

بچه‌ها بتتری



• سال ششم • فروردین ۹۶ • شماره ۶۱
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



گل‌های بهاری بخوانید

- ۲ طبیعت، مال ماست
- ۵ خاله‌ریزه در عروسی
- ۶ آب و آتش
- ۸ مهربانی خدا
- ۱۱ کفش غلام
- ۱۶ پنج ساله شدم!
- ۱۸ غذاهای نامناسب
- ۲۱ شکار چیان تندرو
- ۲۳ بخوان تا بدانی
- ۲۵ خنده‌های سبز

طبیعت، مال ماست

روز سیزدهم فروردین با فامیل به پارک رفته بودیم. مامان‌ها تندتند کار می‌کردند تا سفره‌ی نهار پر از غذاهای خوشمزه باشد. بعضی از باباها هم در حال کمک به آنان بودند و بعضی مراقب ما بچه‌ها که در حال بازی، حادثه‌ای برایمان پیش نیاید و کار دست خودمان ندهیم.

خانواده‌های زیاد دیگری هم در پارک بودند. سروصدایی بود که نگو و نپرس! بچه‌ها در حال بازی بودند، جیغ می‌زدند یا یواشکی به هم آب می‌پاشیدند.

چند باغبان مهربان هم می‌آمدند و می‌رفتند و به گل‌ها و درختان آب می‌دادند. آن‌قدر با مهربانی به گل‌ها رسیدگی می‌کردند که آدم فکر می‌کرد گل‌ها بچه‌هایشان هستند.

عموهای باغبان با ما بچه‌ها با محبت صحبت می‌کردند. چند بار دیدم مامان‌ها چای و میوه و خوراکی به باغبان‌ها تعارف کردند و از زحمات آنان تشکر کردند.

داشتیم بازی می‌کردیم که یک‌دفعه چند بچه با دو سه نفر از بزرگ‌ترهایشان رفتند روی چمن، چند گل زیبا را له کردند و با سر و صدای فراوان به دنبال هم دویدند. همه با تعجب به آنان نگاه کردیم. دلمان می‌خواست چیزی بگوییم اما نگران بودیم مبادا بزرگ‌ترهایشان ما را دعوا کنند.

چند تا از بچه‌ها از ما جدا شدند و به طرف آن‌ها رفتند. سلام کردند و گفتند: «طبیعت، چمن و گل مال ما بچه‌ها است. اگر این موجودات زیبا از بین بروند، به زندگی ما آسیب وارد می‌شود. از شما خواهش می‌کنیم به طبیعت ما احترام بگذارید

و مراقب آن باشید.» باغبان‌ها هم با مهربانی از آنان خواستند با دقت بیشتری در طبیعت راه بروند تا این سرمایه‌ی کشور از بین نرود.

دو نفر از آن بچه‌ها سرشان را پایین انداختند و عذرخواهی کردند اما دو نفر دیگرشان از حرف‌هایی که شنیده بودند، خیلی خوششان نیامد و به حالت قهر رفتند. در این میان، بزرگ‌ترهای آنان با ادب از باغبان‌ها و مردم عذرخواهی کردند و بچه‌ها را با خود بردند تا با آنان صحبت کنند.

دوباره شور و نشاط به پارک بازگشت و جای شما خالی، خیلی خوش گذشت و روز بعد با انرژی و شادی، درس و مدرسه را در سال جدید آغاز کردیم.

[[قاصدک]]

خاله ریزه در عروسی

همسایه‌های خاله

امشب عروسی دارن

عروسو از راه دور

به خونه شون می آرن

صدای سازو آواز

از تو کوچه بلنده

خاله ریزه هم دعوته

خوشحاله و می خنده

شلوغ می شه تو کوچه

دست می زنند بچه‌ها:

—عروس اومد، خوش اومد
مبارکه ایشالا!
بارونِ نقلِ ریزه
روی عروس می ریزه
کی بود که نقلارو ریخت؟
—معلومه، خاله ریزه

«شکوه قاسم نیا»

آب و آتش
قطره به قطره می رود
در دانه های یک انار
یا اینکه قاطی می شود
با هندوانه، با خیار

اصلاً شبیه سنگ نیست
خیلی شل و وارفته است
صددفعه هم از شیر آب
توی دل من رفته است
پایین و بالا می‌پرد
هم برف هم باران شده
پاشو بین یک قطره‌اش
از شیر آویزان شده!

