

روزنامه
بیتنا

بچه‌ها بتتری



• سال ششم • فروردار ۹۶ • شماره ۶۳
ماهنامه ویژه کودکان تابیتنا و کم بیتنا



بخوانید و لذت ببرید

- ۲..... نان مجانی
- ۵..... مورچه شه شد اوف!
- ۶..... ساز باران
- ۷..... مردی از بهشت
- ۹..... خودتان هدیه شوید!
- ۱۲..... بد است، بدتر نباشد!
- ۱۳..... اندازه‌ی بخشش
- ۱۵..... مواد غذایی از کجا می آیند؟
- ۱۷..... ساکنان مناطق استوایی
- ۱۹..... زباله کجا می رود؟
- ۲۰..... صدا
- ۲۲..... چیستان
- ۲۴..... شنیدنی‌های کوتاه
- ۲۵..... گرم بخندید

نان مجانی

برادر کوچکم که برای خرید نان افطار رفته بود، با خوشحالی و سر و صدای فراوان به خانه برگشت. همه به طرف او رفتیم. ماما که کمی ترسیده و تعجب هم کرده بود، نان را از دست برادرم گرفت و گفت: «چی شده؟ چرا شلوغ می کنی؟»

برادر کوچولو با غرور تمام سینه اش را جلوی همه ی ما سپر کرد و گفت: «آقای نانوا، پول نان را به من برگرداند و گفت مال خودت. ماما، نان مجانی گرفتم!» همه ی ما تعجب کردیم چون نانوا خانواده ی ما را می شناسد و می داند نیازمند نیستیم. برادر کوچولو پول را در هوا تکان می داد و می گفت: «پول مال خودم شده و به هیچ کس نمی دهم.»

خواهر بزرگم پول را از دست برادر کوچولو گرفت و گفت:
«تو به نانوا چه گفتی که پول را پس داد؟ باید این پول را به نانوا
برگردانیم.» برادر کوچولو زد زیر گریه و گفت: «من چیزی
نگفتم! وقتی نوبت به من رسید، آقای نانوا با مهربانی دستی به
سر من کشید و گفت پول لازم نیست، نان امروز مجانی است.»
برادر بزرگم شروع کرد به خندیدن، برادر کوچولو را بغل
کرد، اشک‌هایش را پاک کرد و گفت: «داداشی! تو راست
می‌گویی، نان مجانی است!» مامان که دید تعجب همه‌ی ما
بیشتر شده، گفت: «بچه‌ها! امشب شب تولد کریم اهل بیت است و
خیلی‌ها نان مجانی به مردم می‌دهند.»

خواهر کوچولو گفت: «مامان، کریم کیه؟» خواهر بزرگم با
حالتی شرم‌منده و پشیمان، صورت برادر کوچولو را بوسید و

گفت: «داداشی، معذرت می‌خواهم، مرا ببخش!» بعد رو به ما کرد و گفت: «امشب شب تولد امام حسن (ع) امام دوم ما شیعیان است. آن امام عزیز بسیار بخشنده و مهربان بود و چند بار همه‌ی اموالش را بین فقرا تقسیم کرد. به همین دلیل به او کریم اهل بیت می‌گویند.»

مامان اضافه کرد: «بسیاری از مردم شب تولد امام کریم، پولی را به نانوا می‌دهند تا نان مجانی به بقیه‌ی مشتری‌ها بدهد. امشب ما میهمان کریم اهل بیت هستیم.»

برادر کوچولو گفت: «من هم می‌خواهم کریم بشوم، می‌روم و پول نان را به نانوا می‌دهم تا نان مجانی به مردم بدهد.» بعد همگی برای تشکر از امام کریم، صلوات فرستادیم.

«قاصدک»

مورچه‌هه شد او ف!

هفت هشت تا مورچه

مورچه‌ی بچه

برای بازی

رفتند به کوچه

توپ بازی کردند

با شور و خنده

یکهو یکی زد

یه شوت گنده

توپ طلایی

رفت تو خیابون

یه مورچه دوید

به دنبال اون
صدای ترمز
بعدهش تصادف
دست و پای اون
مورچه‌هه شد اوف!

