

بچه‌ها بتتری



رسال یازدهم • اردیبهشت ۱۴۰۱ • شماره ۱۲۲
ماهنامه ویژه کودکان نابینا و کم بینا



با شادی و نشاط بخوانید

- ۲ عیدی به بزرگ‌ترها
- ۵ گریپ فروت
- ۵ عروسک خانم
- ۶ دوبیتی‌های کودکانه
- ۸ فایده‌ی تجربه
- ۹ کوتوله و لاک‌پشت
- ۱۱ حکمت بزرگ
- ۱۲ خرگوش
- ۱۳ پوست، چه می‌کند؟
- ۱۴ گردش سیستانی
- ۱۶ انرژی‌های تمام نشدنی
- ۱۸ خانه‌های گلی
- ۱۹ غذا کجا می‌رود؟
- ۲۰ کلمه‌ی طلایی
- ۲۱ چیستان
- ۲۲ خندان مثل پسته
- ۲۴ کالسکه

عیدی به بزرگ‌ترها

چند روز به عیدفطر مانده بود. مامان به ما مژده داد که روز عیدفطر به دیدن بابابزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها می‌رویم. مامان گفت: «دو سال، از عیددیدنی محروم بودیم اما امسال به لطف خدا و تلاش پزشکان و پرستاران و همکاری خوب مردم، خطر کرونا کمتر شده و می‌توانیم با انجام بعضی کارهای پیش‌گیرانه مثل زدن ماسک و نشستن با فاصله از همدیگر، به دیدن بزرگ‌ترها و دوستان برویم.»

از شادی این خبر خوب، نمی‌توانستیم آرام بنشینیم و سر و صدا نکنیم. وقتی بابا آمد، گفت: «چه خبر است؟ صدای شما همه‌ی ساختمان را برداشته!» داداش کوچولو گفت: «صدای ما که دست ندارد، باباجون!» خواهر بزرگم خندید و گفت: «یعنی صدای شلوغ

کردن ما در همه‌جای ساختمان به گوش می‌رسد!» خواهر کوچولو
پرید توی بغل بابا و گفت: «عید فطر می‌خواهیم برویم میهمانی!
بابا، کی عید فطر می‌رسد؟ چند روز مانده؟» من گفتم: «سه چهار
روز، عجله نکن!»

بابا رو به ماما کرد و گفت: «خانم، فکری برای هدیه‌ی آقاجون
و مادر جون کردی؟» ماما گفت: «بله، البته! دوتا روسری خوشگل
به انتخاب دخترگلم برای مادر شما و ماما خودم خریدیم. برای
آقاجون‌ها هم به سلیقه‌ی آقا پسر عزیزم، پیراهن خریدیم!» ماما
خیلی وقت‌ها وقتی می‌خواهد هدیه بخرد، خواهر و برادر بزرگم
را با خودش می‌برد و از آن‌ها هم نظر می‌گیرد.

من از بابا پرسیدم: «همیشه می‌گویند بزرگ‌ترها به کوچک‌ترها
هدیه می‌دهند. شما و ماما برای بابا بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌ها

هدیه می‌برید؟» بابا گفت: «هدیه، کوچک‌تر و بزرگ‌تر ندارد! امامان عزیز ما بارها تأکید کرده‌اند که دادن هدیه هر چند کوچک باشد و پول کمی برای آن پرداخت شود، محبت بین افراد را بیشتر می‌کند. خوب است که همیشه به دنبال بهانه‌ای باشیم تا به دیگران هدیه بدهیم. این هدیه دادن، پیش و بیش از اینکه هدیه گیرنده را خوشحال کند، خود فرد هدیه‌دهنده را شاد می‌کند.»

این جمله‌ی بابا، جرقه‌ای در مغز من زد تا با کمک خواهرها و برادرها هدیه‌هایی برای مامان و بابا تهیه کنیم و روز عید فطر به آنها بدهیم. قبلاً فکر می‌کردم فقط روز پدر و مادر و روز تولد مامان و بابا، ما باید به آن دو هدیه بدهیم اما از این به بعد، سعی می‌کنم دلایلی هر چند کوچک برای تشکر از بابا و مامان پیدا کنم.

عیدتان مبارک!

