدر گفت: «عید نوروز به مسافرت نمی‌رویم.» همه ناراحت و ساکت شدیم.

خواهرم گفت: «پدر! این‌که خبر خوبی نیست.» پدر گفت: «خبر من تمام نشده است، به مسافرت نمی‌رویم زیرا میهمانان عزیزی داریم. دایی‌رضا و خانواده‌اش از اهواز می‌آیند.» یک‌دفعه خانه منفجر شد. هر کس چیزی می‌گفت و صدا به صدا نمی‌رسید.

مادر گفت: «بچه‌ها! من و پدرتان روی کمک شما حساب کردیم. می‌خواهیم نوروز امسال، بهترین عید برای خانواده‌ی دایی باشد. ببینم شما چه می‌کنید؟ یادتان که نرفته هر وقت به اهواز می‌رویم، دایی و زن‌دایی و بچه‌ها چقدر به ما احترام می‌گذارند. آنان هر کاری بتوانند می‌کنند تا به ما خوش بگذرد. حالا هر کدام از شما برنامه‌ی خود را برای پذیرایی از میهمانان بگویید.»

خواهر بزرگم گفت: «وظیفه‌ی من کمک به شما در پخت‌وپز است و قول می‌دهم به‌خوبی این‌کار را انجام دهم.» برادر بزرگم گفت: «من هم که مسئول خرید هستم و هرچه شما یا خانواده‌ی دایی بخواهید، تهیه می‌کنم.»

من گفتم: «من هم باید خانه را مرتب کنم و نگذارم ریخت‌وپاشی انجام شود.» برادر کوچولو گفت: «من ماشین‌هایم را به پسردایی می‌دهم تا بازی کند.» خواهرکوچولو دستش را جلوی چشمش گرفت، گویی می‌خواهد گریه کند گفت: «من عروسک‌هایم را به چه کسی بدهم؟ آن‌ها که دختر کوچولو ندارند؟»

پدر گفت: «دخترم! تو دستیار کوچولوی من هستی و هر کاری من خواستم انجام می‌دهی.» خواهر از سر سفره بلند شد

و شروع کرد به بالا و پایین پریدن. او مرتب مـــی‌گفـــت: «مـــن دستیارکوچولو هستم! فقط پدر به من می‌گوید چه‌کار کنم. شما نباید مرا اذیت کنید.»

همه خندیدیم و بـــا شـــادی ناهـــار خـــوردیم. پـــس از آن، لحظه‌شماری ما برای آمدن میهمانان عزیـــز و آمـــدن نـــوروز شروع شد و جنب‌وجوش در خانه‌ی ما چند برابر شد. بهارخانم و میهمانان عزیز! به خانه‌ی ما خوش آمدید!

«قاصدک»

سوزن
دوباره مادر آورد
نخ و سنجاق و سوزن
که یک دامن بدوزد

برای خواهر من
ولی سوزن نوکش را
به دست او فرو کرد
نوک انگشت او را
کمی رنگ لبو کرد
بدون گریه، مادر
لباس تازه را دوخت
تمام شب دل ما
برای دست او سوخت

«افسانه شعبان‌نژاد»

نوشابه و شیر
پریدم توی یخچال

دلم نوشابه می‌خواست
ولی با کله خوردم
به شیر و خامه و ماست!
صدای گاو آمد
بفرمایید ... ما ما!
چه جالب! خانم گاو
دکان وا کرده این‌جا!
چه می‌شد خانم گاو
کمی فکر دلم بود
کنار شیر و دوغش
دو تا نوشابه هم بود

«مریم هاشم‌پور»

دو خواهر

وقتی که سرما می‌خورم
اصلا ندارم اشتها
فرقی ندارد بوی نان
با بوی آش و پیتزا
وقتی مریض است این دماغ
چیزی نمی‌خواهد شکم
من مطمئنم این دو تا
هستند خواهرهای هم

«طیبه شامانی»

چتری

مامان می‌گه: چتریات،

بلند شده دوباره!

