

بچه‌ها بتتری



• سال نهم • دی ۹۹ • شماره ۱۰۶
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



در فصل برف و سرما بخوانید

- ۲..... میهمانی ممنوع!
- ۴..... زمستان
- ۶..... نان و برف
- ۱۰..... شکرگزار چه باشیم؟
- ۱۱..... هانس گرفتار
- ۱۲..... دانستنی‌های قرآنی
- ۱۳..... حکایت‌های لطیف
- ۱۶..... ضرب‌المثل
- ۱۷..... زندگی در آب‌های شیرین
- ۱۹..... حرکت ماهیچه‌ها
- ۲۲..... ابر و آب و هوا
- ۲۳..... کلمه‌ی طلایی
- ۲۴..... چیستان
- ۲۵..... برف خنده

میهمانی ممنوع!

آقا و خانم دستانی همراه دو دختر و دو پسرشان در واحد طبقه‌ی پایین ما زندگی می‌کنند. این خانواده اخیراً عروسدار شده اما به علت شیوع ویروس کرونا، هنوز مراسم عروسی پسرش را برگزار نکرده‌اند. قرار بود این مراسم چند ماه پیش برگزار شود ولی چندبار به تأخیر افتاده است. آن‌ها هفته‌ی پیش، خانواده‌ی عروسشان را دعوت کرده بودند.

وقتی میهمانان وارد خانه‌ی آن‌ها شدند، تعداد حاضران حدود ۱۵ نفر شده بود. شام می‌خوردیم که آقای شیوایی، مدیر ساختمان، در خانه‌ی ما را زد و با بابا مشغول صحبت شد. وقتی گفت و گوی آن دو تمام شد، بابا برگشت و سر سفره نشست. مامان پرسید: «چی شده بود؟» بابا گفت: «آقای شیوایی آمده

بود تا با هم مشورت کنیم که چگونه به خانوادگی دستانی تذکر
دهد تا دیگر میهمانی بر گزار نکند!»

داداش کوچولو گفت: «مامان جان! میهمانی دادن، کار بدی
است؟ شما که همیشه از میهمانی تعریف می کردید؟» بابا گفت:
«نه پسر، میهمانی کار بدی نیست ولی اکنون که خطر بیماری
وجود دارد، هیچ کس نباید میهمان دعوت کند زیرا هم سلامتی
خودش و هم دیگران را به خطر می اندازد.»

خواهر کوچولو گفت: «چند روز دیگر باید بگذرد و من تا چند
باید بشمارم تا بتوانیم به میهمانی برویم؟» خواهر بزرگم گفت:
«آبجی جون! وقتی قد تو دوتا بلندتر شد، میهمانی می رویم و
میهمان هم دعوت می کنیم!» خواهر کوچولو متر را آورد تا
مامان قدش را اندازه بگیرد!

«قاصدک»

زمستان

کوچه‌ها از برف پره

از یخ، زمین سرسره

بچه حواست باشه

آدم زمین می‌خوره

زمستونه زمستون

خشک شده باغ و بستان

درختا عریون شدند

بلبلا و یلون شدند

شاخه‌های خشک و ریز

خیس زیر بارون شدند

زمستونه زمستون

خشک شده باغ و بستان

کلاغ از شاخه پر زد
بارون و سرما در زد
دستکش و چکمه و کت
به ما دوباره سر زد
زمستونه زمستون
خشک شده باغ و بستون
هوا شده پر از برف
پرنده کوچید و رفت
اما ما شاد شادیم
چون سیر از آب شد زمین
زمستونه، زمستون
خشک شده باغ و بستون
زمستون گرچه سرماست

نعمتِ پاک خداست
اگر بارون نباره
زمین خشک و بی باره
زمستونه، زمستون
خشک شده باغ و بستون

«فاطمه مشهدی رستم»

نان و برف
خواهرم گفت: «بین،
برف می بارد باز»
مادرم گفت: «هوا
سوز بد دارد باز»
پرده را زد به کنار
برفها را دیدم

در دلم از شادی
مثل گل خندیدم
همه جا بود سفید
کوچه و بام و درخت
باز هم می بارید
از هوا برفی سخت
باز برف و بازی
باز آدم برفی
من شنیدم ناگاه
پدرم زد حرفی:
«باز جیبِ خالی
باز هم بی کاری
باز می بارد برف!»