«قاصدک»

گریپ فروت
مزه‌ی ترشی دارم
پوست کلفتی دارم
سرشار ویتامینم
پر آب و پر دانه‌ام
جزو مرکباتم
هم شکل پرتقالم
به من می‌گن گریپ فروت

«صفا معینی»

عروسک خانم
فقط یک دانه پیراهن
عروسک خانمم دارد

خجالت می کشد چون که
لباس خوب، کم دارد
از آشی که به او دادم
کمی روی لباسش ریخت
نمی آید به مهمانی
لباس او شده بدریخت
چه بد شد، کاش من کاری
به جز خوردن بلد بودم
کمی هم کار کردن با
نخ و سوزن بلد بودم

«طیبه شامانی»

دوبیتی‌های کودکانه
بیا بیرون و دنیا رو نیگا کن

بیا نزدیکِ من، پرها تو وا کن
حالا جیک جیک بکن ای جوجه‌ی خوب
بزرگ‌تر که شدی قد قد قدا کن

صدای چک‌چکِ بارونِ قشنگه
صدای شرشرِ ناودونِ قشنگه
تو ابرا ابرا برای گریونِ قشنگه
تو لب‌ها، لب‌های خندونِ قشنگه

توی دنیا تکه مادر بزرگم
خونه شون کوچکه، مادر بزرگم
ولی خونه بزرگه وقتی باشه
رو چشمام عینکِ مادر بزرگم

«علی ثابت قدم»

فایده‌ی تجربه

سگی جلوی خانه‌ی روستایی خوابیده بود که گرگی او را غافلگیر کرد. چیزی نمانده بود گرگ، او را یک لقمه‌ی چپش کند که سگ از او خواست لحظه‌ای صبر کند. سگ گفت: «الآن من خیلی لاغر و استخوانی هستم اما اگر کمی صبر کنی، صاحب من با خانواده‌اش می‌خواهند به عروسی بروند. وقتی آن‌ها رفتند، تا می‌توانم از غذاهای توی خانه می‌خورم تا چاق شوم. آن وقت بیا و مرا بخور.»

گرگ پذیرفت و رفت. مدتی بعد، گرگ بازگشت و سگ را بر بام خانه دید. او را صدا کرد و گفت: «پایین بیا تا تو را بخورم.»

سگ جواب داد: «از این پس، اگر مرا روی زمین خوابیده دیدی، منتظر عروسی نمان.»

خردمند وقتی از خطر جست، تا آخر عمرش مراقب است تا گرفتار

خطر مشابه نشود.

«حسین ابراهیمی»

کوتوله و لاک پشت

آذرخش، نام یک کوتوله‌ی پیام‌رسان بود که کسی شبیه او در دنیا پیدا نمی‌شد. او پیام‌ها، نامه‌ها و جعبه‌ها را سریع از یک نقطه به نقطه‌ی دیگر می‌رساند و چندین جایزه به همین دلیل گرفته بود اما هنوز احساس خوشبختی نمی‌کرد زیرا فرزندی نداشت.

روزی کوتوله‌ی دیگری، جعبه‌ای به او داد تا آن را به جادوگری برساند. وقتی آذرخش راه افتاد، صدایی از داخل جعبه شنید که از او می‌خواست در جعبه را باز کند اما آذرخش جادوگری بلد نبود و چاره‌ای نداشت جز اینکه جعبه را به جادوگر تحویل بدهد و

رسید دریافت کند. پس از پایان مأموریت برگشت و رسید را به کوتوله داد.

کوتوله از اینکه آذرخش با شاهزاده حرف زده بود، خیلی عصبانی شده بود اما وانمود کرد، چیزی در این باره نمی‌داند. کوتوله، تخم کبوتری به آذرخش داد و گفت: «از داخل آن، فرزندی بیرون خواهد آمد.» آذرخش بسیار خوشحال شد و از کبوتر خواست روی تخم بخوابد و خودش منتظر نشست.

بالاخره تخم شکست اما بچه‌ای که انتظارش را داشت، بیرون نیامد. از داخل تخم، یک لاک‌پشت بیرون خزید. با این حال، آذرخش لاک‌پشت را پیش خود نگه داشت و او را مثل پسرش دوست داشت. بر خلاف تصور مردم، لاک‌پشت خیلی سریع حرکت

می کرد. او مسافت‌های زیادی را با سرعت می‌رفت، پیام‌ها را می‌رساند و فوری بر می‌گشت.

مردم از سراسر دنیا می‌آمدند تا این موجود شگفت‌انگیز را تماشا کنند. روزی مردی در برابر حیرت آذرخش، با چکش چنان ضربه‌ی محکمی به لاک‌پشت زد که لاک‌پشت او شکست و به‌جای لاک‌پشت، کوتوله‌ی زیبایی ظاهر شد. این کوتوله، کسی نبود جز همان شاهزاده‌ی داخل جعبه که از بند جادوگر رها شده و برگشته بود تا آرزوی آذرخش را برآورده کند.