بعد می‌ره از رو طاقچه

قیچیشو زود می‌آره

می‌خواد کوتاهش کنه

اشکای من درمی‌آد

حوصله‌ی مامانم

از دست من سر می‌آد

دلم می‌خواد چتریام

بلند باشه همیشه

تا وقتی بارون می‌آد

چشمای من تر نشه

«شکوه قاسم‌نیا»

چای

مامان مهربانم هر وقت از سر کار می‌آید، قبل از اینکه حتی چادرش را از سرش بردارد، می‌رود سراغ سماور. دستش را می‌گذارد روی شکم سرد آن و یک آه کوتاه می‌کشد. آن وقت، درِ سماور را برمی‌دارد و یک پارچ آب توی شکم آن سرازیر می‌کند. بعد آن را روشن می‌کند و منتظر می‌شود تا صدای قل‌قلش خانه را پر کند.

من هر روز همه‌ی این‌ها را از بین درِ نیمه باز اتاقم می‌بینم و دلم می‌خواهد یک بار، وقتی مامان مهربانم از سر کار می‌آید، اول از همه بیاید سراغ من و به‌جای آنکه دستش را بگذارد روی شکم سرد سماور، روی سر تیغ تیغی من بگذارد. آن وقت

من با موهای تازه در آمده‌ام کف دستش را قلقلک بدهم تا او از ته دل بخندد!

تازگی‌ها وقتی از مدرسه به خانه می‌رسم، قبل از اینکه حتی کوله‌پشتی را از روی شانه‌هایم بردارم، می‌روم سراغ سماور. شکم گنده‌اش را پر از آب می‌کنم و می‌گویم: «بجنب، الآن مامان از راه می‌رسد!» سماور، چراغ قرمز کوچکش که روشن می‌شود، خوشحال می‌شوم. انگار که راستی راستی حرفم را فهمیده! اول از توی دلش صداهای عجیب بیرون می‌آید! خُرخُر می‌کند، تق‌تق می‌کند و بعد آرام آرام قل‌قل می‌کند.

حالا وقتی مامان از سر کار می‌آید، اصلاً نمی‌تواند دستش را به شکم سماور بچسباند چون سماور داغ داغ است و بخار از روی سر آن بیرون می‌آید. مامان حتی قبل از اینکه چادرش را

از سر بردارد، سرک می‌کشد توی اتاق من و می‌گوید: «گل پسرم، این‌جایی؟» سرم را از روی دفتر بلند می‌کنم، می‌خندم و می‌دوم تا با کله‌ی تیغ تیغی‌ام، کف دستش را قلقلک بدهم!

«بهاره نیکخواه آزاد»

دخترک و گوساله‌ی سفید

ماه‌ها بود که سپاه دشمن، شهر را از همه طرف محاصره کرده بود. دشمن نمی‌گذاشت کسی به شهر وارد یا از آن خارج شود. همه‌ی غذایی که در شهر بود تمام شد و مردم دیگر هیچ چیزی نداشتند که به گاو و گوسفندان‌شان بدهند پس آن‌ها را کشتند و گوشت‌شان را خوردند.

روزی حاکم شهر به مردم گفت: «نمی‌توانیم به جنگ ادامه دهیم. غذایی هم برای ما باقی نمانده است. باید نماینده‌ای

به‌سوی دشمن بفرستیم تا شکست و تسلیم شدن ما را بـــه آن‌هـــا اطلاع بدهد.»

مردم ترسیدند و گفتند: «آن‌ها حتما ما را می‌کشـــند یـــا بـــه زندان می‌اندازند.» در این وقت دخترکی کـــه بـــه تیزهوشـــی مشهور بود، گفت: «آیا تمام حیوانات را کشته‌اید؟ اگر گوساله‌ی کوچکی پیدا کنید، من نقشه‌ای اجرا می‌کنم که مـــا را از شـــر دشمن خلاص می‌کند.»

مردم شهر مدت زیادی به‌دنبال گوســـاله گشـــتند تـــا اینکـــه بالاخره توانستند فقط یک گوساله‌ی سفید پیدا کنند که متعلق به پیرزنی بود. دخترک گفت: «مقداری برنج و گندم می‌خواهم.» باز مردم شهر به دنبال برنج و گندم گشتند اما یک دانه گندم یا برنج هم پیدا نکردند. آن‌قدر گشتند تا اینکه بالاخره کمی گندم

و در خانه‌ی دیگر مقدار ناچیزی برنج پیدا کردند. سپس حاکم به دختر گفت: «این هم گندم و برنجی که خواستی، به ما بگو چه می‌خواهی بکنی؟»

دختر گفت: «گندم و برنج را به گوساله بدهید تا بخورد.» مردم شهر عصبانی شدند و گفتند: «ما همگی داریم از گرسنگی می‌میریم؛ چطور همین مقدار برنج و گندمی هم که داریم، به گوساله بدهیم؟» دخترک گفت: «هرچه می‌گویم انجام بدهید. این تنها راه نجات ما از دست دشمنان است.»