شاید جناب آتش
سَنَش زیاد باشد
من فکر می‌کنم که

هم سن باد باشد
دیروز بچه‌ی او
در فندق عمو بود
مثل پدر بزرگش
شیطان و غرُغرو بود!
تازه دروغ، کی گفت:
«از من نترس، سردم!»
می‌خواست من بسوزم
اما فرار کردم

[[مریم هاشم پور]]

مهربانی خدا

هوا گرم بود، مرد مسافر تشنه بود. او با اسبش به مدینه

می‌رفت. از دور یک چاه دید. کنار چاه، صدایی شنید. آرام آرام جلو رفت. دو جوجه گنجشک تنها دید. جوجه‌ها در لانه‌ی خود در شکافی کنار چاه، جیک جیک می‌کردند.

مرد مسافر با خود گفت: «چه جوجه‌های زیبایی! بهتر است آن‌ها را با خود ببرم تا به پیامبر خدا (ص) هدیه بدهم.» تا جوجه‌ها را برداشت، گنجشک مادر از راه رسید و با سروصدا به مرد حمله کرد. مرد مسافر جوجه‌ها را داخل کیسه گذاشت، سوار اسبش شد و به سرعت به سوی مدینه به راه افتاد. گنجشک مادر هم دنبالش پرید.

مرد مسافر وارد شهر مدینه شد و به دیدن پیامبر (ص) رفت. پیامبر (ص) در میان یاران خود نشسته بودند و برای آن‌ها از

مهربانی خداوند صحبت می کردند. مرد از اسبش پایین آمد و به پیامبر (ص) گفت: «ای پیامبر خدا! برای تان هدیه‌ای زیبا آوردم.»

سپس جوجه‌ها را از کیسه بیرون آورد؛ اما مادر گنجشک‌ها خودش را روی جوجه‌هایش انداخت. مرد ترسید و جوجه‌ها را روی زمین گذاشت. پیامبر (ص) از جای خود بلند شدند و با مهربانی به گنجشک‌ها نگاه کردند. پیامبر (ص) رو به یاران فرمودند: «آیا محبت این پرنده را به جوجه‌هایش دیدید؟ بدانید خداوند هزار بار بیشتر از این، به بندگانش محبت دارد.» سپس به دستور پیامبر (ص) دو تن از یاران ایشان، جوجه‌ها و مادرشان را به لانه باز گرداندند.

[[مجید ملا محمدی]]

کفش غلام

روزی روزگاری، میهمانی برپا شد که در آن خواجه‌ها و غلام‌های آنان حاضر بودند. خواجه‌ها حرف می‌زدند و غلام‌ها ساکت بودند و می‌شنیدند. در این میهمانی، هر خواجه از خوبی‌های زندگی خودش تعریف می‌کرد.

یکی از خواجه‌ها گفت: «بهترین نعمت زندگی، داشتن غلام خوب و پرکار است.» یکی پرسید: «مگر غلام تو چگونه است؟» خواجه گفت: «بسیار باهوش، زرنگ و پرکار است. در سال‌هایی که پیش من بوده، یک بار هم تنبلی نکرده است.»

خواجه‌ی دیگری پرسید: «مگر چنین چیزی می‌شود؟ من خودم بارها تنبلی کرده‌ام! چطور غلام تو تنبل نیست؟!» خواجه

دستی بر شانه‌ی غلام خود زد و گفت: «همین الآن به بازار برو و از عطار قدری نمک بخر!»

غلام از جا بلند شد و رفت. خواجه گفت: «حالا ببینید او چه می‌کند و چگونه می‌رود. غلام من وقتی به دنبال کاری می‌رود، به هیچ چیز به جز کارش فکر نمی‌کند. به شما می‌گویم کی می‌رود و کی باز می‌گردد.»

او از خانه بیرون رفته است و الآن تند تند قدم برمی‌دارد. هر چه پیش می‌رود، قدم‌هایش تندتر می‌شود. اکنون به کوی حمام رسید. از آن جا گذشت. قدم‌هایش تندتر شد. حالا به محله رسید. از محله هم گذشت و به بازار رسید. بازار شلوغ است. از گوشه‌ای می‌گذرد که خلوت‌تر است. حالا نزدیک عطاری رسید. نفسی تازه کرد تا در زمان حرف زدن با عطار

آرام باشد.

نفس تازه کرد و دوباره به راه افتاد. جلوی عطاری رسید. سلام کرد و نمک خواست. نمک را گرفت و بهای آن را داد. حالا برمی‌گردد. دیگر می‌دود تا زودتر به این‌جا برسد. گوی و محله را مثل پرنده زیر پا گذاشت. به خانه نزدیک شد. حالا ساکت باشید و خوب گوش کنید. صدای در زدن او را می‌شنوید؟!»