«ترجمه، محمد شمس»

حکمت بزرگ

روزی لقمان حکیم، نزد حضرت داوود (Σ) رفت. آن حضرت مشغول ساختن زره بود. لقمان تا آن روز، زره ندیده بود. او با

دقت نگاه می‌کرد؛ اما نمی‌دانست آن وسیله، چیست و چه فایده‌ای دارد. ساکت نشسته بود و حرفی نمی‌زد تا اینکه حضرت داوود (Σ) ساختن زره را تمام کرد و آن را به تن لقمان پوشاند تا آن را ببیند. سپس به لقمان گفت: «این زره برای جنگ و پیکار، وسیله‌ی خوبی است!» لقمان که با این سخن، فهمید زره چیست و برای چه استفاده می‌شود، با خود گفت: «سکوت، حکمتی بزرگ است که مردم کمتر آن را به کار می‌برند!»

«ابوالفضل هادی منش»

خرگوش

با اشتها غذا می‌خورد! همه، خرگوش را حیوانی پرخور می‌دانند. فک‌ها و آرواره‌های او همیشه در حال بالا و پایین رفتن است. دندان‌های تیزش مرتب رشد می‌کنند و برای همین، او

مجبور است همیشه در حال جَویدن باشد تا دندان‌هایش را کوتاه نگه دارد. شاید پر خوری او هم به همین دلیل باشد.

«کتاب‌های بنفشه»

پوست، چه می‌کند؟

پوست، بزرگ‌ترین و پهناورترین عضو بدن است که در بزرگسالان حدود دو متر مربع وسعت دارد. هر قدر شما رشد کنید، پوست شما هم رشد می‌کند. پوست، تمام بدن را می‌پوشاند و کارهای بسیاری انجام می‌دهد.

*** درجه‌ی حرارت بدن را کنترل و تنظیم می‌کند و بدن را گرم یا سرد نگه می‌دارد.**

*** پوست، ضد آب است یعنی اجازه نمی‌دهد آب به اجزای داخل بدن نفوذ کند.**

*** پوست، شما را از چیزهای مضر مثل بیماری‌ها و سموم و اشعه‌های خطرناک نور خورشید محافظت می‌کند.**

*** از طریق پوست می‌توانید گرما، سرما و درد را حس کنید و بدون دیدن، متوجه شوید یک شیء از چه چیزهایی ساخته شده و چه اندازه است؟**

*** یکی از ترکیبات پوست، ویتامین D است که به استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند.**

*** پوست، چربی را در خود ذخیره می‌کند و می‌تواند اکسیژن را جذب و دی‌اکسید کربن را آزاد کند.**

«ترجمه، طیبه‌سادات و مرضیه‌سادات صالحی»

گردش سیستانی

چاه‌حینی، قدیمی‌ترین محوطه‌ی باستانی شناخته شده در جنوب استان سیستان و بلوچستان است. تپه‌ی کوچکی مربوط به نیمه‌ی هزاره‌ی چهارم قبل از میلاد حضرت مسیح (Σ) است. این تپه در شمال رودخانه‌ی بمپور قرار دارد. از این تپه، سفال‌های ظریف قرمز رنگی به دست آمده که مربوط به دوران فلز است.

دیدار از قلعه‌نو، دهانه‌ی غلامان و زاهدان کهنه در «زِهک» بسیار جالب است. شهر دهانه‌ی غلامان، بزرگ‌ترین مجموعه‌ی خشتی باز مانده از دوران هخامنشی است که در قرن‌های پنجم و ششم پیش از میلاد با نقشه توسط متخصصان بنا شده است.

مسجد دزک، سفال گلپورگان و سنگ نگاره‌ها، از جاذبه‌های فرهنگی و تاریخی شهر سراوان به‌شمار می‌روند.

در سفر به خاش، دیدن قلعه‌ی پرنندگان، قلعه‌ی حیدرآباد و جاذبه‌های طبیعی این شهرستان را از دست ندهید.

قلعه‌ی نیک‌شهر و قلعه‌ی قصرقند، از دیدنی‌های شهرستان نیک‌شهر هستند.

قلعه‌ی سب و قلعه‌ی کنت، از مکان‌های دیدنی در شهرستان سیب سواران هستند.

در سفر به استان سیستان و بلوچستان، از جاذبه‌های طبیعی چابهار و کنارک شامل سواحل صخره‌ای، محیط‌زیست دریایی، کوه‌های مینیاتوری و گلفشان دیدن کنید. بازدید از خانه‌های قدیمی آریان، مقبره‌ی سیدغلام رسول و قلعه‌ی تاریخی تیس را فراموش نکنید. مقبره‌ی سیدغلام رسول در چابهار حدود هزارسال قدمت دارد.