مردم کاری را که دخترک گفت، انجام دادند. دخترک افزود: «حالا یکی از دروازه‌های شهر را باز کنید و گوساله را بیرون بفرستید تا دشمنان آن را ببینند.» باز مردم شهر با عصبانیت گفتند: «چطور آخرین گوساله‌ای را که برای‌مان

مانده است، به دشمنان بدهیم؟» دختر گفت: «به‌زودی می‌بینید چگونه دشمن محاصره‌ی شهر را می‌شکند و از ما دور می‌شود.» مردم یکی از دروازه‌های شهر را باز کردند و گوساله را بیرون فرستادند. بعد به‌سرعت دروازه را بستند و روی دیوارها رفتند و به گوساله که به‌طرف دشت می‌رفت نگاه کردند.

سربازان دشمن آمدند و گوساله را گرفتند و پیش فرمانده‌شان بردند. مردم هم از دیوارها پایین آمدند و رفتند تا بخوابند. صبح روز بعد مردم شهر روی دیوارها رفتند تا دشمنان را زیر نظر بگیرند اما آن‌ها حتی یک سرباز دشمن را هم آن‌جا ندیدند.

حاکم مات و مبهوت شد و از دخترک پرسید: «چرا دشمنان شهر را ترک کردند و رفتند؟» دخترک گفت: «از روستاییان

اطراف شهر بپرس تا علت را بدانی.» حاکم با گروهی از مـــردم از شهر خارج شد و از یکی از کشاورزان روســـتایی کـــه در آن نزدیکی بود، علت را پرسید.

کشاورز گفت: «دیروز سربازان دشمن، شـــما را دیدنـــد کـــه گوساله‌ای را به بیرون شهر فرستادید و گفتند معلوم است مردم شهری که ما آن‌ها را محاصره کرده‌ایم، مثل ما از گرسنگی رنج نمی‌برند. اگر مردم این شهر گرسنه بودند، این گوساله را بیرون از شهر نمی‌فرستادند.

هنگامی که گوساله را کشتند، در معده‌ی او برنج و گندم پیدا کردند و باز گفتند مردم این شهر آن‌قدر برنج و گندم دارند که برای غذای خود و چهارپایان‌شان کافی است. ایـــن محاصـــره بدون هیچ نتیجه‌ای به درازا می‌کشد. آن‌ها تسلیم نمی‌شـــوند و

هرگز شکست نمی‌خورند. به این ترتیب، دشمن نا امیـــد شـــد و محاصره را شکست و از شهر شما دور شد.»

به این ترتیب دختر کوچکی توانست با زیرکی و خوش‌فکری، شهرش را از محاصره‌ی دشمن نجات دهد.

«احمد خواجه‌ایم»

ماهی‌ها

خانواده‌ی ماهی کپور با حـــدود دوهـــزار گونـــه‌ی متفـــاوت، بزرگ‌ترین گروه ماهی‌ها است. آن‌ها در آب شـــیرین زنـــدگی می‌کنند و بدن‌هایی قوی و سنگین دارند و از گیاهان و نـــوزاد حشرات تغذیه می‌کنند. انواع مختلف ماهی‌های کپور معمولاً در نواحی شمالی جهان زندگی می‌کنند. آن‌ها توسط انســـان بـــه سایر نقاط جهان برده شده‌اند.

امروزه ماهی کپور معمولی تقریباً در سراسر جهان یافت می‌شود. علاوه بر این ماهی، ماهی قزل‌آلای طلایی، کپور آینه‌ای، کپور چرمی و بسیاری از انواع ماهی‌های متعلق به این خانواده به‌عنوان ماهی‌های تزیینی، در برکه‌ها و دریاچه‌ها پرورش داده می‌شوند.

ماهی قزل‌آلای طلایی **در برکه‌ها و دریاچه‌های پر از علف آسیای مرکزی و شرقی زندگی می‌کند. این ماهی‌ها تا ۳۰ سانتیمتر رشد می‌کنند و در صدها رنگ، اندازه و نوع مختلف برای نگهداری در آکواریم پرورش داده می‌شوند.**

ماهی قنات **این ماهی جهنده به‌ندرت بیش از ۲۵ سانتیمتر رشد می‌کند. این ماهی رودخانه‌های پاکیزه‌ای را که جریان**

آب‌شان سریع است، دوست دارد و مگس‌ها، نـــوزاد حشـــرات و سایر جانوران کوچک را می‌خورد.