مادر م گفت: «آری»
پدر م غمگین بود
داشت بر لب غصه
مادر م گفت: «پدر
باز هم شد بی کار»
در خیابان پدر م
دوره گردی می کرد
سخت می شد کارش
تا هوا می شد سرد
کار او مشکل بود
زیر برف و باران
برف تا می بارید
خانه می شد بی نان

در دلم غم آمد
مثل برفی بارید
و دلم غمگین شد
چشمم اما خندید
چون که فکری چون گُل
زد شکوفه در من
نقشهای را چیدم:
«برف پارو کردن»
زود رفتم بیرون
پارویی آوردم
صبح تا شب، آن روز
برف پارو کردم
شب که شد، در جیبم

هشتصد تومان بود
دست‌هایم آن شب
پر ز بوی نان بود

«جعفر ابراهیمی»

شکر گزار چه باشیم؟

میلیون‌ها چیز وجود دارد که می‌توانی برایشان شکر گزار باشی. چیزهایی مثل خانواده، غذاهای خوشمزه‌ای که با هم می‌خورید، نسیم خنک در یک روز گرم تابستان یا اسباب‌بازی‌هایی که داری!

شاید به چیزهای زیادی نیاز نداشته باشی اما می‌توانی برای آدم‌ها و چیزهایی که الآن در زندگی‌ات داری، خدا را شکر کنی. می‌توانی خوشحال باشی چون کسانی هستند که دوست دارند و از تو مراقبت می‌کنند. این‌ها بهترین هدیه‌ها و

نعمت‌های زندگی هستند.

«مترجم. برزو سر یزدی»

هانس گرفتار

هانس، جوان غول پیکر، برای یک کشاورز کار می‌کرد اما وقتی زمان پرداخت دستمزد رسید، کشاورز طمعکار، دستمزد هانس را نداد و از همسرش خواست راهی برای پرداخت نکردن دستمزد هانس پیدا کند.

زن کشاورز از شوهرش خواست هانس را وادار کند داخل چاه برود چون در آن هنگام می‌توانند با انداختن سنگ بزرگی بر سر هانس بیچاره، او را بکشند. اولین قسمت نقشه، بدون هیچ دردسری انجام شد؛ زیرا هانس، بدون آنکه شک کند، داخل چاه رفت اما آوردن سنگ آسیاب به لبه‌ی چاه، کار بسیار مشکلی بود. بالاخره کشاورز و همسرش توانستند سنگ آسیاب

را به داخل چاه بیندازند.

با انجام این کار، کشاورز و همسرش فکر کردند توانسته‌اند هانس را به قتل برسانند اما لحظه‌ای بعد، صدایی به گوش‌شان رسید که می‌گفت: «آهای کسانی که بالای چاه هستید، مرغ‌ها را از بالای چاه ببرید چون فضله‌ی خود را روی سر من می‌ریزند.»

مدت کوتاهی گذشت و هانس از دهانه‌ی چاه بیرون آمد، در حالی که سنگ آسیاب بر گردنش بود. کشاورز از ترس فریاد کشید و فوری دستمزد هانس را پرداخت کرد.

«ترجمه محمد شمس»

دانستنی‌های قرآنی

«مُعَوِّذَتَيْنِ»، به سوره‌های فلق و ناس گفته می‌شود زیرا با «قُلْ أَعُوذُ» شروع می‌شوند.

«زهر اوین»، به سوره‌های بقره و آل عمران گفته می‌شود.
«سَبْعَ الْمَثَانِي»، نام دیگر سوره‌ی حمد است.
«آیت الکرسی»، شامل سه آیه است که در اواخر سوره‌ی بقره
قرار دارد.

در سوره‌ی «الرحمن»، آیه‌ای ۳۱ بار تکرار شده است.
سوره‌ای که از اخلاق و ادب سخن می‌گوید، سوره‌ی
«حُجُرَات» است. اولین آیه‌ای که بر پیامبر اکرم (ﷺ) نازل شد،
«اقْرَأْ بِسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ» در ابتدای سوره‌ی «عَلَق» است. یک
آیه در سوره‌ی «الْمُدَّثِّر» هست که اگر از آخر به اول هم
بخوانیم، همان کلمات می‌شود: «رَبِّكَ فَكَبِّرْ»

حکایت‌های لطیف

پزشک و اردشیر بابکان روزی اردشیر بابکان، نخستین

پادشاه ساسانی، از یک پزشک پرسید: «انسان هر روز چقدر غذا باید بخورد؟» پزشک گفت: «صد درم سنگ کافی است.» اردشیر با تعجب گفت: «این مقدار کم که نیرو و قوتی ندارد!» پزشک گفت: «این مقدار، برای نگهداری تو کفایت می‌کند و هرچه بیشتر از آن بخوری، فقط حمل کننده‌ی آن هستی و فایده‌ای برایت ندارد.»