«رودابه حمزه‌ای»

ساز باران
از رشت و ساری
تا دشت گرگان
رقص است و شادی
ساز است و باران
ساحل به ساحل

سرسبز و زیباست
این آبِ آبی
دریاچه‌ی ماست
نامش همیشه
مازندران است
در جسم ایران
مانند جان است

«اسدا... شعبانی»

مردی از بهشت
یکی بود و یکی بود و خدا بود
خدا بود و خدا بی انتها بود
خدا می‌خواست دین تنها نباشد

محمد در زمین تنها نباشد
علی را از بهشت آورد بر خاک
به خاک تشنه، او چون چشمه‌ی پاک
چو آمد، کعبه شد گهواره‌ی او
روان شد آیه‌ها در باره‌ی او
زمین و آسمان شد دست بوسش
علی داماد شد، زهرا عروسش
علی با غصه و غم آشنا بود
علی با درد آدم آشنا بود
برای بی‌پناهان آشیان ساخت
برای بی‌نویان سفره انداخت
علی خوابید، اما سیر هرگز

خورشت دیگری با شیر هرگز
علی سر در درون چاه می‌کرد
جهان را شرمگین از آه می‌کرد
ستم‌ها دید او در زندگانی
نمی‌گنجید در دنیای فانی
جدا از او نکن ما را خدایا!
در این دنیا و آن دنیا، خدایا!
در این جا از بدی‌ها دورمان کن
در آن جا با علی محشورمان کن

«افشین علاء»

خودتان هدیه شوید!

خداوند به حضرت سلیمان (ع) حکومت بزرگی داد که پایتخت

آن فلسطین بود. روزی سلیمان (ع) آگاه شد مردم سرزمین یمن که زنی به نام بلقیس بر آن حکومت می‌کند، خورشید پرست هستند. او پیک‌هایی به یمن فرستاد و بلقیس و مردمش را به تسلیم شدن در برابر خدا دعوت و او را تهدید کرد اگر چنین نکند، به یمن حمله خواهد کرد. بلقیس برای حفظ حکومت خود تصمیم گرفت برای سلیمان (ع) هدایای گران‌بهای بفرستد. چهل بار طلا بر چهل قاطر بستند و برای سلیمان (ع) هدیه فرستادند.

وقتی کاروان هدایا به سرزمین سلیمان (ع) رسید، با تعجب دیدند زمین از طلا فرش شده است. آن‌ها با شرمندگی گفتند: «این هدیه‌ها را به کجا آورده‌ایم؟ خاک این سرزمین، طلا است. آیا آوردن طلا به چنین جایی نشانه‌ی ابلهی ما نیست؟»

خوب است هدیه‌ها را نزد بلقیس باز گردانیم.» اما سر انجام به این نتیجه رسیدند که اگرچه هدایای بلقیس ارزشی ندارد ولی باید به فرمان او عمل کنند.

وقتی هدایا را به سلیمان (ع) تقدیم کردند، آن حضرت با خنده گفت: «من که از شما طلا نخواستم! من گفته بودم خودتان هدیه‌ی شایسته شوید. با پرستش ستاره و خورشید، ارزشتان را پایین آورده و خود را به تباهی کشانده‌اید. بهترین هدیه برای من این است که ایمان سالمی داشته باشید. شما که خورشید را خدای خود می‌دانید، اگر در شب کسی قصد کشتن شما کند، معبودتان کجاست که بیاید و شما را نجات دهد؟ ذره در برابر خورشید، قدرت خودنمایی ندارد. خورشید نیز در برابر نور الهی هیچ است. هدیه‌ها را باز گردانید و دل با ایمان نزد من

بیاورید.»

**سپس برای بلقیس پیام داد: «بیا به حکومت حق ما پیوند
وگر نه روزی خواهد آمد که مردم به حق کُشیِ تو آگاه
می‌شوند و حکومت تو را سرنگون می‌کنند.» بلقیس به حضور
سلیمان (ع) آمد و تسلیم شد.**

«ابوالفضل هادی منش»

بد است، بدتر نیاید!

**می‌گویند روزی حجاج بن یوسف که به ستمکاری نسبت به
زیردستان و مردم معروف بود، از سواران خود دور افتاد.
اسبش رم کرد و او را داخل رودخانه انداخت. مردی روستایی
او را نجات داد. حجاج که می‌دانست مردم آرزوی مرگ او را
دارند، از این کار مرد روستایی تعجب کرد. روز بعد او را نزد**

خود فرا خواند و دلیل کارش را پرسید.

مرد گفت: «پدرت مردی بسیار ستمکار بود. پس از مرگ او، تو روی کار آمدی که ظالم‌تر از او هستی. ترسیدم با مرگ تو، کسی بدتر از تو روی کار بیاید و بر ما ستم بیشتری بکند.

