



۲۳۳۴
کوله بیشت
شیراز

ضمیمه روزنامه شهرآرا ویژه کودکان مشهد

اسفند ۱۴۰۳

ویژه نامه نوروزی ۱۴۰۴ برای بچه های مشهد

۴ **کوه نوروز در شهر رمضان**

به قدر بهار

اول هر کار به نام خدا، خدای بزرگ و بخشنده‌ای که فصل بهار و زیبایی‌های بی نظیرش را آفرید و مهربانانه به ما هدیه داد تا از او یک «معجزه‌ی یادگاری» داشته باشیم. سلام بچه‌ها، سلام غنچه‌های باغ زندگی! خویید؟ خوشید؟ سلامتید؟ حالا که بهار طبیعت با ماه رمضان هردو با هم مهمان دل‌ها و خانه‌های ما شده، ما هم با تلاش شبانه‌روزی برای شما یک عیدانه خاص ۴۰ صفحه‌ای آماده کرده‌ایم. امیدواریم که با خواندن مطالب سرگرم‌کننده و آموزنده آن اوقات خوبی را در تعطیلات نوروز و ایام ماه مبارک رمضان داشته باشید. انگار سقف آسمان آن قدر پایین آمده است که می‌شود به ستاره‌ها دست کشید و پرواز فرشته‌های سحری را تماشا کرد. حالا که بهار به شهر ما رسیده است، حالا که دل‌های ما با آمدن ماه مبارک رمضان، بهاری تر شده است، اگر گفتید وقت چیست؟ خب معلوم است وقت قدردانی است. خداداد و بهار را در یک زمان به ما بخشیده است و چه از این بهتر و زیباتر که در ارزشمندترین شب‌های بهار رمضان یعنی شب‌های قدر، صمیمانه‌تر و شفاف‌تر از هر زمان دیگری او را نیایش کنیم و با دعا‌های خوبمان از او بخواهیم که بهترین‌ها را برای همه بنده‌هایش در تمام دنیا رقم بزند. **يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ وَالْأَبْصَارِ يَا مُدَبِّرَ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ يَا مُحَوِّلَ الْحَوَالِ وَالْأَحْوَالِ حَوِّلْ خَالَئَنَا إِلَى أَحْسَنِ الْحَالِ**



صاحب‌امتیاز:
شهر داری مشهد
مدیر مسئول:
سید میثم موسوی مهر
سردبیر:
سید سجاد طلوع هاشمی
دبیر ضمیمه:
ارژنگ حاتمی
دبیر کوله پشتی:
طیبه سادات ثابت
مدیر هنری:
سید هاشم دقیق
گرافیک و صفحه آرایی:
ملک جمعی
ویراستار:
طیبه غلام‌رضایی

پست الکترونیک:
sabet@shahrara.com
نشانی سایت:
shahraranews.ir/fa/kids
۰۹۰۵۴۶۵۸۰۶۰
نشانی: خیابان کوهسنگی
ابتدای کوهسنگی، ۱۵
۳۷۲۸۸۸۸۱-۵
دفتر مرکزی: کوله پشتی: ۲۷۸
توزیع و امور مشترکین:
۰۵۱-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵
داخلی ۴۷۱ و ۴۷۲





شکر می‌کنم تورا

ای خدای مهربان خالق همه جهان
مهربان تر از همه در زمین و آسمان
آفریده‌های توست بی عدد و بی شمار
ابره‌ای روی کوه آبخش بی قرار
قطره‌های نرم آب روی صخره‌های سنگ
انعکاس آب و نور یک نوار هفت رنگ
باز پر شکوفه شد زرد و قرمز و سپید
روی شاخه‌ی انار روی دست‌های بید
با اجازه شما فصل‌ها به نظم و صف
می‌رسند پشت هم رنگ رنگ و با هدف
به چه دیدنی شده باغ و دشت و کوه‌ها
در تولد بهار شکر می‌کنم تورا





یک شب آسمانی و روشن

بچه های عزیز! همان طور که در میان ماه های سال ماه رمضان از همه ماه ها در مناسبت های دینی ما مسلمانان با اهمیت ترست، در خود ماه مبارک نیز، شب های قدر از شب های دیگر ماه رمضان مهم تر است. می دانید چرا؟ زیرا در این شب های بزرگ اتفاق های خیلی مهمی افتاده است. حتما شما هم دیده اید که شب های قدر مردم در مکان های مذهبی مثل مساجد، حسینیه ها و حرم های ائمه (ع) با دعا و نیایش شب زنده داری می کنند. برای اینکه جواب سؤالات شب قدری خود را پیدا کنید، مطلب راتا آخر بخوانید.



۱
آخ جووون...
منم میام.

