

سفر
به یادماندنی ما

۱

در آموختن
سخت گیر
باشیم
اما زندگی را
سخت نگیریم

۱۲



سفر به یادماندنی ما

بعد از نام و یاد خدای بخشنده و مهربان، سلامی گرم به تک تک شما خوانندگان عزیز و خوب کوله پشتی. امیدواریم که سالم و سرحال باشید و در کنار خانواده به مراسم عزاداری بروید و از قیام امام حسین [ع] بیشتر بدانید.

از وقتی شنیده ایم که بابا جان برای همه مان بلیت سفر به کربلا تهیه کرده است در پوست خود نمی گنجیم. بالاخره آن روز مهم از راه رسید. بابا بزرگ و مادر بزرگ آمده بودند ما را راهی بهترین سفر دنیا یعنی زیارت کربلا کنند. بابا بزرگ قرآن به دست گرفته بود. یکی یکی از زیر قرآن رد شدیم و قرآن را بوسیدیم تا به سلامتی برویم. مادر بزرگ گفت: «التماس دعا!» و بابا بزرگ کاسه ی آب در دست به ما با مهربانی نگاه می کرد. بابا و مامان در حال آوردن چمدان ها بودند.



فهرست

سفر به یادماندنی ما / ۱
رومبه / ۲
دیوار کوب زیبا / ۳
من اینجا تنها نیستم / ۴
سرزمین مورچه ها / ۶
مجموعه قصه های کربلا / ۷
۲۵ هزار نامه
عاشوراییان (ع) به کوفه / ۸
عاشوراییان کوچک سال / ۹
قاب کودکی / ۱۰
آزمایش سنجاق معلق / ۱۱
در آموختن سخت گیر باشیم
اما زندگی را سخت نگیریم / ۱۲
میکربی به نام چرکولک / ۱۴
جدول انگلیسی / ۱۶
شاعر بزرگ کتیبه های عاشورایی / ۱۷

صاحب امتیاز:
شهر داری مشهد
مدیر مسئول:
سید میثم موسوی مهر
سر دبیر:
سید سجّاد طلوع هاشمی
دبیر منمائم:
ارژنگ حاتمی
دبیر کوله پشتی:
طیبه سادات ثابت
گرافیک و صفحه آرایی:
ملک جمعی

پست الکترونیک:
sabet@shahrara.com
نشانی سایت:
shahraranews.ir/fa/kids
ایتای روزنامه: ۰۶۰ ۹۰۵۴۶۵۸۰
نشانی: میدان شهدا، نیش دانشگاه
دفتر مرکزی: ۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵
توزیع و امور مشترکین:
۵۱-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵
داخلی ۵۱۹ و ۵۲۰

حرم خواهر شجاع امام حسین [ع] در کشور عراق نیست و در سوریه است گفتم: «الان نمی‌شود چون باید بلیت آنجا را هم می‌گرفتم». مادر بزرگ با خنده گفت: «سفر سوریه ما هم هستیم! همه با هم.»

داشتیم می‌خندیدیم که مامان و بابا که چمدان‌ها را داخل ماشین بردند بابا رو به من و مینا گفت: «خب، بچه‌ها باید خداحافظی کنیم که کربلا منتظرمان است.» همه از بابا بزرگ و مادر بزرگ خداحافظی کردیم و به سمت فرودگاه شهید هاشمی‌نژاد راه افتادیم.

می‌خواستیم برای اولین بار به زیارت کربلا برویم و حرم امام حسین [ع] و یاران باوفایش را زیارت کنیم. دلم می‌خواست هر جا که می‌رویم همه‌ی ماجراها و اتفاقات مربوط به آن مکان را از بقیه پرسیم. برای همین، از بابا بزرگ پرسیدم: «چه قدر خوب است کاروانمان ما را برای دیدن علقمه هم ببرد. رودی که همه‌ی اتفاقات کربلا را دیده است باید خیلی دیدنی باشد. علقمه هم وفاداری و مهربانی حضرت عباس را دیده است که وقتی آمد برای کودکان تشنه آب ببرد، با اینکه تشنه بود، آب‌های توی مشتش را دوباره توی رود برگرداند و ننوشید و هم سنگدلی و ظلم و ستم یزید و عمر سعد و شمر را به چشم دیده است.» بابا بزرگ با مهربانی جواب داد: «هم نجف هم علقمه، حتما می‌روید باباجان.» خواهرم، مینا، خیلی دوست داشت حرم حضرت زینب هم برویم و می‌گفت: «پیش حضرت رقیه هم می‌رویم یا نه؟» من که می‌دانستم