مثل «بد است، بدتر نیاید» اشاره به رضایت انسان از وضعیتی نامناسب در مقابل وضعیتی بسیار بدتر و دشوارتر است و دعا برای اینکه وضعیت از آنچه که هست، بدتر نشود.

[[مصطفی رحمان دوست]]

اندازه‌ی بخشش

دلّم می‌خواهد اسباب‌بازی‌های من از اسباب‌بازی‌های تمام بچه‌های شهر، بیشتر باشد. اتاق من پر از عروسک، ماشین و توپ است؛ ولی باز هم اسباب‌بازی می‌خرم. گاهی چند نفر

اسباب‌بازی‌های یک شکل برایم هدیه می‌آورند. مادرم می‌گوید: «بهر است بعضی از آنها را به کسانی بدهیم که اسباب‌بازی ندارند.» اما من دلم نمی‌آید هیچ کدام آنها را به دیگران بدهم.

دیروز زنگ تفریح کنار دوستم نشسته بودم. دوستم فوری ساندویچش را خورد و به من گفت: «لقمه‌ات را به من می‌دهی؟» من قبول کردم. زنگ بعد ریاضی داشتیم. من هیچ چیزی از درس جدید را متوجه نشدم چون هم‌ه‌اش دلم با صدای بلند قاروقور می‌کرد. زنگ آخر، آن قدر بی‌حال شده بودم که به زحمت توانستم تا خانه‌مان بروم.

می‌خواهم اندازه‌ی بخشیدن را بدانم. خدایا! کمکم کن تا یاد بگیرم چه موقع و چه اندازه چیزی را به دیگران بدهم.

[[زهرا عبدی، پوپک]]

مواد غذایی از کجا می آیند؟

تقریباً تمام موادی که می خوریم، از موجودات زنده به دست می آیند و این موجودات زنده، گیاهان و جانوران هستند. گیاهان خودشان غذایشان را تولید می کنند. آنها این کار را به کمک انرژی خورشید انجام می دهند. جانوران نیز گیاهان یا جانوران دیگر را می خورند؛ همان کاری که انسان انجام می دهد. به این روش تغذیه، «چرخه غذایی» می گویند.

علفها از انرژی خورشید استفاده می کنند. انرژی از راه خوردن علفها به بدن گاو منتقل می شود. شما با خوردن شیر گاو، انرژی کسب می کنید. از گندم، نان به دست می آید. گوشت، پنیر و شیر از گاو و گوسفند به دست می آیند. پس از آنکه مرغ از غلات تغذیه کرد، تخم می گذارد و تخم مرغ هم یک ماده غذایی است.

افرادى كه گوشت نمى خورند به افرادى كه اصلاً گوشت، مرغ و ماهى نمى خورند، گياهخوار مى گویند. اين افراد عقیده دارند كه كشتن جانوران، بى رحمى است؛ به همین دلیل گوشت نمى خورند.

عده‌ى ديگرى هيچ يك از موادى را كه از جانوران تهیه مى شود، نمى خورند. به اين افراد، «گياهخوار كامل» مى گویند. اين افراد گوشت، ماهى، شير، تخم مرغ و پنير نمى خورند.

اگرچه گياهان نيز بعضى از پروتئين ها را دارند، عده‌ى زيادى از مردم پروتئين مورد نيازشان را با خوردن گوشت تأمين مى کنند. گياهخواران بايد مراقب باشند تا همه پروتئين هاى مورد نياز بدن شان تأمين شود.

«ترجمه امير صالحى طالقانى»

ساکنان مناطق استوایی

جنگل‌های بارانی گرمسیری مانند جنگل‌های سریلانکا و جنوب هند نه تنها غنی‌ترین و متفاوت‌ترین نقاط زمین از نظر حیات وحش هستند بلکه چرخه‌های طبیعی در آن‌ها سریع‌تر اتفاق می‌افتد. به محض اینکه میوه‌ای می‌افتد یا جانوری می‌میرد، ارتشی از کرم‌ها، نوزاد حشرات، خرمگس‌ها، هزارپاها، باکتری‌ها، قارچ‌ها و سایر تجزیه‌کنندگان به آن حمله و آن را تجزیه کرده و به مواد معدنی خام و اولیه تبدیل می‌کنند.

گیاهان برای ادامه‌ی رشد خود، این مواد تجزیه شده را از خاک می‌گیرند و مصرف می‌کنند. این تجزیه و بازیافت سریع نشان می‌دهد که خاک‌های جنگل استوایی بسیار ضعیف و فقیرند و برای کشاورزی مناسب نیستند.