۲
باباجون برای چی
شب قدر مردم میرن حرم؟
مگه چه مراسمی هست؟

۳
مادربزرگ دیروز
زنگ زد وگفت که برای شب
قدر با هم بریم حرم.



۴
و توی همین شب ها
امام علی (ع)
به شهادت رسیدن.



۵
به خاطر اینکه این شب
مهمی برای مسلمان ها ست.
قرآن توشب قدر به پیامبر (ص)
نازل شده و این اتفاق خیلی
مهمی هست.



۶
مردم توشب قدر
تا صبح نمی خوابن؟ مگه
چه کاری کنن؟

۷
مردم قرآن می خونن. دعا
می کنند و با خدا حرف می زنن و
حاجت هاشون رو از خدا می خوان و برای
همدیگه دعا می کنن.





المنجد ۱۴۰۳ شماره ۲۲۴
۳

منم دوست دارم
بیام. کنار شما دعا بکنم. قرآن
کوچکی که مادر بزرگ بهمون
هدیه داد رو هم میارم چون
چند تا از سوره های کوچکش
روی یاد گرفتم.

منم دوست دارم
بیام و دعا کنم مخصوصا که
مادر بزرگ هم کنارمونه!

پس اگه می خوابین
شب قدر بیاین باید یک قول
بدین. که فردا خوب بخوابین
تا شب بتونین بیدار بمونین و
خوابتون نبره.

قول می دیم...
قول می دیم...

۱۲
خداوند!!
ظهور آقا امام زمان (عج)
رو زودتر برسون

۱۳
خدا جونم
مامان دوستم مریضه
دعا می کنم زودتر
خوب بشه...

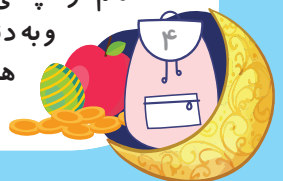
۱۴
خدا جونم از تو
می خوام جنگ توی دنیا تموم
بشه و هیچ بچه ای غمگین و
ناراحت نباشه...

عمو نوروز در شهر رمضان



«عمو نوروز ببینید شهر ما چقدر تمیز است. امسال از همیشه تمیزتر است.» سعید لبخند زان گفت: «خب برای اینکه امسال دو تا عید داریم. هم رمضان است و هم بهار.» عمو نوروز که حسابی تعجب کرده بود، سری تکان داد و گفت: «پس باید گل بیشتری با خودم می آوردم.» بعد هم بدو و مشغول سرک کشیدن توی کوچه ها شد. از این کوچه به آن کوچه. بابا و سعید و سهیلا هم دنبالش راه افتادند. خوب که توی کوچه ها گشتند و حسابی خسته شدند، رفتند خانه. ماما تا عمو نوروز را دید، با خوش حالی از پنجره سرک کشید و گفت: «بفرمایید، خوش آمدید، خوش آمدید!» بعد هم گوشه ی اتاق پذیرایی برای عمو نوروز پستی گذاشت و از او پذیرایی کرد. عمو نوروز به پستی که تکیه داد، شروع کرد به قصه گفتن برای سهیلا و سعید. بچه ها و عمو نوروز آن قدر سرگرم حرف زدن بودند که نفهمیدند غروب شده. بوی سوپ خوش مزه ی ماما که به دماغ عمو نوروز رسید، آن قدر گرسنه شد که کلی سوپ خورد. بعد هم از خستگی سرش را به پستی تکیه داد و خوابش برد. بیدار که شد، هنوز هوا تاریک بود. یک بالش نرم زیر سرش بود و یک پتوی گرم و نرم رویش انداخته بودند. عمو نوروز از زیر پتو بیرون آمد و به ساعتش نگاه کرد و با خودش گفت: «دیگر بهتر است بروم.» بعد هم بی سروصدا کوله پستی اش را برداشت و یک یادداشت نوشت و گذاشت کنار پستی. کنارش هم یک دسته گل خوش بو گذاشت. توی یادداشت این جوری نوشته بود: «خیلی از مهمان نوازی شما ممنون شدم. می روم تا صبح نشده شهر بعدی را بسوز و قشنگ کنم. عمو نوروز.» او نامه را گذاشت و راه افتاد توی کوچه های شهر. چراغ همه ی خانه ها روشن بود. از بعضی خانه ها صدای قرآن و دعای آمد. عمو نوروز لبخند زان در