تصویرگر: زهره افطای



یک کار خوب

توی خانه روضه داریم	کفش‌ها را جفت کردم	خانم پیری هم آمد	خسته بودم چند لحظه
بوی نذری آمد الان	در کنار هم مرتب	کفش‌هایش را درآورد	پیش کفشی نوشستم
کفش‌ها را می‌شمارم	راهرو با کارهایم	من برایش جفت کردم	خوش به حالم چون که امروز
آمده پنجاه مهمان	می‌شود کم کم مرتب	او مرا خیلی دعا کرد	کفش دار روضه هستم





دیوارکوب زیبا

چه طور درست کنیم:

خیلی ها دهه ی اول ماه محرم روضه برگزار می کنند. شما چه طور؟ دوست دارید با چیزهای ساده و دم دستی مثل کارتن و گونی، دیوارکوبی زیبا درست کنید که با دیدن و خواندن آن باعث ثواب بشوید؟ پس دست به کار شوید! گونی را پهن کنید و به اندازه ی دلخواه برش دهید. دورش را به اندازه ی ۳ تا ۵ سانتی متر نخ کش کنید. با ماژیک «بسم ا...» یا «یا حسین» یا هر عبارت عاشورایی دیگری که دوست دارید وسط آن بنویسید. اگر خواستید خوش نویسی کنید، می توانید کپی کنید. اطراف نام را با گواش سفید رنگ کنید. دور نام را با لگه های رنگی نقاشی کنید. بعد از خشک شدن، آن را روی کارتن بچسبانید. نواری بلندی به عرض ۶ سانتی متر برش بنزید. نصف نوار را نخ کش کنید. آن را دور قاب بچسبانید. روی آن با قلم مو لگه های رنگ بگذارید. از پشت قاب، بندکی از گونی بچسبانید. بعد از پایان کار، می توان آن را به در ورودی خانه نصب کرد که هر کس وارد خانه می شود این عبارات زیبا را به زبان بیاورد.

طاہرہ عرفانی

چی لازم داریم؟

۱. گونی

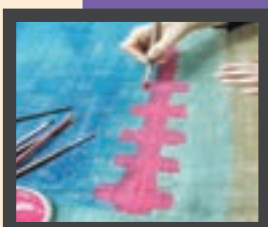
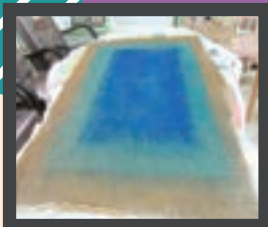
۲. چسب چوب

۳. آب رنگ یا گواش

۴. قیچی

۵. کارتن

۶. ماژیک پهن یا قلم نی درشت



من اینجا تنها نیستم



بکشد. بعد خورشید پیدایش شد. نور خورشید بر برگ‌های نهال تأیید تا سبز و بزرگ و قشنگ شوند و خاک تا می‌توانست، با مواد معدنی و قدرتی که داشت، ساقه‌ی کوچک نهال را محکم و قوی کرد. درخت دیگر غمگین نبود. نگران نبود. نمی‌ترسید چون می‌دانست یکی او را می‌بیند، یکی صدایش را شنیده. می‌دانست یکی مواظبش است. روزها می‌گذشت و ابر و باد و خورشید و باران و خاک با کمک هم از نهال مواظبت می‌کردند. نهال کوچک کم‌کم قد کشید. بزرگ شد و یک درخت زیبا و سرسبز شد. یک روز کمی دورتر از او، وسط بیابان بزرگ، یک نهال کوچک سرش را از خاک

کی صدایم را می‌شنود تا اگر کمک خواستم کمک کند؟» نهال کوچک دلش پر از ترس و غصه شد و شروع کرد به فریاد زدن: «کسی صدایم را می‌شنود؟ کسی هست کمک کند؟» هنوز از سبز شدنش خیلی نگذشته بود که بیابان تاریک شد. ابرهای سیاه یکی یکی آمدند و آسمان را پر کردند. بعد هم رعد و برق بزرگی زد و باران بارید. قطره‌های باران صورت نهال را ترو تازہ کرد. دلش را شاد کرد. نهال تا توانست آب خورد و زیر باران، خودش را شست. باران کمک کرد نهال کمی رشد کند، قوی شود و قد