عقاب سیاه بال پرندگان شکاری جنگل در مقایسه با پرندگان شکاری دشت‌ها، طول کمتر و عرض بیشتری دارد. چنین بالی به پرنده کمک می‌کند که هنگام پرواز کردن و چرخیدن در میان درختان، کنترل بهتری داشته باشند. عقاب سیاه، میمون‌های کوچک، مارمولک‌ها، پرندگان و سایر جانوران را از روی شاخه‌ها می‌رباید.

میمون نقره‌ای انواع گوناگونی از این نوع میمون در سراسر منطقه‌ی هند وجود دارد. نوع نقره‌ای این جانور، رنگ خاکستری مایل به سفید درخشان‌تری دارد. این میمون بیشتر از گیاهان تغذیه می‌کند و اغلب برای یافتن غذا به محصولات کشاورزی و حتی مغازه‌ها حمله می‌کند.

«صدیقه ابراهیمی و مهرزاده میناژاد»

زباله کجا می‌رود؟

با افزایش جمعیت، مسئله‌ی دفع زباله روز به روز سخت‌تر می‌شود. قسمت عمده‌ی زباله‌های خانگی در مکان معینی خارج از شهر روی هم انباشته می‌شود و مقدار زیادی از آن را می‌سوزانند تا جز فلزات، بقیه‌ی زباله خاکستر شود. در مناطق گود، زباله‌ها را دفن می‌کنند تا سطح زمین آن منطقه بالاتر بیاید. برای این کار، از ماشین‌های بزرگ استفاده می‌شود که زباله را لایه لایه در سطح زمین پخش و فشرده می‌کنند، سپس روی آن را با خاک می‌پوشانند. این کار آن قدر ادامه می‌یابد تا زباله‌ها کاملاً میان لایه‌های خاک دفن شوند.

در برخی کشورها، مقدار زیادی از زباله‌ها را دوباره مورد استفاده قرار می‌دهند. برخی با جست‌وجو میان زباله‌ها، کاغذ،

پارچه، پلاستیک و شیشه را از آن جدا می‌کنند و با فروش این مواد به کارخانه‌ها موجب استفاده‌ی مجدد از آن‌ها می‌شوند. بازیافت زباله بسیار مهم است. هرچه حجم زباله‌هایمان را کم کنیم، در واقع به حفظ محیط زیست و منابع طبیعی کمک کرده‌ایم. برای مثال، اگر بتوان از کاغذهای دور ریخته شده دوباره استفاده کرد، دیگر لازم نیست برای ساخت کاغذ جدید، درختان بیشتری را قطع کنیم.

«سپیده عنده لیل، حسین یاسینی»

صدا

گوش کنید! چه صدایی را می‌شنوید؟ اگر در یک مکان پرسر و صدا باشید، آن وقت صداها ی بلند مثل غرّش یک هواپیما یا تق تق یک مته ی حفاری را می‌شنوید. اگر در یک مکان آرام و

خلوت باشید، آن وقت وز وز یک مگس یا تیک تاک عقربه‌ی ساعت را می‌شنوید.

اکنون باید ببینیم صدا چیست؟ و صداها چگونه تولید می‌شوند؟
تولید صدا یا صوت دست‌تان را روی گلویتان قرار دهید. اکنون با صدای بلند زمزمه کنید. لرزشی را در ناحیه‌ی گلویتان حس می‌کنید. این لرزش‌ها در حنجره‌ی شما ایجاد می‌شوند. همه‌ی صداها در اثر ارتعاشات یا لرزش‌ها تولید می‌شوند. وقتی روی یک طبل ضربه می‌زنید، به ارتعاش درمی‌آید. این ارتعاشات موجب به حرکت در آمدن مولکول‌های هوا می‌شوند و امواج صوتی را پدید می‌آورند. امواج صوتی همانند امواج آب در همه‌ی جهت‌ها منتشر می‌شوند. بعضی صداها خیلی بلند هستند و باید مراقب گوش‌هایتان باشید تا صدمه نبینند.

امواج صوتی درست مانند پرتوهای نور پس از برخورد با هر چیزی قابلیت بازگشت دارند. اگر در یک اتاق خالی بایستید و فریاد بکشید، چه اتفاقی می‌افتد؟ لحظه‌ای بعد، طنین صدای فریاد خودتان را می‌شنوید که «پژواک» نامیده می‌شود. پژواک یعنی امواج صوتی که پس از برخورد با دیوارها و سقف اتاق، مجدداً باز می‌گردند.