همه ساکت شدند. ناگهان صدای در زدن بلند شد. همهی حاضران گفتند: «آفرین!» غلام آمد و کنار خواجه‌اش نشست. خواجه گفت: «من نمک نمی‌خواستم، بقال سر کوچه هم نمک دارد، او را به آن‌جا فرستادم تا بدانید آنچه می‌گویم چقدر درست است.»

در این وقت یکی از خواجه‌ها به غلام خود گفت: «یاد بگیر!
تو هم می‌توانی مثل این غلام بروی و برگردی؟» غلام گفت:
«اگر از من بخواهی، می‌روم. بهتر از او هم می‌روم و
برمی‌گردم!»

فردا دوباره میهمانی برپا شد. همه از کار و زندگی خود
گفتند. در این میان آن خواجه گفت: «چون حرف از خوبی‌ها به
میان آمد، من هم می‌خواهم از خوبی غلام خودم بگویم.» یکی
پرسید: «مگر او چه هنری دارد؟»

خواجه گفت: «اگر او را به دنبال کاری بفرستم، می‌رود و مثل
باد برمی‌گردد.» کسی پرسید: «چگونه؟» خواجه گفت: «الآن او
را به بازار می‌فرستم تا سلام مرا به شمس پینه‌دوز برساند و
برگردد. ببینید چطور می‌رود و برمی‌گردد!» بعد رو به غلام

کرد و گفت: «به شمس بگو کفش‌های مرا آن‌طور که خودش دوست دارد و صلاح می‌داند بدوزد.»

غلام از جا پرید و از اتاق بیرون رفت. خواجه قصه‌ی رفتن او را تعریف کرد، درست مثل آن خواجه که روز قبل داستان رفتن غلامش را تعریف کرده بود. بعد با خوشحالی گفت: «ببینید غلام من کجاست. جلوی در است! کجایی غلام؟»

غلام از جلوی در اتاق گفت: «این‌جا هستم خواجه!» خواجه گفت: «پیغام را رساندی؟» غلام گفت: «کدام پیغام خواجه؟ من که هنوز از خانه بیرون نرفته‌ام.» خواجه گفت: «چه می‌گویی؟ پس تا حالا چه می‌کردی؟» غلام پاسخ داد: «به دنبال کفش‌هایم می‌گشتم خواجه! این‌جا آن‌قدر کفش افتاده که نمی‌دانم کفش من کجاست. همه‌ی کفش‌های عالم این‌جاست!» خواجه که از

خجالت سرخ شده بود، گفت: «ای نادان! تو هنوز از خانه بیرون نرفته‌ای و هنوز کفش‌ها را می‌جوری؟»

اگر کسی به شخصی برای کاری امید ببندد و آن شخص از روی تنبلی و کوتاهی، از انجام آن کار برنیاید، ضرب‌المثل «تو هنوز کفش‌ها را می‌جوری» حکایت حال او می‌شود.

[[محمد میرکیانی]]

پنج ساله شدم!

دوستان عزیزم سلام! قبل از هر صحبتی باید بگویم: تبریک! تبریک! هم خانم بهار از راه رسید و هم من پنج ساله شدم. من در ماه فروردین پنج سال پیش متولد شدم تا دوست شما دانش‌آموزان عزیز باشم. البته دوستی من و شما نمی‌تواند همیشگی باشد زیرا من یک ماهنامه مخصوص دانش‌آموزان

نابینا و کم‌بینای دبستانی هستم. وقتی هر یک از شما دوره‌ی دبستان را به پایان می‌رسانید، باید با خواهر بزرگ من دوست شوید. خواهر بزرگم کیست؟ ماهنامه‌ی بشری مخصوص نابینایان بزرگ‌تر است.

می‌دانم شما دانش‌آموزان عزیز به‌جز من، نشریه‌ی دیگری ندارید در حالی که خواهر و برادر شما و دانش‌آموزان بینا چندین نشریه‌ی متنوع و زیبا دارند. پس بیایید دوستی‌مان را بهتر کنیم!