شاید برای شما هم پیش آمده باشد که فکر کنید توی دنیای بزرگ تنها هستید. کسی شما را نمی‌بیند. کسی صدایتان را نمی‌شنود. نهال کوچک هم همین فکر را می‌کرد. وسط یک بیابان بزرگ که هیچ کسی و هیچ چیزی آنجا نبود، یک روز یک نهال کوچک از خاک بیرون آمد. نهال تا سرش را از خاک بیرون آورد و بیابان بزرگ و خالی را دید، ترسید. با خودش گفت: «من اینجا تنهایی چه کار کنم؟ کسی مرا نمی‌بیند! کی مواظبم است؟ کی به من آب می‌دهد؟



بیرون آورد، یک نهال ضعیف و لاغر. نهال دور و برش را نگاه کرد. تا بباید خشک و خالی را دید، ترسید و گفت: «اینجا کجاست؟! اینجا کسی نیست! من چه قدر تنه‌ایم! فقط یک درخت هست و من!» درخت تا صدای نهال را شنید، لبخندی زد و با صدای بلند گفت: «نگران نباش نهال کوچولو. در این بیابان خشک و خالی هم همیشه یکی هست که صدایت را بشنود. همیشه یکی هست که مواظبت باشد.» بعد سرش را بلند کرد و به ابرهای سیاهی نگاه کرد که یکی یکی داشتند از راه می‌رسیدند و آسمان را تاریک می‌کردند، ابرهایی که دلشان پراز قطره‌های درشت باران بود. درخت ابرها را به نهال نشان داد و گفت: «این ابرهای سیاه بارانی را ببین. این ابرها را او فرستاده. خورشید را هم می‌فرستد. به باد و خاک هم دستور می‌دهد تا کمکت کنند. پس دیگر لازم نیست نگران چیزی باشی. سعی کن قوی باشی و رشد کنی. خیلی زود مثل من بزرگ می‌شوی.» نهال کوچک تا حرف‌های درخت را شنید، دلش آرام شد. دیگر نمی‌ترسید. دیگر نگران نبود. به ابرهای سیاه نگاه می‌کرد و لبخند می‌زد، ابرهایی که پراز قطره‌های درشت باران بودند.



تصویر: زهره افطاسی



سرزمین مورچه‌ها

این هفته می‌خواهیم به دنیای مورچه‌ها برویم و به آن‌ها کمک کنیم تا در دسر بزرگی که اجتماعشان را تهدید می‌کند حل کنند.



علیرضا وفايي نيا

داستان بازی Rising of Ants درباره‌ی درختی جادویی است که در سرزمین مورچه‌ها قرار داشت. درختی که غذا، آب و منابع مورد نیاز مورچه‌ها را تأمین می‌کرد و به آن‌ها اجازه می‌داد در روی زمین جمعیت خودشان را داشته باشند اما طمع دیگر حشرات برای دستیابی به این درخت جادویی باعث شد مورچه‌ها وارد جنگی بزرگ شوند. این جنگ باعث نابودی درخت جادویی شد و مورچه‌ها را مجبور به عقب‌نشینی کرد.

حالا شما در دنیای این بازی وظیفه دارید سرزمین مورچه‌ای خودتان را بسازید. برای تحقق این امر نیز مشکلات و چالش‌های بسیاری پیش رویتان خواهند بود. هم‌چنین بازی موبایلی Rising of Ants تنوع بی‌نظیری از ساختمان‌ها و نیروهای مختلف را در اختیارتان قرار می‌دهد. شما باید در این بازی ساختمان‌های مختلف بسازید، به دیگر بازیکنان حمله کنید و از طریق منابعی که به دست آورده‌اید خودتان را قوی‌تر کنید. هرچه در بازی پیشرفت می‌کنید، ارتقای ساختمان‌ها و نیروهایتان دشوارتر می‌شود و برای انجامش به منابع بیشتر و کمیاب‌تری نیاز خواهید داشت. هم‌چنین مأموریت‌هایی در بازی وجود دارد که وقتی به میزان مشخصی از پیشرفت رسیدید، می‌توانید با انجام دادن آن‌ها جایزه‌های خوبی به دست آورید.