خوردن، برای زندگی کردن و ذکر گفتن است! تو می‌پنداری که زندگی کردن برای خوردن است!

شکر پابرهنگی سعدی می‌گوید: «هرگز از اوضاع زمانه و سختی‌های روزگار ناله و شکایت نکرده بودم مگر زمانی که پاهایم برهنه مانده بود و پول برای خرید کفش نداشتم. در آن حال ناراحتی، وارد شهری شدم و فردی را دیدم که پا نداشت.

شکر نعمت خدا را به جا آوردم و پابرهنگی خودم را سپاس
گفتم!»

شعر دزد انوری، شاعر معروف ایرانی، از بازار «بلخ»
می گذشت. در گوشه‌ای از بازار، مردی مردم را اطراف خود
جمع کرده بود و اشعار انوری را به نام خود برای آنان
می خواند. مردم با شور و هیجان اشعارش را می شنیدند و او را
تحسین می کردند. انوری جلو رفت و گفت: «ای مرد، این اشعار
چه کسی است که می خوانی؟» مرد گفت: «اشعار انوری است.»
انوری گفت: «آیا انوری را می شناسی؟» مرد، کمی سر و
وضعش را مرتب کرد و گفت: «انوری، خود من هستم.» انوری
خندید و گفت: «دزد شعر دیده بودم اما دزد شاعر نه!»
«ابوالفضل هادی منش»

ضربالمثل

خون را با خون نمی‌شویند! در قدیم رسم بود اگر کسی کسی را می‌کشت، اقوام مقتول انتقام می‌گرفتند و به جبران خون او، قاتل یا یکی از نزدیکانش را می‌کشتند. در این انتقام و خونخواهی، گاهی عدالت و قانون زیر پا گذاشته می‌شد. با اینکه این رسم امروزه زیاد در ایران دیده نمی‌شود اما ریشه‌های آن در عاداتها و اخلاق بعضی از مناطق هنوز هم پابرجاست.

کاربرد اگر کسی قتل کرد و خونی ریخت، باید از طریق قانون او را مجازات کرد. اگر کسی بدی کرد، جوابش بدی نیست. می‌توان به جای عمل متقابل، با رفتار و کردار مناسب، او را مجازات کرد یا وادارش کرد که از کارهای بدش دست

بردارد.

«فوت کوزه‌گری، مصطفی رحماندوست»

زندگی در آب‌های شیرین

دنیای پنهان در میان امواج درخشان برکه یا رودخانه، درست مانند یک جنگل وحشی، ترسناک و مرگبار است. بعضی از جانوران از جمله ماهی‌ها، تمام عمرشان زیر آب می‌مانند اما بسیاری از جانوران، بین زیستگاه‌های طبیعی خشکی و آب در رفت و آمدند. سمور آبی، موش‌های آبی، آبچلیک‌ها و انگیت‌ها برای تغذیه زیر آب شنا می‌کنند.

ماهی خورک، یکی دوبار شیرجه می‌زند تا غذای فاسد را به چنگ بیاورد. نوزاد سمندر آبی، زندگی‌اش را در آب آغاز می‌کند و پس از چند ماه، قدم به خشکی می‌گذارد. سپس هر از چند گاه به زادگاهش باز می‌گردد تا تولید مثل کند. نوزاد

کرمی شکل برخی از حشرات، گاهی باید دو تا سه سال را در زیستگاه آبی بگذرانند تا بتوانند در هوا به پرواز در آیند.

ماهی خورک ماهی خورک معمولی اروپایی-آسیایی، از کوچکترین، سریعترین و براقترین ماهی خورکها است. این پرنده، مانند تیر در آب فرو می‌رود و با منقار کارد مانندش ماهی کوچکی را می‌گیرد و به‌سوی شاخه‌ای پرواز می‌کند. در آنجا غذای در حال جنب‌وجوش را محکم به شاخه می‌کوبد تا از حرکت بایستد و بتواند آن را بلعد.