[[مجید عمیق]]

چیستان

* بازم ظرف ریاضی
با گوشت و رُب رو گازه
یک داره توش فراوون
پکاش کوتاه درازه

تقسیم می‌شه تو بشقاب
یک‌های پخته، به‌به
حاصل جمعش می‌شه
هزار تا یازده یازده
* نه دست و پا، نه چشم و سر همینه
روی دیوار می‌شینه
از پشت در بیرون رو خوب می‌بینه
* یه بچه فیلِ چاقه
کجاست؟ توی اتاقه
دماغ نگو شلنگه
دُمش مثل پلنگه

پاسخ چیستان‌ها را در نشریه‌ی تیر بخوانید

شنیدنی‌های کوتاه

- * ورزش کردن در گرما به کاهش اشتها کمک می‌کند.
- * بدن ما به‌طور مداوم خود را ترمیم می‌کند. هر سه ماه یک بار، بافت استخوانی به‌طور کامل عوض می‌شود و هر ماه پوست جدید رشد می‌کند.
- * پیشانی انسان، مرکز دمای بدن است. یعنی اگر دمای پیشانی‌تان را تغییر دهید، دمای بدن‌تان هم به همان اندازه تغییر می‌کند. این یکی از دلایلی است که وقتی تب داریم، دستمال مرطوب را روی پیشانی‌مان می‌گذاریم.
- * کوچک‌ترین استخوان بدن انسان در گوش او قرار دارد.
- * کودکانی که بیشتر از گیاهان و سبزیجات می‌خورند، از دیگران باهوش‌ترند.

* یازده درصد جمعیت جهان را چپ‌دستان تشکیل می‌دهند.
* اسکیموها هم از یخچال استفاده می‌کنند اما برای محافظت
غذا در مقابل یخ زدن.
* هر میلیمتر مکعب خون انسان، پنج میلیون کارگر به‌نام
گلبول قرمز دارد.

[[ناصر نثار]]

گرم بخندید

😊 معلم: «بچه‌ها! هر کدام از شما به این سؤال جواب بدهد،
دیگر از او سؤال نمی‌کنم؛ چه کسی می‌داند یال اسب چندتا مو
دارد؟» دانش آموز: «۲۴۲۶۷۹۱» معلم: «از کجا می‌دانی؟»
دانش آموز: «آقا اجازه! مگر قرار نبود سؤال دوم را نپرسید؟»
😊 معلم: «امیر، بیا پای تخته و بنویس: خیار، گوجه‌فرنگی،
پیاز.» امیر: «بنویسم سالاد دیگه!»

😊 مادر پرویز: «عزیزم! دروغ گفتن کار بدی است، وقتی به سن و سال تو بودم دروغ نمی گفتم!» پرویز: «پس از کی شروع کردید؟»

😊 آیا می دانستید که بزبز قندی، اولین بز دیابتی تاریخ است؟! 😊 بچه ای یک تکه یخ را بالا گرفته بود و متفکرانه به آن نگاه می کرد. به او گفتند: «چی شده؟» گفت: «از آن آب می چکد ولی معلوم نیست کجایش سوراخ است.»

😊 فرمانده: «بگو بینم! در جبهه چه موقع باید پیشروی و چه موقع باید عقب نشینی کنیم؟» سرباز: «قربان! وقتی دشمن از جلو می آید، عقب نشینی کنیم و هنگامی که از پشت حمله می کند، باید پیشروی کنیم.»

😊 اولی: «می دانی چرا ماها مسافرت نمی روند؟» دومی: «چون دست ندارند تا موقع خدا حافظی تکان بدهند.»



Bacheh-ha Boshra

Managing Director: Nasrin Atyabi
Address: P.O. BOX 17775/348 Tehran
Fax: +9821 33102666
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamna.ir

کامپ برزی، تهران، میدان ایران، میدان شهید مطهری، پونک، تهران ۳۸
تلفن: ۰۲۱-۳۳۱۰۲۶۶۶ / ۳۳۱۰۳۳۸۰
تلفکس: ۳۳۱۰۲۳۳۳ / همراه: ۰۹۱۲۳۰۷۰۳۳۸

ایران، تهران، ولایت تهران

ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا

مناجات امیدوار و مدیر مسئول: نسرتین اتمیابی
ناشر هنری: حسین یوسفی فرحزادی
ویراستار: سید محمد حسینی

تلفکس: ایران - تهران صندوق پستی ۱۷۷۷۵/۳۳۸