در مجموع، در این عنوان، فرماندهی سرزمین مورچه‌ها را به دست می‌گیرید و باید بتوانید مردم خودتان را از شرایط سختی که پس از نابودی درخت جادویی به آن دچار شده‌اند نجات دهید.



کد پایین را
اسکن کنید
و امپراتوری
مورچه‌ای
خودتان را
بسازید!



اسکن کنید



مجموعه قصه‌های کر بلا ۲ [حضرت ابوالفضل]

حضرت ابوالفضل [ع]، یکی از کتاب‌های مجموعه‌ی جذاب پنج جلدی قصه‌های کر بلاست. جلد‌های دیگر این مجموعه عبارت‌اند از حضرت زینب [س]، امام حسین [ع] و یاران باوفایش حضرت رقیه [س]، حضرت علی اصغر [ع]. این مجموعه به صورت شعرهای کوتاه سروده شده و با تصاویر بسیار زیبا و جذاب همراه است. موضوع این کتاب آشنایی با حضرت ابوالفضل [ع] در واقعه کر بلاست. قسمتی از این کتاب زیبا را با هم می‌خوانیم: قصه‌ای از کر بلا قصه‌ی شاه وفا ساقی لب‌تشتگان ابوالفضل قهرمان زاده‌ی ام‌البنین برادر شاه‌دین علمدار کر بلا دوست خوب بچه‌ها به شما پیشنهاد می‌کنیم حتما این مجموعه‌ی پنج جلدی زیبا و جذاب را برای خواندن انتخاب کنید و از خواندن آن لذت ببرید.



شاعر: جعفر ریوندی

نویسنده: کمالی آشتیانی

انتشارات کمال اندیشه، ۱۳۹۳



۲۵ هزار نامه برای دعوت امام حسین [ع] به کوفه!



هوسینی
نیک صفتی

امام قبل از اینکه با خانواده‌ی خود به کوفه روانه شود، پسرعموی خود، مسلم بن عقیل، رابه سوی این شهر می فرستد. آیا ۲۵ هزار نامه از طرف مردم کوفه واقعیّت دارد یا نه؟ آیا مردم کوفه برای بیعت با امام آماده بودند؟ مسلم بن عقیل، پسر عمو و نماینده‌ی امام حسین [ع]، بنا به دعوت مردم کوفه از ایشان، به این شهر عزیمت می کند تا از مردم بیعت بگیرد. حامیان خلیفه، یزید را از ناتوانی نعمان، حاکم کوفه، مطلع می کنند و یزید عبیدا... بن زیاد را به این شهر می فرستد. مردم کوفه با تصوّر اینکه او امام حسین [ع] است از او استقبال می کنند. عبیدا... بیعت کنندگان امام حسین [ع] را تهدید می کند و به دیدن یکی از این افراد به نام «هانی» می رود.

به مسلم که در خانه هانی به سر می برد، پیشنهاد می شود عبیدا... را بکشد. داستان این انیمیشن اتفاقاتی را که در کوفه برای مسلم بن عقیل می افتد به راحتی به مخاطب کودک نشان می دهد. عاشوراییان تاریخ را برای ما ورق می زند که مردم با دیدن پول چه راحت نظر خود را عوض و به امام حسین پشت می کنند. ما با دیدن این انیمیشن از اتفاقات زمان امام حسین [ع] آگاه می شویم.

زمان:

۷۵ دقیقه

ژانر:

ماجراجویی و جنگی

شرکت سازنده:

صبا

کشور سازنده:

ایران

کارگردان:

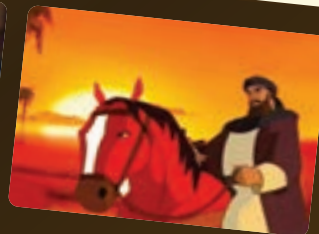
ناهید صمدی امین

سال انتشار:

۱۳۸۶

نام انیمیشن:

عاشوراییان



عاشوراییان کوچک سال



همگی، به عشق امام حسین و یاران باوفایش در این راه قدم گذاشته‌اند. آن‌ها هرگز خسته نمی‌شوند چون امام^[۱] و خاندان و یاران او را دوست دارند. دوست داشتن به آدم نیرو می‌دهد که تا آخرین نفس در راه نورانی امام^[۲] باشد، مثل ۷۲ یار باوفایش. همه‌ی این کودکان و نوجوانان عاشورایی هم که هر جای شهر خیمه‌ی حسینی برپا کرده‌اند، خودشان را دوست و یاور بچه‌های واقعی کربلا می‌دانند و در واقع، میزبانان مجلس امام حسین^[۳] هستند که می‌خواهند راه و یاد عاشورا را زنده نگه دارند. به قول سردار شهید حاج قاسم سلیمانی، «ما ملت امام حسینیم.»