اردک ماهی اردک ماهی متعلق به گروه ماهی کپور نیســـت اما ماهی کپور را می‌خورد. اردک ماهی، شـــکارچی توانـــایی است که صد سانتیمتر طول و دهـــانی پـــر از دنـــدان دارد و از لابه‌لای گیاهان آبزی بیرون می‌پرد و طعمه‌اش را می‌رباید.

«صدیقه ابراهیمی و مهرزاده مینانژاد»

غذاهای لذیذ

چشیدن غذا شما با چشیدن غذا می‌توانید بگویید که آیا بـــه آن غذا علاقه دارید یا نه. مزه‌ی غذاها با زبان چشیده می‌شود. سطح زبان از برجستگی‌های بسیار ریز و کوچکی پوشیده شده است که به آن‌ها «پرزهای چشایی» می‌گویند.

زبان چهار نوع پرز چشایی دارد که هر یک از آن‌ها یک مزه را تشخیص می‌دهد. این مزه‌ها عبارتند از: شـــوری، شـــیرینی، تلخی و ترشی. هر یک از انواع پرزهای چشـــایی، در قســـمت خاصی از زبان قرار گرفته‌اند. بوی غذا کمک می‌کند تا مـــزه‌ی آن را خوب تشخیص دهید. در حالی‌که بینی خود را گرفته‌اید، مزه‌ی غذاهای گوناگون را امتحان کنید. آیا می‌توانید مـــزه‌ی آن‌ها را به‌خوبی تشخیص دهید؟

خودتان آزمایش کنید **انگشت خود را به نمک بزنید و آن را نوک زبان‌تان بمالید. دفعه‌ی بعد این‌کار را با انتها و دو طـــرف زبان تکرار کنید. در کدام حالت‌ها، شوری نمک را بهتر احساس می‌کنید؟ همین آزمایش را با شکر، آبلیمو و قهوه انجام دهید. آیـــا می‌دانید هر کدام از آن‌هـــا چه مـــزه‌ای دارند ؟ نتیجه‌ی**

آزمایش‌ها را در یک جدول ثبت کنید.

چشیدن حرفه‌ای بعضی از مردم مزه‌ی چیزهای گوناگون را بهتر از دیگران تشخیص می‌دهند. در بعضی از کشورها این افراد را استخدام می‌کنند تا با چشیدن خوراکی و نوشیدنی‌هایی همچون چای، مزه‌ی آن‌ها را تأیید کنند.

«امیر صالحی طالقانی»

خورشید، منبع اصلی انرژی

نوشیدن انرژی خورشید سرچشمه‌ی اکثر منابع انرژی، خورشید است. علف‌ها و سایر گیاهان اطراف ما به گرما و نور خورشید احتیاج دارند تا بتوانند رشد کنند. گاوها و سایر حیوانات، از علف و گیاهان تغذیه می‌کنند. بخشی از این انرژی در گاوها به شیر تبدیل می‌شود. بنابراین، وقتی شما شیر

می‌نوشید، در حقیقت انرژی خورشید را می‌نوشید!

گرم شدن و خنک شدن **یکی از انواع انرژی‌های خورشید، انرژی گرمایی آن است. وقتی چیزی گرم می‌شود، انرژی بیشتری به‌دست می‌آورد و زمانی که چیزی خنک می‌شود، انرژی کمتری دارد. برای دانستن مقدار گرما یا سرمای هر چیز، باید دمای آن را اندازه‌گیری کرد. برای تعیین مقدار دما از واحد «سلسیوس» یا سانتیگراد (C) استفاده می‌شود.**

مقدار دمای چند چیز مختلف به این ترتیب است: رشته سیم درون لامپ روشنایی ۲۵۰۰ درجه سانتیگراد، شعله گاز ۲۰۰۰ درجه سانتیگراد، ذوب شدن آهن ۱۰ هزار درجه سانتیگراد، جوشیدن آب ۱۰۰ درجه سانتیگراد، بدن انسان ۳۷ درجه سانتیگراد، یخ زدن آب صفردرجه سانتیگراد، غذای منجمد

منفی ۱۸ درجه سانتیگراد، تبدیل گاز اکسیژن به مـــایع منفـــی ۱۸۰ درجه سانتیگراد.