آبچلیک این جانور بسیار محتاط، به ندرت به فضای باز می‌آید. آبچلیک در میان نزارها و گیاهان ساحلی، دزدانه حرکت می‌کند و کرم‌ها، حشرات و سایر جانوران کوچک و گیاهان نرم را جست‌وجو می‌کند. با وجود این، گاهی اوقات

**صدای بلند این پرنده، جانش را به خطر می‌اندازد. صدای
آبچلیک شبیه جیغ زدن بچه خرسی هراسان است.
«صدیقه ابراهیمی و مهرزاده مینانژاد»**

حرکت ماهیچه‌ها

**وقتی ماهیچه‌ها منقبض می‌شوند، حرکت می‌کنند. میلیون‌ها
ردیف رشته در ماهیچه قرار دارد که از دو نوع پروتئین متفاوت
درست شده‌اند: «میوزین» و «اکتین». تصور کنید دو گروه برگ
روی هم قرار دارند و روی یکدیگر می‌لغزند و حرکت می‌کنند.
وقتی یک ماهیچه کشیده می‌شود، همین حرکت و لغزندگی
اتفاق می‌افتد و انقباض ماهیچه بر اثر کوتاه‌تر و ضخیم‌تر شدن
فیبرهای ماهیچه ایجاد می‌شود. میوزین و اکتین در همه جا و
همه‌ی موجودات زنده‌ای که حرکت دارند، وجود دارد حتی**

در موجودات ذره‌بینی مثل تک سلولی‌ها و تاژک داران.

انواع حرکت ماهیچه‌ها مغز، تمام ماهیچه‌ها را کنترل می‌کند اما انسان کنترل بعضی از ماهیچه‌ها را در اختیار دارد که به آنها «ماهیچه‌های ارادی» می‌گویند. اما ماهیچه‌های دیگری هستند که حرکت آنها به اختیار و اراده‌ی انسان نیست و به آنها «ماهیچه‌های غیر ارادی» می‌گویند.

ماهیچه‌های اسکلتی، ماهیچه‌های ارادی هستند. آنها از سوی قسمت هوشیار مغز کنترل می‌شوند و انسان هر زمان اراده کرد، می‌تواند آنها را به حرکت در آورد. مثلاً شما وقتی می‌خواهید به طرف یک کیک خامه‌ای بروید، عصب‌ها پیام حرکت را از مغز به ماهیچه‌ی مناسب می‌برند تا شما بتوانید حرکت درست و مناسبی را انجام دهید.

ماه‌یچه‌های غیر ارادی انسان هیچ نقشی در فعالیت آن‌ها که تمام وقت کار می‌کنند و توسط مغز کنترل می‌شوند، ندارد. شما مجبور نیستید به مغزتان بگویید این کار را بکند زیرا مغز بدون هیچ دستوری از طرف شما، کار خود را انجام می‌دهد.

ماه‌یچه‌های غیر ارادی قفسه‌ی سینه کار می‌کنند تا بتوانند سینه را منبسط و هوا را وارد ریه‌ها کنند. قلب، یک تکه ماه‌یچه به نام «ماه‌یچه‌ی کاردیاک» است و همواره خون را به سراسر بدن، پمپاژ می‌کند. اگر این ماه‌یچه‌ها تمام وقت کار نکنند، انسان می‌میرد. ماه‌یچه‌ها غذایی را که خورده‌اید، از معده و دستگاه گوارش به سمت پایین می‌فشارند. وقتی به توالت می‌روید، با استفاده از همین ماه‌یچه‌ها مواد زاید را به بیرون بدن می‌فرستید.

هر دانه از موهای شما، دارای یک ماهیچه‌ی کوچک در قسمت ریشه است. در صورتی که احساس سرما کنید، این ماهیچه منقبض و موها سیخ می‌شوند. این ماهیچه‌ها بدون هیچ‌گونه تلاش و اراده از طرف شما کار می‌کنند.

«طیبه و مرضیه سادات صالحی»

ابر و آب و هوا

ابرها از قطره‌های بسیار ریز آب ساخته می‌شوند. این قطره‌ها به هم برخورد می‌کنند و قطره‌های بزرگ‌تری را می‌سازند. هنگامی که قطره‌ها بسیار بزرگ شدند، به شکل باران یا برف بر زمین می‌بارند.

آب و هوا زمین، آب و هوای گوناگون دارد. ممکن است آفتابی، ابری، بارانی، برفی، همراه با وزش باد یا طوفان باشد.