ماه محرم که از راه می‌رسد، با خودش حال و هوایی غریب اما دوست‌داشتنی به همراه دارد. خوب که نگاه می‌کنی، یک جور مهربانی و احترام، تفکر، یک حس نوع دوستی و یک نوع از محبت و ایثار را می‌توانی در بین مردم کوچه و خیابان ببینی. مسجدها، حسینیه‌ها، تکیه‌ها، خیابان‌ها و حتی خانه‌هایی که بر سر درشان با نصب پرچم‌های سیاه و کتیبه‌های شعر محترم کاشانی به پیشواز مجلس عزاداری کربلاییان آمده‌اند، همه‌ی شهر، حتی بچه‌هایی که در کنار بزرگ‌ترها در ایستگاه‌های صلواتی توی گرمای تابستان به عزاداران و هیئت‌ها خدمت‌رسانی می‌کنند و نذری شربت و چای می‌دهند،





امیر حسین عطار کلاس چهارم در عید غدیر



عسل و مهدیه جنگی



بچه های مدرسه دهسنگی در ایستگاه صلواتی غدیر



سام ساجد نیا ۷ ساله

قاب کودکی
شما هم می‌توانید
عکس‌های کودکان خود را
برای ما به شماره‌ی ایتای ۹۰۵۴۶۵۸۰۶۰ بفرستید.



یسنا یک و نیم ساله و سهیل ۹ ماهه

آزمایش‌های جالب علمی

سنجاق معلق

در این آزمایش جذاب، می‌خواهیم نبرد بین دو نیرو را مشاهده کنیم. می‌دانیم نیروی گرانش همه‌ی اجسام را به سمت خود می‌کشد. به همین دلیل است وقتی یک قاشق عسل را در بالای ظرف نکه می‌دارید، عسل چسبان از قاشق جدا می‌شود و مانند نواری، داخل ظرف می‌ریزد.

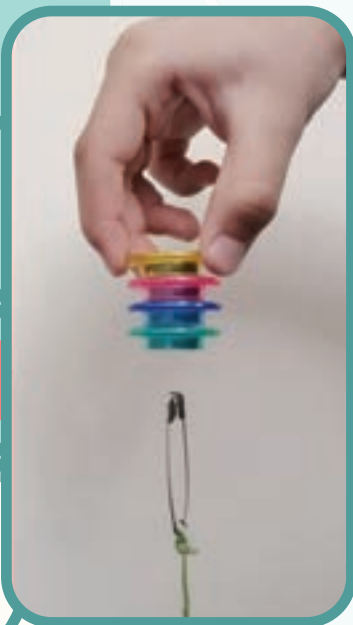


مردم‌پور حقیقی

هم‌چنین، شما دانشمندان کوچک و خلاق می‌دانید نیروی مغناطیسی سبب می‌شود اجسامی که خاصیت مغناطیسی دارند، مثل میخ یا سنجاق قفلی، به سمت آهن‌ربا جذب شوند. حالا می‌خواهیم سنجاق را در هوا میان نیروی جاذبه‌ی زمین [گرانش] و نیروی مغناطیسی آهن‌ربا معلق نگه داریم. وسایل مورد نیاز: آهن‌ربا، سنجاق قفلی، مقداری نخ [کاموا]، یک دانش‌آموز محقق! نخ کاموا را به انتهای سنجاق متصل کنید. اگر سنجاق را در بالا نگه داریم و رها کنیم، به سمت زمین سقوط خواهد کرد. [با تشکر از نیروی گرانش!] حالا آهن‌ربا را به سر سنجاق نزدیک کنید. مشاهده می‌کنید سنجاق مانند یاری وفادار به آهن‌ربا می‌چسبد. در این حالت، سعی کنید نخ متصل به سنجاق را آهسته به سمت پایین بکشید. این کار را با دقت آهسته انجام دهید تا سنجاق از آهن‌ربا جدا شود اما به اندازه‌ای از آهن‌ربا دور نشود تا اسیر جاذبه‌ی زمین شود. شگفت‌انگیز است! سنجاق در هوا و در نزدیکی آهن‌ربا معلق خواهد ماند. در این حالت، نیروی‌های مغناطیسی و جاذبه به یک اندازه به سنجاق وارد می‌شوند و هیچ‌کدام نمی‌تواند نیروی دیگر را شکست دهد و سنجاق در هوا معلق مانده است.

