

زیبایی های ماه مبارک رمضان را با اهالی خانه تقسیم کنید

# این ماه را با بچه ها باش

حمیده زمانی تقریباً همه ما خاطرات مشترک زیبا و خوشایندی از کودکی مان در ماه مبارک رمضان داریم. سحری هایی که پای سفره خانواده نشستیم و افطاری هایی که بارنابه لحظات شیرین باز کردن روزه نزدیک می شد. گذراندن زندگی همراه با کودکان در منزل جذابیت های خودش را دارد، به خصوص اگر در ماه مهمانی خدا باشد. در ادامه برای آن که این ماه را به خیر و خوشی بگذرانیم و از فرصت های آن حداکثر بهره برداری را کنیم، راهکارهایی را آورده ایم چون معتقدیم که این ماه، ماه زندگی است و سبک زندگی خاصی دارد. در ماه رمضان علاوه بر تجربه یک زیست متفاوت می توان تمرینی برای کسب یک سبک زندگی مومنانه داشت.



## به پیشواز ماه مبارک بروید

یکی از مهم ترین کارهایی که هر خانواده قبل از شروع ماه مبارک انجام می دهند، آماده شدن برای این میهمانی بزرگ و عمومی خداوند است. ابتدا فهرستی از کارهایی که باید قبل از شروع ماه مبارک امسال انجام دهید تهیه کنید. سپس بسته به سن و توان فرزندان، در برخی از کارها آن ها را شریک کنید. فهرست کارهایی می تواند سرفصل های مختلفی داشته باشد؛ مثلاً آماده سازی خوراکی ها، تمیز کاری خانه، سازمان دهی اتاق ها و فهرست کارها و برنامه های شخصی هر یک از افراد خانواده در ماه مبارک رمضان. همیشه آماده



## روزشمار «چشم انتظاری» بسازید

از حدود یک هفته قبل از ماه رمضان، تعداد روزهایی را که تا شروع این ماه مانده است بشمارید و یک جدول با روز و تاریخ تهیه کنید و آن را جلوی چشم خود و فرزندان قرار دهید. اسم این روزشمار را «چشم انتظاری» بگذارید و هر روز که می گذرد، اجازه دهید فرزندان یک ضربدر رنگی بزرگ روی عدد آن روز بکشند. برای هر روز یک برنامه برای آماده سازی و استقبال از ماه رمضان داشته باشید؛ مثلاً قصه خوانی، خاطره گویی، دانلود صوت دعا یا قرآن برای روزهای ماه رمضان و آماده سازی غذاهای نیم پخته یا سبزی و صیفی جات برای غذاهای ماه مبارک.