می‌پرسید: چگونه؟ من به شما قول می‌دهم با کمک بزرگ‌ترهایی که در دفتر ماهنامه کار می‌کنند، هر ماه مطالب جدید و جالبی برای شما بیاورم. شما هم یک قول به من بدهید! ماهنامه‌ی خودتان را خوب بخوانید و در باره‌ی مطالب آن نظر

بدهید. اگر فکر می‌کنید جای مطلبی در ماهنامه خالی است، با من تماس بگیرید و برای بهتر شدن مطالب نشریه به من و همکارانم کمک کنید.

دوستان گلم! با اجازه‌ی شما از همه‌ی بزرگ‌ترهایی که در سال گذشته برای من و شما زحمت کشیدند، تشکر می‌کنم و سال جدید، عید نوروز، رسیدن بهار و تولدم را هم به شما، هم به همکاران ماهنامه و هم به خودم تبریک می‌گویم. شاد و موفق باشید!

«بچه‌ها بشری»

غذاهای نامناسب

اگر شما فقط غذاهایی را بخورید که به آن‌ها علاقه دارید، تمام مواد لازم به بدن شما نمی‌رسد.

شیرینی‌ها شکر، غذاها را شیرین می‌کند. شکر یکی از کربوهیدرات‌ها است و به بدن شما انرژی می‌دهد اما مصرف زیاد آن باعث چاقی می‌شود. علاوه بر این، می‌تواند باعث خرابی و پوسیدگی دندان‌ها شود. هرچه غذای شیرین بیشتری بخورید، نیاز شما به دندان‌پزشک نیز بیشتر می‌شود.

غذاهای چرب غذاهای سرخ‌کردنی مانند همبرگر، چربی بسیار زیادی دارند. مصرف این‌گونه غذاها، شما را به خوردن غذاهای دیگر بی‌میل می‌کند و ممکن است شما مواد لازم برای بدن‌تان را نخورید. چاقی و اضافه وزن که نتیجه‌ی قطعی زیاد خوردن غذاهای چرب و شیرین است، مانند این است که شما مجبور باشید کیسه‌های سنگین را با خود حمل کنید. در این

وضعیت، قلب و قسمت‌های دیگر بدن شما مجبور هستند بیشتر کار کنند. بعضی از غذاها فایده‌ی زیادی ندارند و اگر زیاد مصرف شوند، ممکن است به بدن شما آسیب برسانند.

هله هوله چیست؟ خوراکی‌هایی که مقدار زیادی مواد نامناسب و مقدار بسیار کمی مواد غذایی مناسب دارند، «هله هوله» نامیده می‌شوند مانند شکلات، شیرینی و نوشابه‌های گازدار که سرشار از شکر هستند؛ بستنی و بیسکویت که مقدار زیادی چربی و شیرینی دارند و غذاهای آماده که سرخ کردنی هستند و مقدار زیادی چربی دارند، همه هله‌هوله هستند.

«امیر صالحی طالقانی»

شکارچیان تندرو

سمور، راسو و موش خرما بدنی کشیده، پاهایی کوتاه و

دندان‌هایی تیز دارند. این شکارچیان تندرو، به دنبال شکار تا سوراخ‌ها و لانه‌های زیر زمینی می‌دوند. اکثر آن‌ها بسیار حریص هستند و به جانوران بزرگ‌تر از خودشان هم حمله می‌کنند.

سمورهای آبی نیز به این گروه از پستانداران تعلق دارند. آن‌ها به خوبی شنا می‌کنند و از ماهی، خرچنگ و آبزیان تغذیه می‌کنند. گورکن‌ها نیز پستاندار هستند. سمورها جانوران کوچک به خصوص کرم خاکی و سوسک را می‌گیرند اما گورکن‌ها از غذاهای متنوعی مانند میوه، دانه و سایر قسمت‌های گیاهان استفاده می‌کنند.

راسو عسل این راسو به‌عنوان راسوی عسل شناخته شده است زیرا اغلب از عسل زنبورهای وحشی و نوزاد کرمی شکل آن‌ها

تغذیه می‌کند. زیستگاه این جانور، از آفریقا تا خاورمیانه و هند است.

سمور سمورِ گردن رنگی، سریع‌ترین و ماهرترین شناگر آب‌های شیرین است. این جانور در بیشتر نقاط آفریقا، رودخانه‌ها، دریاچه‌ها و باتلاق‌ها زندگی می‌کند. سمور دریایی، به ندرت از آب خارج می‌شود و کمتر پیش می‌آید که تا عمق بیش از ۱۵ متر پایین برود. این سمورها در سواحل شمالی و غربی اقیانوس آرام زندگی می‌کنند و از ماهی، صدف، کرم‌ها و ستاره‌ی دریایی تغذیه می‌کنند.