مثل هر سال بهار، عمو نوروز از پشت کوه ها خودش رو به روستاها و شهرها می رساند، تا همه جا سبز و زیبا شود. عمو نوروز همین که به شهر رسید دید ظهر شده است. او تازه می خواست وارد شهر شود و چرخه ی کوچی ها بزند که یک مسجد بزرگ را دید. مسجد گنبد سبز قشنگی داشت. عمو نوروز از رنگ سبز گنبد خیلی خوشش آمد و به سمت مسجد به راه افتاد. به مسجد که رسید، نماز تمام شده بود و مردم یکی یکی از مسجد بیرون می آمدند. سهیلا و سعید هم که همراه بابا به مسجد رفته بودند، پیرپرکنان از در مسجد بیرون آمدند. همین موقع بود که عمو نوروز را دیدند. سعید نگاهی به لباس سبز و کلاه گل گلی عمو نوروز انداخت و گفت: «من این آقا را یک جایی دیده ام. قیافه اش خیلی آشناست!» سهیلا با دقت به عمو نوروز نگاه کرد و گفت: «راست می گویی، من هم قبلاً دیدمش!» همین موقع بود که بابا عمو نوروز را دید و داد زد: «خوش آمدی عمو نوروز، چه به موقع آمدی!» بقیه ی مردم هم با دیدن عمو نوروز با خوش حالی جلو آمدند و با او سلام و احوال پرسی کردند: «خوش آمدی عمو نوروز! کوله ات پر از سرسبزی باشد! قدمت مبارک باشد!...» سهیلا و سعید که تازه عمو نوروز را شناخته بودند، با خوش حالی جلو دویدند و گفتند: «بفرما برویم خانه ی ما عمو نوروز. ماما اگر شما را ببیند خیلی خوش حال می شود.» بابا هم با هیجان گفت: «بله بفرمایید برویم کمی استراحت کنید. حتماً از راه خیلی دوری آمده اید. سر راه هم چرخه ی توی شهر می زنیم. افطار هم مهمان ما باشید.» عمو نوروز تا این حرف ها را شنید، سبز و صورتی و بنفش شد و با خجالت لبخندی زد و گفت: «ممنونم. خیلی عالی می شود!» بعد هم کوله پستی بزرگش را روی دوشش انداخت و به دنبال بابا و سعید و سهیلا راه افتاد. همین جور که می رفتند، سهیلا گفت:



کوچه ها گشت و از کوله پشتی بزرگش گل و سبزه درآورد
و همه جا پاشید. با گل های عمو نوروز شهر معرکه شد. پر
از قشنگی شد. عمو نوروز می رفت و گل می پاشید و به صدای دعا و
قرآن گوش می کرد و با خودش می گفت: «تا حالا هیچ سحری را به
این قشنگی ندیده بودم!»



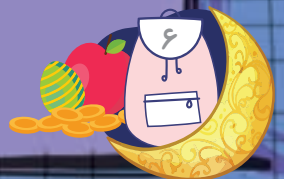


دعوتنامه

از آسمان ها یک فرشته
امروز دعوتنامه آورد
او گفت: مهمان خدا بیید
با این خبر خوش حالمان کرد

خوش حالی ام شد صد برابر
وقتی که دیدم اسم ها را
دعوت به مهمانی شدم من
همراه با مامان و بابا

حالا من و یک سفره ی پهن
حالا من و یک ماه شادی
ممنون خدا جانم که من را
مهمانی خود راه دادی





ماهی‌هایی که نمی‌میرند



اگر ماهی قرمز در شرایط مناسب قرار نگیرد و مراقبت نشود، زود می‌میرد. پس بیاید امروز ماهی‌های کاغذی را در آب‌های کاغذی درست کنید. پس دست به کار شوید. روی مقوای آبی یک دایره بکشید. دورش را قیچی کنید. نوارهای مقوایی به عرض دو سانتی متر را برش بزنید. به شکل موج آب روی دایره آبی بچسبانید. سپس تصاویر ماهی‌ها را یا نقاشی کنید یا از مجلات و کتاب‌های باطله قیچی کنید و روی آب‌های کاغذی بچسبانید. حالا ماهی‌های کاغذی در آب‌های کاغذی شما آماده است. آن را در سفره‌ی هفت سین قرار دهید.

چی لازم داریم؟

مقوای های رنگی

قیچی

مجلات یا کتاب‌های باطله

چسب مایع



آقا معلم رو به بچه ها گفت: چهارشنبه سوری یکی از رسم های قدیمی ما ایرانیان است که در آخرین چهارشنبه هر سال برگزار می شود. اما امروزه با آمدن وسایل آتش زای خطرناک مثل نارنجک های دست ساز این شادی ساده به یک نگرانی بزرگ تبدیل شده است. بچه ها حتماً شما هم این روزها صدای ترقه و انفجار را در جاهایی از شهر می شنوید. بعضی بچه ها کارهای خطرناک می کنند که ممکن است به خودشان و بقیه آسیب بزنند. چه خوب است که ما حواسمان به سلامتی خود و دیگران باشد تا اتفاق ناگواری پیش نیاید.