خوب است بدانیم:

ما نمی‌توانیم نیرو را مشاهده کنیم اما می‌توانیم اثر نیرو بر اجسام را مشاهده کنیم و نیروها را بهتر بشناسیم.



اسما، نوجوان قهرمان دفاع شخصی از تجربه خود می‌گوید:

در آموختن سخت‌گیر باشیم اما زندگی را سخت نگیریم

تلاش و پشتکار از همه‌ی داشته‌های زندگی ارزشمندتر است زیرا اگر به اندازه‌ی کافی تلاش کنیم، می‌توانیم به هر چیزی که لایق آن هستیم برسیم. اگر دیدید کسی به قله‌ای رسیده، این‌طور نبوده است که ناگهان به قله پرواز کرده باشد، بلکه زمانی که دیگران استراحت می‌کرده‌اند، او مشغول حرکت و پیشرفت بوده است. بنابراین، تلاش وسیله و لازمه‌ی رسیدن به موفقیت و قله‌هاست.

اسما اردونی دوازده سال دارد و دانش آموز مدرسه‌ی شهید عباسی است. او از پنج سالگی ورزش را با ژیمناستیک آغاز کرده است و اکنون در رشته‌های رزمی، پله‌های پیروزی و پیشرفت را طی می‌کند. گفت‌وگوی ما با اسما را در ادامه بخوانید.



اسماجان، برایمان بگو چه‌گونه به ورزش‌های رزمی علاقه‌مند شدی؟

پنج ساله بودم که موفق شدم در رشته‌ی ژیمناستیک مقام اول استان را به دست بیاورم، اما به دلیل اینکه مشکلی برای استادم پیش آمد و باشگاه تعطیل شد، این راه را ادامه ندادم. پس از آن متوجه شدم یکی از دوستانم برای رشته‌ی دفاع نوین نام‌نویسی کرده است. با دیدن فعالیت‌های او، من هم علاقه‌مند شدم اما در او اسطوره‌ای نبودم. با توجه به بررسی‌هایی که انجام دادم، به رشته‌ی هاپکیدو روی آوردم و تصمیم گرفتم تا هر سطحی ممکن است این رشته را دنبال کنم. اکنون هم دوست دارم در آینده مربی شوم و با شرکت در مسابقات‌های جهانی برای کشورم مقام آور باشم.

تاکنون به چه موفقیت‌هایی در این رشته دست پیدا کرده‌ای؟
تاکنون در رشته‌ی دفاع نوین یک مقام سوم استانی در زیر رشته‌ی سلاح و یک مقام سوم کشوری در همان رشته کسب کرده‌ام. اکنون نیز خودم را برای شرکت در مسابقات استانی و کشوری هاپکیدو آماده می‌کنم.



تجربه شکست هم داری؟

به خاطر دارم در نخستین مسابقه ام در رشته ی دفاع نوین که برای مدال استانی مبارزه کردم مقام نیاوردم و با ختم اقامت تسلیم نشدم و آن قدر ادامه دادم تا به خواسته ام که پیروزی است رسیدم. شرکت در مسابقات مختلف هم سبب شد استرسی که ابتدا هنگام مسابقات داشتم کم و در عوض تمرکز من بیشتر شود.

از آرزوها و

اهداف برایمان بگو.

بزرگ ترین هدف من برای آینده این است که در این رشته در سطح جهانی موفق شوم، یک شغل و حرفه ی مناسب انتخاب کنم و یک زندگی عالی برای خودم و خانواده ام بسازم. بنابراین، همه ی تلاش من را برای رسیدن به این هدف خواهم کرد. به دوستانم هم پیشنهاد می کنم حتما ورزش کنند، به سلامتی خود اهمیت بدهند و تلاش کنند زندگی را سخت نگیرند. همیشه درسشان را خوب بخوانند و به حرف پدر و مادرشان گوش بدهند تا در زندگی موفق شوند.