«مجید عمیق»

دانستنی‌های انسانی

* اگر جمعیت چین به شکل یک صف از مقابل شما راه برونـــد، این صف به‌خاطر سرعت تولید مثل در این کشور هیچ‌وقت تمام نخواهد شد.
* هرگز با چشمان باز نمی‌توان عطسه کرد.
* اگر تمام رگ‌های خونی بدن انسان را در یک خط بگذاریم، تقریبا ۹۷ هزار کیلومتر می‌شود.
* خواب کمتر از شش ساعت و بیشتر از هشت ساعت در شـــبانه روز، خطر ابتلا به دیابت را افزایش می‌دهد.

* انسان برای حفظ تعادل خود در حال ایستادن، از ۳۰۰ عضله استفاده می‌کند.
* قد انسان تا ۲۰ و ۲۵ سالگی بلند می‌شود و از ۴۰ سالگی به بعد، قد انسان هر دو سال حدود ۶ میلیمتر کوتاه می‌شود.
* انسان با از دست دادن یک درصد از آب بدنش احساس تشنگی می‌کند.
* مغز، بیشترین انرژی را در بدن مصرف می‌کند، به همین دلیل هم گرم‌تر از سایر نقاط بدن است.
* بیشتر سردردهای معمولی ناشی از کم نوشیدن آب است.
* تنها قسمتی از بدن که خون ندارد، قرنیه چشم است.
* انسان‌های امروزی به‌طور متوسط شش سال از عمرشان را تلویزیون نگاه می‌کنند و شش سال را هم صرف غذاخوردن

می‌کنند و یک سوم عمرشان را هم می‌خوابند.

*** اثر زبان هر کس مانند اثر انگشتش با دیگران متفاوت است.**

«ناصر نثار»

لبخند اسفند

☺ توی هواپیما به مسافران ساندویچ دادند اما ساندویچ‌ها خیلی کوچک بود. اولی: «من سیر نشدم. چرا ساندویچ‌اش این قدر کوچک بود؟» دومی: «ندیدی هواپیما توی آسمان چقدر کوچک می‌شود؟ خوب ساندویچ‌اش هم باید کوچک باشد.»

☺ بچه‌ای در شهربازی می‌خواست با تفنگ اسباب‌بازی، تیراندازی کند. پدر گفت: «موقع نشانه‌گیری، باید یک چشمت را ببندی و اگر یک چشمت را بستی، تیرت به هدف می‌خورد. بعد یک جایزه می‌گیری. » بچه هر دو چشمش را بست تا دو

جایزه بگیرد.

☺ پنجاه سال بود که آقا هوشنگ یک ماهی زنده توی تُنگ آب داشت. دانشمندان، خیلی از این موضوع تعجب کردند اما بعد همه چیز را فهمیدند. آقا هوشنگ فکر کرده بود که هر روز باید ماهی را عوض کند نه آب را!

☺ بابک: «سفر شمال، خیلی خوش گذشت. پدر و مادرم هم خیلی از من راضی بودند.» سعید: «مگه تو چه کار کردی که این‌قدر خوش گذشت؟» بابک: «هیچی، من پیش مادربزرگم ماندم.»

☺ شایان از کیوان پرسید: «چرا مامانت مدادت را گذاشته لای ساندویچت؟» کیوان گفت: «من همیشه مدادم را گم می‌کنم اما هیچ‌وقت ساندویچم را گم نمی‌کنم.»



ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا
صاحب امتیاز و مدیر مسئول : نسرین اطیابی
امور فنی : حسین یوسفی فرحزادی
ویراستار : سید محمد حسینی
نشانی : ایران ، تهران صندوق پستی ۱۷۷۷۵/۳۳۸
چاپ بریل تهران، خیابان ایران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۴۸
تلفن: ۳۳۱۰۳۴۶۸ / ۳۳۵۱۱۸۸۴-۴
تلفکس: ۳۳۱۰۳۴۶۱ همراه: ۰۹۱۲ ۳۰۷۰۳۲۸
ایران چاپ واحد ناپینا
Managing Director: Nasrin Atyabi
Address: P.O.BOX 17775/388 Teh iran
Fax: +9821 33102466
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamna.ir