آخرین چهارشنبه با سیب زمینی داغ



بچه ها سال قبل حدود ۵ انفجر به خاطر بازی های خطرناک چهارشنبه سوری کشته شدند. این یعنی بعضی ها کارهای خیلی خطرناکی در چهارشنبه سوری انجام داده اند.

بچه ها چهارشنبه سوری شده و ممکنه بعضی ها بخوان کارهای خطرناک بکنند. برای همین امروز می خوایم با هم یک انیمیشن درباره خطرات چهارشنبه سوری ببینیم.

آخ جون انیمیشن....

پس باید خیلی مواظب باشیم. آخه بعضی از بچه های مدرسه ترقه خریدن.

شاید اصلاً باورتون نشه ولی سال قبل ۱۵۲ نفر هم توی چهارشنبه سوری نقص عضو شدند.

درسته پسرم. می بینین که چه کار اشتباهیه و می تونه چقدر خطرناک باشه. حواستون باشه که این کار رو نکنید.





۷
امروز معلمون درباره‌ی
خطرهای چهارشنبه سوری
می گفتند. من که خیلی
ترسیدم.

۸
درسته بعضی‌ها
تو چهارشنبه سوری
کارهای خطرناکی می‌کنند.
ولی ما می‌تونیم یک
دوره‌می خوبی
داشته باشیم!

۹
آخ جون چه خوب! عالی!

۱۰
شام هم رو آتش درست
می‌کنیم. سیب زمینی آتشی!

۱۱
تو حیا
یک آتش کوچک
توی منقل درست
می‌کنیم.

۱۲
چه سیب زمینی
خوش مزه‌ای شد!

۱۳
ما باید از خدا
به خاطر نعمت‌های
خوبش مثل این آتش
که برای گرم کردن ازش
استفاده می‌کنیم
تشکر کنیم.

۱۴
برای غذاهای
خوش مزه‌ای که روی
آتش هم می‌پزیم
باید خدا رو
شکر کنیم!

۱۵
مخصوصا این
سیب زمینی‌ها!

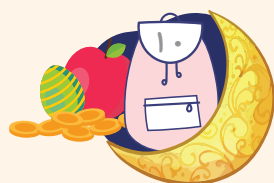


یک مشهدگردی خاطره‌انگیز

چند روزی از تعطیلات عید گذشته است. امید و سارا همراه مامان و بابا بیشتر شب‌ها بعد از افطار برای عید دیدنی خانه اقوام و دوستان می‌روند و گاهی هم افطار مهمان داشته‌اند. بچه‌ها روزه کله‌گنجشکی دارند، امید همان طور که بعد از ماشین بازی در حال جمع کردن اسباب بازی‌هایش است به سارا می‌گوید: بابا هم منچ بازی کنیم. سارا که بابی حوصلگی مکعب روییکش را می‌گرداند می‌گوید: من دلم می‌خواهد به سفر برویم، حوصله‌ام حسابی سررفته است. مامان می‌گوید: دخترم سفر رفتن به برنامه‌ریزی و آمادگی مناسب نیاز دارد، از طرف دیگر الان همه روزه هستیم و اگر سفر برویم باید روزه خود را باز کنیم. پیشنهاد می‌کنم برویم جاهای دیدنی شهرمان را که تا به حال ندیده‌ایم ببینیم. امید و سارا با خوش حالی از پیشنهاد مامان استقبال می‌کنند و بابا هم می‌گوید: پس بروید زود حاضر شوید.

شهربازی بوستان ملت

اولین مقصد مشهدگردی آن‌ها شهربازی پارک ملت بود؛ جایی که از بهترین، بزرگ‌ترین و پرطرفدارترین شهربازی‌های ایران محسوب می‌شود و گردشگران بسیاری را به خود جذب می‌کند. پیش از هر چیزی خانوادگی بزرگ‌ترین چرخ و فلک خاورمیانه را سوار می‌شوند و سپس بچه‌ها بازی‌های مختلف اسکای فلایر، اسکیت برد، ترن هوایی و سورت‌مه را امتحان و کلی هیجان و لذت را تجربه می‌کنند. هنوز تعداد دیگری از وسایل بازی مانند کشتی دابل، صندلی فضایی، گردباد و... باقی مانده است که به پیشنهاد بابا سوار شدن این وسایل جذاب به فرصت دیگری واگذار می‌شود.



باغ وحش وکیل آباد

پس از پارک مینیاتوری، مامان پیشنهاد می دهد تا ظهر نشده و هنوز حیوانات خواب آلود و خسته نیستند به باغ وحش وکیل آباد بروند.

پدر می گوید: بچه ها این مجموعه حیات وحش قدیمی ترین و بزرگ ترین باغ وحش ایران محسوب می شود که بیشترین گونه های حیوانی را در خود دارد. بچه ها در این مکان، بیش از ۸۰۰ حیوان از نوع پستانداران، پرندگان، آبزیان و خزندگان را که برخی از آن ها جزو جانوران نادر و روبه انقراض محسوب می شوند از نزدیک می بینند.