موش خرمای چینی این جانور در مناطق شمال شرقی و شرق آسیا یافت می‌شود. موش خرمای چینی می‌تواند به شدت گاز بگیرد و هنگام احساس خطر، بوی بسیار بدی تولید کند. این

جانور بیشتر در لابه لای درختان شکار می کند.
گورکن گورکن ها جانورانی قوی هستند که فقط شبها بیرون می آیند. آنها به شکل خانوادگی در شبکه‌ی بزرگی از تونل‌های زیرزمینی زندگی می کنند. گورکن آمریکایی معمولاً از موش‌ها، موش‌های صحرایی، پرندگان و تخم آنها تغذیه می کند.

«صدیقہ ابراہیمی و مہرزادہ میناثراد»

بخوان تا بدانی

* شدیدترین نعره‌ها متعلق به وال‌ها (نهنگ‌ها) است که شدت آن برابر با صدای موتور جت است.

* دلفین‌ها مثل گرگ‌ها هنگام خواب چشم‌هایشان را باز می گذارند.

*** وقتی یک نوزاد در حال گریه است، با صدای ش.ش.ش. آرام می‌شود؛ زیرا صدای آبی را که قبل از تولد اطراف او در شکم مادر بوده است، برایش تداعی می‌کند. این که صدای ساحل دریا به انسان آرامش می‌دهد نیز به همین دلیل است.**

*** عضله‌ای که به انسان امکان پلک زدن می‌دهد، سریع‌ترین عضله‌ی بدن است. انسان‌ها به‌طور متوسط ۱۵ هزار بار در روز پلک می‌زنند.**

*** خوردن یک سیب در ساعات اول صبح، بیشتر از یک فنجان قهوه، خواب را از انسان دور می‌کند.**

*** حس بویایی انسان قادر به دریافت و تشخیص ده‌هزار بوی متفاوت است.**

*** زبان، قوی‌ترین ماهیچه در بدن انسان است.**

* شیارهای کف دست، کمکی برای بهتر گرفتن اشیا است.

* خوردن گاهو مانع ریزش و سفید شدن موها می‌شود.

* تنها موجودی که می‌تواند به پشت بخوابد، انسان است.

[[ناصر نثار]]

خنده‌های سبز

😊 مردی با ناراحتی به همسایه‌اش گفت: «سگ شما تا صبح

پارس کرد!» همسایه: «غصّه‌ی او را نخورید چون روزها تا

غروب می‌خوابد.»

😊 دکتر به مریضی که در حال رفتن به اتاق عمل بود گفت:

«شما همراه دارید؟» مریض گفت: «بله، ولی خاموشی کردم.»

😊 معلم: «اگر آمریکا، افغانستان، عربستان و کره را بگیرند،

بعد به چین حمله کنند، تکلیف ایران چه می‌شود؟» دانش‌آموز:

«ایران می رود جام جهانی!»

😊 بین سیر و پیاز دعوا شد. سیر گفت: «حیف که سیرم و گرنه می خورد مت!»

😊 طلبکار: «پدرت منزل است؟» بچه: «نه، رفته بیرون.»
طلبکار: «به او بگو هر وقت بیرون می رود، سرش را با خودش
ببرد چون من الآن سرش را از پشت پنجره می بینم.»
😊 مسافر: «آقای راننده! برای کی رانندگی می کنید؟ همه ی
مسافران که خوابیده اند.»

😊 کسی داخل دیوار خرابه ای، پول هایش را پنهان کرد و روی
آن نوشت: «در این مکان، هیچ پولی وجود ندارد.» بعد از چند
وقت دزدی همه ی پول ها را برداشت و زیر آن نوشته را امضا
کرد و نوشت: «این جانب، مطالب بالا را تأیید می کنم.»



Bacheh-ha Boshra



Managing Director: Nasrin Atyabi
Address: P.O. BOX 17775/148 Teh Iran
Fax: +9821 3310266
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamna.ir

چاپ برقی تهران، ایران
تلفن: ۰۲۱-۳۳۱۰۲۶۶ / ۳۳۱۱۸۸۲-۴
تلفکس: ۳۳۱۰۲۶۵
آدرس: تهران، خیابان ولیعصر، پلاک ۴۸

ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا
مناصب انتشار و مدیریت مسئول: نسرین ایتیابی
نویسنده: حسین یوسفی فرحزادی
ویراستار: سید محمد حسینی
تلفن: تهران - تهران صندوق پستی ۱۷۷۷۵/۳۳۸