**دمای خورشید و تغییرات در بالای اتمسفر بر چگونگی آب و هوا
اثر دارد. آب و هوای معمول یک سرزمین و یا کشور، «اقلیم»
آنجا نامیده می‌شود.**

«مترجم. لیدا شریفزاده»

کلمه‌ی طلایی

**پاسخ کلمه‌ی طلایی آذر، «نارنگی» بود با این پاسخ‌ها: نیمرو،
النگو، راست، نگین، گرگ، یلدا.**

**کلمه‌ی طلایی این ماه، پنج حرف دارد و نام یکی از شهرهای
ایران است. برای پیدا کردن آن، به این پرسش‌ها پاسخ دهید:
۱. متضاد خشک است.**

۲. مرکز استان خراسان جنوبی.

۳. قهرمان اصلی شاهنامه.

۴. واحد پول کشور چین.

۵. نام دختر بزرگ حضرت علی (ع)

چیستان

* آن چیست که در برگ، پناهی دارد

جامه سیه و سبز کلاهی دارد

پوستش بکنند و سینه‌اش چاک دهند

من در عجبم کین چه گناهی دارد؟

* تنش زرد است و جامه‌اش سبز و موهایش سفید!

* چیست آنکه پایش در سر است و رویش در پا؟

* چیست آن مرغ بی بال و پر

سرش را نبری، نگوید خبر؟

* حرف اولم، اولِ پیاز است

حرف دومم، اولِ ساز است

حرف سوم و چارم، آخر هسته

توی صندوق در بسته.

پاسخ چیستان‌های آذر: اسم، سگه، باد، بیل و کلنگ،
بسم... الرحمن الرحیم، باران شدید.

برف خنده

☺ معلم: «جزیره‌ی ماداگاسکار کجاست؟» شاگرد: «آقا اجازه،
به‌جان مادرمان ما برنداشتیم!»

☺ مجری رادیو: «تلفن بعدی، بفرمایید!» شنونده: «الو، آنجا
رادیو است؟» مجری: «بله، بفرمایید.» شنونده: «ببخشید صدای
من پخش می‌شود؟» مجری: «بله.» شنونده: «ببخشید، صدای
من در نانوایی هم پخش می‌شود؟» مجری: «اگر در نانوایی
محلای شما رادیو روشن باشد، بله پخش می‌شود.» شنونده:
«می‌خواستم بگویم آهای سیروس، نون نگیر! مادرت چهارتا
گرفته!»

😊 اولی: «مدال نقره را برای چه گرفته‌ای؟» دومی: «برای این که خواننده شدم!» اولی: «مدال طلا را چرا گرفتی؟» دومی: «برای اینکه خوانندگی را کنار گذاشتم.»

😊 پزشک تازه کار وارد کتاب‌فروشی شد و گفت: «بخشید آقا! مجله‌های ده سال پیش را دارید؟» فروشنده با تعجب پرسید: «برای چه کاری می‌خواهید؟» پزشک با خونسردی گفت: «می‌خواهم در مطبم بگذارم تا هر مریضی آن را می‌بیند، فکر کند من چندین سال سابقه‌ی کار دارم.»

😊 معلم تاریخ از دانش‌آموزان پرسید: «چند نفر از شما با جنگ مخالفید؟» دست بیشتر بچه‌ها بالا رفت. معلم از یکی از آن‌ها پرسید: «علت مخالفت تو چیست؟» دانش‌آموز: «برای اینکه اگر این جنگ‌ها نبودند، کتاب تاریخ به این قطوری نمی‌شد.»



Bacheh-ha Boshra



Managing Director: Nasrin Atyabi
Address: P.O.BOX 17775/338 Teh.Jvan
Fax: +9821 33102466
Cell Phone: +98 912 307 0328
Website: www.kamna.ir

کامپ بوشرا، تهران، میدان ایران، میدان مهدوی پور، پتاک ۳۸
تلفن: ۰۲۱-۳۳۱۰۲۴۶۶ / ۳۳۵۱۳۳۲۰-۴
تلفکس: ۳۳۱۰۲۴۶۶ - شماره: ۰۲۱۲ ۳۰۷ ۰۳۲۸
تهران: میدان مهدوی پور، پتاک ۳۸

ناهمانمه ویژه کودکان نابینا و کم بینا
صاحب اعتماد و مدیر مسئول: نسرین ایتیابی
نماینده: حسین یوسفی فرزند زادی
ویراستار: سید محمد حسینی
تهران: میدان مهدوی پور، پتاک ۳۳۸/۱۳۳۵