ستان کوهسنگی

سارا می گوید:
زمین را که دیدیم،
نظر تان چیست
سری به کوه بزنیم؟

بچه ها وارد بوستان که می شوند،

ابتدا کنار مجسمه های شیرهای سنگی ورودی پارک، عکس می گیرند و سپس برای بالا رفتن از کوه از طریق مسیر پلکانی، با انرژی می روند و از تماشای مناظر هم لذت می برند. با رسیدن به بالای کوهسنگی، نمای دیگری از مشهد را می بینند که بهترین فرصت برای عکاسی است. هم زمان زیارت شهدای گمنام جبل التور نیز حس و حال معنوی خوبی برایشان دارد.

پس از آن، پایین می آیند و در دریاچه ی مصنوعی پارک، قایق سواری را تجربه می کنند. دیدن فواره ی آب وسط دریاچه که ارتفاع درخور توجهی دارد و ماهی های بزرگ و کوچک داخل آن برایشان خیلی جالب است.

موزه علوم زمین

پس از باغ وحش، راهی موزه علوم زمین واقع در انتهای سرفرازان ۱۸ می شوند؛ در این موزه که برای بچه ها جذابیت زیادی دارد نمونه های شگفت آوری از انواع سنگ ها، کانی ها و فسیل ها گردآوری شده است. از دیگر بخش های جذاب این موزه بخش فضای باز با موضوعات منظومه شمسی، ساعت آفتابی، دایناسور، زمین شناسی، معدن کاری و اکتشاف است.



فرهنگ سرای بهشت

از بوستان کوهسنگی که بیرون می‌آیند، با ما می‌گویید: بچه‌ها، مشهد شهری با قدمت زیاد است. برویم یکی از خانه‌های قدیمی شهر را که الآن فرهنگ سرای بهشت نام دارد، ببینیم تا با هویت فرهنگی شهرمان بیشتر آشنا شویم.

فرهنگ سرای بهشت با قدمتی حدود نود سال در خیابان جنت قرار دارد که ابتدا به عنوان «دبیرستان مستوفی» مورد استفاده قرار می‌گرفته و سال‌ها بعد شهرداری مشهد در اقدامی پسندیده با حفظ و مرمت این ساختمان قدیمی، آن را به فرهنگ سرا و موزه تبدیل کرده است.

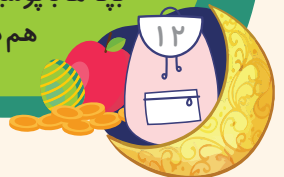
در این فرهنگ سرا با بازدید از نمایشگاه‌های مختلف دانستنی‌های زیادی درباره مشهد و فرهنگ و رسوم مردم آن به دست می‌آورند.



موزه نادری

سپس به خواست مامان از آنجا راهی موزه نادری یا همان آرامگاه نادرشاه افشار واقع در چهارراه شهدا می‌شوند. در محوطه باغ، مجسمه برنزی نادرشاه و سربازانی که در پی او می‌دوند دیده می‌شود، کنار آرامگاه هم لوله توپ جنگی بزرگی دیده می‌شود که از اشغالگران پرتغالی به غنیمت گرفته شده است.

در بازدید از تالارهای موزه، سلاح‌های دوره‌های مختلف تاریخی و آثار مربوط به دوران صفوی و افشاری مانند نُسَخ خطی نفیس، سکه‌ها، خنجر، تفنگ، تپانچه و توپ‌های جنگی را می‌بینید. بچه‌ها با پوشیدن لباس‌های تاریخی وزره و کلاه خود مربوط به دوران افشاریه و گرفتن عکس، سفری هم در زمان دارند.





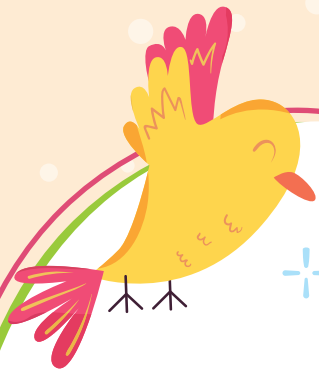
خانه‌ی داروغه مشهد

عکاسی با المان‌های نوروزی

تا افطار یک ساعت بیشتر باقی نمانده است. در مسیر بازگشت به خانه، پس از یک روز خاطره‌انگیز، همگی تصمیم می‌گیرند به هریک از المان‌های جذاب نوروزی رسیدند، کمی بایستند و با گرفتن عکس در کنار آن‌ها خاطراتشان از این مشهدگردی شیرین را در آلبوم خانوادگی خود ثبت کنند.