**نکته آخر اینکه ورود آقایان به زیارتگاه بی‌بی‌دوست در شرق
زابل ممنوع است.**

«دکتر مهدی چوبینه و کورش امیری‌نیا»

انرژی‌های تمام نشدنی

**انرژی آب، باد و خورشید، انرژی‌های «نو شونده» هستند. این
انرژی‌ها بر خلاف نفت، گاز و زغال سنگ، هرگز تمام نمی‌شوند و
دی‌اکسید کربن تولید نمی‌کنند و باعث افزایش سرعت گرمایش
کره‌ی زمین نمی‌شوند.**

**خورشید می‌تواند شب‌های ما را روشن کند باتری‌های
خورشیدی برای تولید الکتریسیته از پرتوهای خورشید به‌کار
می‌روند. آن‌ها می‌توانند برای روشنایی بوستان‌ها یا در سقف
ساختمان‌ها برای فراهم کردن انرژی به‌کار گرفته شوند.**

آبگرمکن‌های خورشیدی، از گرمای خورشید برای گرم کردن آب بهره می‌برند. اگر بیابان بزرگ آفریقا به نام «صحرا» را با صفحه‌های خورشیدی پوشش دهیم، می‌توانیم از آن بیش از نیاز همهی جهان، الکتریسیته بگیریم.

دانشمندان می‌کوشند راه تولید الکتریسیته از حرکت موج‌های آب را بیابند. در آینده، خانه‌های ما می‌توانند با انرژی الکتریکی به دست آمده از موج‌ها، روشن شوند. برخی از نیروگاه‌ها برای تولید الکتریسیته، از سوختن گیاهانی مانند کاه، پنبه و علف فیل بهره می‌برند.

مزرعه‌ی باد انسان‌ها از گذشته‌ی دور، از نیروی باد بهره‌برداری می‌کردند. نخستین ماشینی که با نیروی باد کار می‌کرد، آسیاب بادی بود. اکنون فررهایی با پره‌های بزرگ

در مزارع بسیار پهناور باد در سراسر جهان وجود دارند. این مزرعه‌های ویژه را می‌توان در دریا نیز ساخت.

«مترجم، مهرداد تهرانیان‌راد»

خانه‌های گلی

چرا بیابان‌نشین‌ها خانه‌های خود را با خشت و گل می‌سازند؟ گل، وسیله‌ی بسیار جالبی برای ساختمان‌سازی است زیرا داخل خانه‌هایی که با دیواره‌های ضخیم گلی ساخته می‌شود، در تابستان‌ها خنک و در زمستان‌ها گرم است. مهم‌تر اینکه گل، قیمتی ندارد و به راحتی به دست می‌آید. خشت‌ها از ترکیب گل با گاه یا پشم جانوران درست می‌شود.

«ترجمه، امیر صالحی طالقانی»

غذا کجا می‌رود؟

بدن ما، غذایی را که می‌خوریم، هضم و آن را به مواد مختلفی تجزیه می‌کند. شیرابه‌ی گوارشی معده، لوزالمعده و کبد، موجب هضم و تجزیه‌ی غذا می‌شوند. خون، غذای هضم شده را به سلول‌ها می‌برد. هضم غذا در لوله‌ی گوارش که چندین عضو مختلف با وظایف گوناگون دارد، انجام می‌شود.

لوله‌ی گوارش، مجرای پیچ در پیچ است که از دهان آغاز می‌شود و در مقعد پایان می‌یابد. در بدن یک فرد بزرگسال، طول لوله‌ی گوارش نزدیک به ده متر است. غذایی که می‌خوریم، بر اثر حرکات عضلات لوله‌ی گوارش به جلو رانده و به تدریج هضم می‌شود. پس از پایان هضم غذا، مواد زاید از مقعد دفع می‌شود.

«مترجم، سپیده‌عندلیب و حسین یاسینی»

کلمه‌ی طلایی

**پاسخ کلمه‌ی طلایی فروردین، «مناجات» بود با این پاسخ‌ها:
مهر، نهج البلاغه، افطار، جمعه، ایوب، تبریک.**

**کلمه‌ی طلایی اردیبهشت، یک کلمه‌ی پنج حرفی و نام یکی از
مشاغل است. اگر می‌خواهید این نام را بدانید، به این پرسش‌ها
پاسخ دهید:**

**۱. نام یک غذای خوشمزه و گرد که نوع تبریزی آن معروف است.
۲. یک نام چهار حرفی برای پسرها که سه حرف آخرش، منفجر
می‌شود.**

**۳. در بدن انسان‌ها خون در آن‌ها جریان دارد و نوع سیاه و
سرخش هم در بدن وجود دارد.
۴. انسان غذا نخورده.**

۵. نام یکی از شهرهای استان مازندران که سه حرف اولش، وحشی نیست و دو حرف آخرش هم بالاتر از صورت است.