چرا این رشته ورزشی

را مفید می دانی؟

هپکیدو برای آموختن روش مناسب دفاع از خود عالی است و تا سطح مربیگری و مسابقات جهانی هم جای پیشرفت دارد. من هم با لطف خدا خودم را به این سطح خواهم رساند زیرا همه ی تلاش من را می کنم. با توجه به تمرینات اصولی و مرتب هم تاکنون در این ورزش آسیبی ندیده ام. در کنار درس، ورزش را بیش از هر فعالیت دیگری دوست دارم و می دانم که برای موفقیت در این رشته باید اراده ای قوی داشته باشم. در کل، ورزش برای سلامتی خیلی لازم است اما این رشته ی ورزشی افزون بر دفاع از خود، درس ما به رشد بهتر قد و رسیدن به تناسب اندام هم کمک می کند.

به دختران دیگر هم این ورزش را پیشنهاد می کنی؟

به نظرم، ورزش برای سلامتی خانم ها اهمیت زیادی دارد. به ویژه رشته های رزمی برای آن ها بسیار مفید است و نه تنها خشن نیست که با یاد گرفتن این رشته ها در شرایط سخت می توانند به لحاظ جسمی و روحی از خود دفاع کنند و همیشه قوی و با اراده ظاهر شوند. یک دختر خانم در خانه هم باید برنامه ریزی خوبی برای زندگی داشته باشد، به حرف مادر و پدرش گوش بدهد و در آموختن حرفه و هنر و خواندن درس های خود سخت گیر باشد اما زندگی را سخت نگیرد. از آنجا که مادر من به عنوان یک بانو همیشه به من امید می دهد و در هر شرایطی می گوید: «ناامید نشو و تلاشت را بکن!» بر پیروزی هایم بسیار اثرگذار بوده است که من از او خیلی ممنونم.



بهاره فاتح نیا

میکروبی به نام چرکولک

۱

چرکولک گوشه‌ی میز آشپزخانه
لم داده بود و باقی مانده غذاهای
دیشب را لیس می‌زد.
بچه‌ای به او نزدیک شد و
دست‌هایش را روی میز کشید.
چرکولک تا چشمش به دست‌های
بچه افتاد، سریع به آن‌ها چسبید و
بدجستی‌های خودش را آغاز کرد.



۲

در واقع، چرکولک‌ها همه جا هستند.
چرکولک‌هایی که روی تاب و سرسره پارک‌ها
هستند.
چرکولک‌هایی که روی میزها و نیمکت‌ها وجود
دارند.
چرکولک‌هایی که روی میوه‌ها و سبزیجات
شسته نشده زندگی می‌کنند و چرکولک‌های
سیاه که زیر ناخن‌ها قایم شده‌اند.



۳

پسرک سراغ یخچال رفت و یک
سیب برداشت.
چرکولک قسمتی از خودش را
به پوست سیب چسباند و با
خوش حالی به دهان پسرک
خیر ماند.
«آخ جون! الان خورده می‌شم!»