پس از آن بابا با پیشنهادی جذاب‌تر آن‌ها را غافل‌گیر می‌کند؛ خوردن یک کاسه شله مشهدی خوش مزه همراه نان و پنیر و سبزی برای افطاری، بهترین پایانی بود که برای این روز لذت بخش می‌توانستند تصور کنند.





ماقوت خوش مزه

امسال اولین سالی است که احسان می تواند با پدر و مادرش روزه بگیرد. آن روز قبل از افطار احسان هوس شیرینی کرده بود. مادرش هم قول داد که برایش یک دسر خیلی خوش مزه درست کند. مادر مقداری نشاسته را داخل قابلمه ریخت و روی آن آب ریخت. نشاسته را با قاشق خوب هم زد تا باز شود. بعد مقداری نبات اضافه کرد و روی شعله ملایم گذاشت تا نبات ها کم آب شوند و بجوشند. وقتی مواد غلیظ شد مقداری گلاب اضافه کرد. بعد از چند دقیقه مادر گاز را خاموش کرد و مواد را داخل ظرف ریخت تا خنک شود. بعد احسان با کمی خلال پسته روی دسر را تزئین کرد. وقتی افطار شد، احسان روزه اش را با این خوراکی خوش مزه باز کرد. اسم این خوراکی خوش مزه ماقوت است و برای کسانی که روزه می گیرند خیلی مقوی است.



چی لازم داریم؟

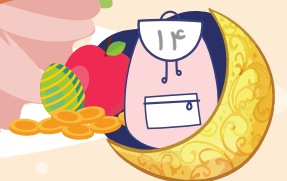
نشاسته: ۴ قاشق غذاخوری

آب: ۲ لیوان

نبات: به میزان دل خواه

گلاب: به میزان دل خواه

خلال پسته: به میزان دل خواه





بامیه خانگی

آن روز مادر بزرگ خانه امیر و آرزو مهمان بود. چون مادر بزرگ بامیه دوست داشت، آن‌ها تصمیم گرفتند برای افطار با کمک هم بامیه درست کنند. مادر با کمک بچه‌ها مواد لازم را آماده کرد. او مقداری شکر و آب داخل قابلمه ریخت تا با هم مخلوط شوند و شربت بامیه آماده شود. وقتی شربت غلیظ شد، آرزو گلاب و زعفران را به مادر داد تا به شربت اضافه کند. بعد از چند دقیقه مادر شعله را خاموش کرد.

حالا نوبت درست کردن خمیر بامیه بود.

مادر کره و آب را داخل قابلمه ریخت تا جوش بیاید. بعد امیر آرد را آورد و مادر آرد و شکر را کم کم اضافه کرد و خوب هم زد. وقتی مواد آماده شد مادر قابلمه را برداشت تا مواد خنک شود. مادر بزرگ گفت بهتر است دو قاشق از شربت را به خمیر اضافه کنند. مواد که خنک شد، مادر بزرگ شروع کرد به ورز دادن خمیر.

مادر و بچه‌ها هم تخم مرغ‌ها را داخل یک ظرف شکستند و به خمیر اضافه کردند و مادر بزرگ دوباره مواد را خوب ورز داد. مادر توی قابلمه روغن ریخت. مادر بزرگ و بچه‌ها خمیر را داخل قیف ریختند و به شکل بامیه توی ظرف چیدند. مادر بامیه‌ها را داخل قابلمه ریخت تا خوب سرخ شوند. بامیه‌ها که سرخ شدند، منتظر ماندند تا خنک شوند. بعد آن‌ها را داخل شربت ریختند و بعد از چند دقیقه شربت را صاف کردند و بامیه‌ها را داخل ظرف چیدند. آن روز به بچه‌ها خیلی خوش گذشت چون توانستند کنار مادر بزرگ بامیه خانگی خوش مزه درست کنند.

مواد شربت

شکر: ۲ لیوان

آب: یک لیوان

گلاب: ۲ قاشق غذاخوری

زعفران: به میزان لازم

مواد خمیر:

آرد: یک لیوان

شکر: ۲ قاشق غذاخوری

تخم مرغ: ۲ عدد

آب: یک لیوان

کره: ۵۰ گرم



+ هر «سین» چه فایده‌ای داره!

وقتی به عید نوروز نزدیک می‌شویم، همه با شور و شوق به فکر آماده کردن هفت سین عید می‌افتیم. حتما می‌دانید که هر «سین» در سفره نوروز یک معنایی دارد مثلا سیب نشانه سلامتی، سنجد نشانه عقل و ذکاوت، سبزه نشانه شادابی و خرمی، سرکه نشانه صبر در برابر مشکلات، سماق نشانه شادی، سمنو نشانه شیرینی زندگی و سیر نشانه قناعت است. اما امروز می‌خواهیم درباره ارزش و فایده غذایی **سین‌های خوراکی** سفره هفت سین نوروزی نکته‌های تازه‌تری یاد بگیریم.