چیستان

* آن چیست که از هر دری داخل می‌شود، از هر شکافی بیرون می‌رود، گرد می‌شود و بالا و پایین می‌رود، جای پایش هم نمی‌ماند؟

* آن چیست که یک بال و یک پا دارد

جا در کفِ هر پیر و برنا دارد

چون گرم شود مدام در پر زدن است

چون سرد شود مقامِ اعلی دارد؟

* آن چیست لباسش سیاه، کلاهش سبز و زیر پیراهنش سفید است؟

* چیست آن لطیف و نکو

می خورند مردمان نیکورو
در برش جامه‌های سرخ و سفید
می کند گریه‌ها گشوده‌ی او؟
پاسخ چیستان‌های فروردین
سیب، گیلاس، هندوانه.

خندان مثل پسته

✚ معلم ورزش به پدر یک دانش‌آموز گفت: «آقا، پسر شما امروز
رکورد شکست!» پدر دانش‌آموز: «به من مربوط نیست! خودش
شکسته و خودش هم باید پولش را بدهد.»

✚ یک روز مردی پیش دکتر رفت و گفت: «آقای دکتر، من هر شب
خواب فوتبال می‌بینم.» دکتر: «نسخه‌ای را که برایت نوشتم، به
داروخانه ببر؛ داروهایش را بگیر و از همین امشب خوردن داروها

را آغاز کن تا دیگر خواب فوتبال نبینی.» مرد با ناراحتی گفت: «نه آقای دکتر! از امشب نه! چون امشب مسابقه‌ی فینال است!»

✚ دروغگوی اولی: «ساعت پدرم چهار سال پیش توی چاه افتاد. چند روز پیش که آن را در آوردیم، هنوز کار می‌کرد!» دروغگوی دومی: «این که چیزی نیست؛ پدر من چهار سال پیش، توی چاه افتاد. چند روز پیش که او را در آوردیم، هنوز زنده بود.» اولی: «پدرت در این مدت چه می‌کرد؟» دومی: «ساعت پدر تو را کوک می‌کرد!»

✚ مادری به مهمانی رفته بود. وقتی برگشت، فرزند اوّل جلو آمد و گفت: «من ظرف‌ها را شستم.» فرزند دوّم: «من ظرف‌ها را خشک کردم.» فرزند سوّم: «من ظرف‌های خشک شده را گذاشتم توی گنجه.» فرزند چهارم: «من هم ظرف‌های شکسته را جمع کردم.»

‡ اولی: «چرا ماهی‌ها قادر به حرف زدن نیستند؟» دومی: «اگر دهان تو را پر از آب کنند، می‌توانی حرف بزنی؟»

کالسکه

امروز سوار یک ماشین شاسی‌بلند شدم و با آن کُلی دور زدم. چون دست فرمانم خوب نیست، خودِ مامان رانندگی کرد. مامان می‌گوید اسمش کالسکه است. دوست دارم وقتی بزرگ شدم، در مسابقات کالسکه‌رانی شرکت کنم و اگر اوّل شدم، یک چیز خوب جایزه بگیرم. آن وقت کالسکه را به بچه‌ام بدهم و با پول جایزه برای او یک مامان مهربان بخرم تا کالسکه‌اش را براند.

«مهر داد صدقی»



Bacheha Boshra

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

چاپ: بریل، تهران، خیابان ایران، خیابان مهدوی پور، پتاک ۳۸
تلفن: ۳۳۱۰۳۳۵۸ / ۳۳۵۱۱۸۸۲-۴
تلفکس: ۳۳۱۰۳۳۵۹ / شماره: ۰۲۱۴ ۳۰۷۰۳۳۸

تهران، جلد: واحد کتابی

ماہنامہ ویژه کودکان نابینا و کم بینا

صاحب انتشار و مدیر مسئول: نسرین اویبی
محرر فنی: سحرین یوسفی فرج‌زادی
ویراستار: سعید محمد جمعیلی

تلفکس: ایران، تهران صندوق پستی ۱۷۷۷۵/۳۳۸