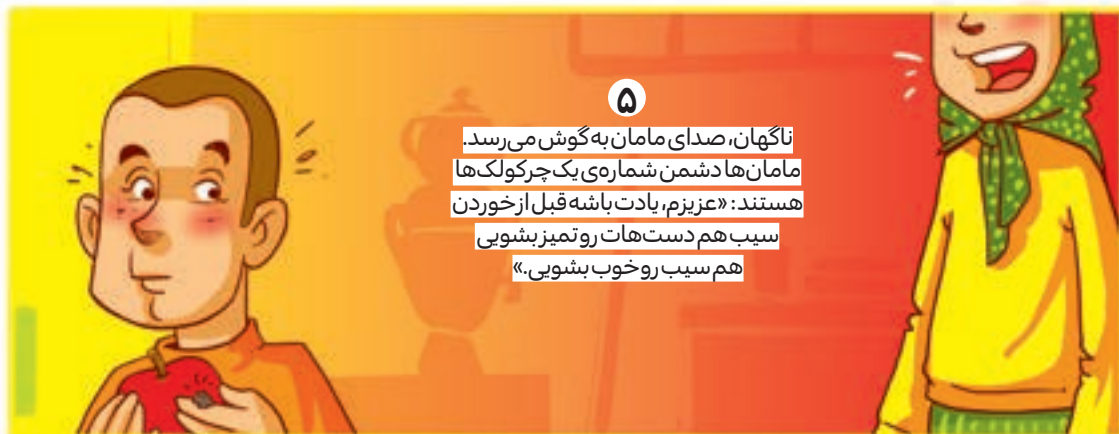


۴



چرکولک طبق نقشه‌اش می‌خواست هر طور شده وارد دهان پسرک شود. آنجا برای او بهترین جای دنیا بود. او می‌توانست در دهان پسرک مدت‌ها با خیال راحت زندگی کند.

۵



ناگهان، صدای مامان به گوش می‌رسد. مامان‌ها دشمن شماره‌ی یک چرکولک‌ها هستند: «عزیزم، یادت باشه قبل از خوردن سیب هم دست‌هات رو تمیز بشویی. هم سیب رو خوب بشویی.»

۶



چرکولک به گریه افتاد: «وای وای وای!» پسرک به دست‌هایش نگاه کرد و گفت: «خوب شد مامان یادم انداخت. آره... حتما که آره...»

جدول انگلیسی:

ماه محرم

امروز اول ماه محرم است. محرم ماه عزاداری برای شهادت امام حسین [ع] و **پیروان** و یاران وفادار ایشان است. در سفر به سوی کربلا، خانواده و فرزندان امام حسین [ع] **نیز** همراه ایشان بودند. حضرت رقیه و حضرت علی اصغر، فرزندان امام، **خیلی کوچک** بودند. **آنها** در روز عاشورا و در **جنگی** که یزید به راه انداخته بود به شهادت رسیدند.

کلمه‌های مشخص شده را در جدول پیدا کن!
راهنمایی: همهی کلمات عمودی هستند.



C	F	L	I	T	R	T
G	O	O	F	O	S	H
T	L	A	W	D	M	E
O	L	V	A	V	A	Y
D	O	A	R	E	L	I
A	W	L	E	R	L	O
Y	E	S	S	Y	E	N
Q	R	O	B	T	C	E
E	S	X	N	U	P	C

پاسخها

امروز today

پیروان followers

also

جنگ war

very

خیلی small

آنها they

ششمین
بیامین

بازارچہ پورس کہ در خلق عالم

شاعر بزرگ کتیبہ‌های عاشورایی

حتما شعر بالا را در مراسم ماه محرم روی پرچم‌ها دیده یا در دسته‌های عزاداری شنیده‌اید. امروز می‌خواهیم درباره‌ی شاعر این شعر بیشتر بدانیم. کمال الدین علی نراقی شاعر قرن دهم است که با نام محتشم کاشانی شناخته می‌شود. او در شهر نراق به دنیا آمد و بعدها به کاشان رفت. محتشم کاشانی هم دوره‌ی شاه تهماسب یکم صفوی بوده است. او با قصیده‌ها و غزل‌های زیبایش توانست وارد دربار صفوی بشود و به دلیل شیعه بودنش، در مدتی کوتاه، بزرگ‌ترین شاعر مرثیه‌سرای عصر خود شد. مرثیه‌سرایی یکی از انواع سرودن شعر است که در آن، شاعر برای اتفاقات غمگین مثل شهادت یا مصیبت‌ها شعر می‌گوید. محتشم شعرهایی را برای امامان سرود. خوب است بدانید شغل اصلی او بزازي و شعربافی* بوده است. محتشم کاشانی شاعری را نزد صدقی استرآبادی آموخت. او که از شاعران شیعه است، سبک نوشتاری اش مرثیه‌سرایی بوده و مهم‌ترین اثر او دوازده مرثیه درباره‌ی شهادی واقعه کربلاست. هم‌چنین مجموعه‌ای از اشعار عاشقانه به اسم جلالیه دارد. این شاعر مرثیه‌سرا در سال ۹۹۶ درگذشت. آرامگاه او در شهر کاشان است.

*بزاز: پارچه فروش

شعرباف: بافندگی نوعی پارچه از مو یا ابریشم