سیب:

به خاطر داشتن ویتامین‌های B۶، E، B۱ و املاح مورد نیاز بدن ما به پزشک طبیعت لقب یافته است. سیب دوست دستگاه گوارش ماست و با خوردن روزانه یک عدد از آن می‌توانیم همیشه سالم بمانیم.

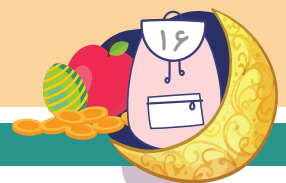


سیر:

ممکن است بعضی‌ها به خاطر بوی سیر این خوراکی ارزشمند را دوست نداشته باشند، اما باید بدانید که از نظر پزشکی سیر بسیار فایده دارد و نقش مؤثری در ضد عفونی کردن دستگاه گوارش، تقویت سیستم ایمنی و تنظیم اشتها و توانایی بالا در مبارزه با باکتری‌ها، ویروس‌ها، قارچ‌ها و حتی انگل‌ها دارد. مصرف منظم سیر در رژیم غذایی در مقدار کم می‌تواند بسیار مفید باشد.

سنجد:

از قدیم تا امروز، میوه سنجد را به خاطر اینکه منبع سرشاری از ویتامین‌های A، B و حاوی مقادیر کمی هم ویتامین K است، به عنوان یک میوه تقویت کننده دستگاه گوارش می‌شناسند و اعتقاد بر این است که یکی از نقش‌های سنجد جلوگیری از اسهال و درمان آن است. بنابراین مصرف ۲ تا ۳ عدد آن برای شما کودکان در روز می‌تواند تأمین کننده ویتامین‌های مورد نیاز بدنتان باشد.





سمنو:

سمنواز جوانه گندم درست می شود و ارزش غذایی بالایی دارد. خوب است بدانید که سمنو علاوه بر ویتامین های B و E، املاحی مثل پروتئین، سلنیم و منیزیم دارد که برای رشد و سلامتی بدن شما لازم است. کودکان می توانند از سمنو به عنوان یک میان وعده انرژی زای سالم استفاده کنید.



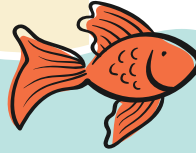
سماق:

در بسیاری از خانواده ها از سماق به عنوان چاشنی غذا استفاده می شود و رنگ و مزه ترشی که سماق دارد بسیاری از کودکان را به سمت خود جذب می کند. اما باید بدانید که فایده اصلی سماق برای شما کودکان، داشتن ویتامین C، خاصیت ضد التهابی و نقش آن در بهبود گلودرد و ورم گلو می باشد که هنگامی که بیمار می شوید.

سرکه:

سرکه یک طعم دهنده خوب به غذاست که ترکیبات آنتی اکسیدانی فراوانی دارد. همچنین سال ها است که مردم از سرکه به عنوان یک درمان خانگی برای مبارزه با میکروب ها استفاده می کنند. اخیراً، تحقیقات دانشمندان نشان داده است که سرکه سیب به کاهش سطح قند خون و کاهش وزن افراد چاق کمک می کند.





گل‌های تخم مرغی



بیاید یک کار متفاوت برای سفره هفت سین انجام دهید و تخم مرغ‌های سفره هفت سین را به شکل یک دسته گل زیبا درست کنید. با این کار شما می‌توانید تخم مرغ‌ها را برای سال‌های بعد هم نگه دارید. بچه‌های عزیز ابتدا تخم مرغ‌های خالی را با اسفنج رنگ کنید. حالا با کمک یک بزرگ‌تر از قسمت برجستگی شانه تخم مرغ، مثل نمونه تصویر، به شکل کاسبرگ قسمتی را برش دهید و با کناره بدنه خودکار برگ‌های کاسبرگ را به طرف بیرون کمی لول کنید در این مرحله برای ساقه گل، دوریک سیم گل‌سازی یا یک سیخ باریک، کاغذکشی سبز پیچید و چسب بزنید. حالا ساقه را از وسط کاسبرگ عبور دهید و آن را بچسبانید. تخم مرغ رنگ شده را وسط کاسبرگ بچسبانید. در پایان گل‌های زیبای تخم مرغی خود را در گلدانی قرار دهید.



چی لازم داریم؟

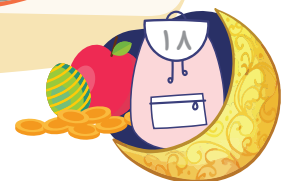
پولک‌های رنگی

تخم مرغ پلاستیکی

سوزن ته‌گرد

منجوق ۵

شانه خالی تخم مرغ



مهمان خدا

ای وای چه خوب اند
افطار و سحرها!
خوب است که داریم
ماه رمضان را

از بودن این ماه
خندانم و خوش حال
چون روزه گرفتم
از اولش امسال

هر روز شدم من
مهمان خداوند
هر لحظه ی آن است
خوش مزه تر از قند

پراز برکت است
این ماه سراسر
به گفته ی بابا
به گفته ی مادر

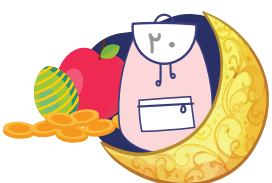




چطور در تعطیلات عید سرگرم شویم

شرح بازی:

برای این بازی به یک تاس و به تعداد بازیکنان مهره نیاز داریم. بازی با تاس شش شروع می‌شود. برنده کسی است که زودتر مسیر را طی کند و به نقطه‌ی پایانی برسد. بچه‌ها با این بازی یاد می‌گیرند که در نوروز رضای چه طور باید رفتار کنند و چه طور در تعطیلات خودشان را سرگرم کنند که هم خوش بگذرانند و هم مزاحم روزه‌دارها نباشند.



حالا دیگر وقت خوبی برای عید دیدنی رفتن است، چون بعد افطار است.

۳۳

یادتان نرود عید است. پس لباس مرتب بپوشید.

۳۴

هر جا رفتید مودب باشید و سلام کنید.

۳۵

نباید برای تاد پروقت خانه‌ی فامیل ماندن لج کنی. به خانه ۲۸ برگرد.

۳۶

حتماً می‌دانی که عبادت در ماه رمضان ثواب زیادی دارد.

۳۲

آفرین که به پیشواز مهمان‌های افطاری خانه‌تان رفتی و به آن‌ها خوش آمدگفتی.

۳۱

باتاس زوج حرکت کن.

۳۰

موقع افطار دعا برای دیگران را فراموش نکن.

۲۹

بابا می‌خواهد برود دیدن پدر بزرگ. می‌توانی همراهش بروی.

۱۷

این جوری هم کمک می‌کنی و هم سرگرم می‌شوی.

۱۹

می‌توانی با عیدی‌هایت یک خوراکی کوچولو هم برای خودت بخوری.

۱۸

کمک کردن به بزرگ‌ترها ثواب دارد. مثل فرشته‌ها شدی.

۱۵

آفرین که به چاقو و چیزهای خطرناک دست نمی‌زنی. از نردبان بالا برو.

۱۴

به مادرت در درست کردن افطاری کمک کن.

۱۳

آفرین که کنار بزرگ‌ترها قرآن خواندن یاد گرفتی. از نردبان بالا برو.

۱۶

بزرگ‌ترها روزه‌دارند. دارند استراحت می‌کنند و بچه‌ها حوصله‌ی شان سررفته است.

۲

آن‌ها چه کار می‌توانند بکنند؟!؟

۳

یک بازی بی سروصدا خیلی خوب است. این جوری مزاحم استراحت بزرگ‌ترها نیستی.

۴

بچه‌ها می‌خواهند یاد بگیرند چه طور تعطیلات عید را بگذرانند. با آن‌ها همراه شو و کمکشان کن. تاس بریز و شروع کن.

۱

شروع:



<p>پایان توبرنده شدی!</p> <p>۴۰</p>	<p>یادمان باشد هم عید است و هم ماه رمضان. پس باید تا دیروقت در مهمانی نمائیم.</p> <p>۳۸</p>	<p>پرخوری هم نکنید چون تازه افطار کردید. ۲ خانه به عقب برگرد.</p> <p>۳۷</p>
<p>چرا لج بازی می کنی و بزرگ ترها را اذیت می کنی؟! مار نیست زد. برگرد خانه ی ۱۰.</p> <p>۲۵</p>	<p>به جای گریه کردن می توانی یک پیشنهاد به بزرگ ترها بدهی.</p> <p>۳۷</p>	<p>این که افطاری بدهید ویکی، دو تا از فامیل را دعوت کنید. از نردبان بالا برو.</p> <p>۳۸</p>
<p>ماه رمضان خوب است بعد افطار بروی عید دیدنی.</p> <p>۲۴</p>	<p>اما ماه رمضان است و همه روزه اند!</p> <p>۲۳</p>	<p>دلت عید دیدنی رفتن می خواهد.</p> <p>۲۲</p>
<p>چرا کتاب ها را همه جا پخش کردی؟! سریع کتاب ها را جمع کن و ا خانه عقب برگرد.</p> <p>۹</p>	<p>آفرین که اتاقت را مرتب می کنی. از نردبان بالا برو.</p> <p>۱۰</p>	<p>حالا دیگر بزرگ ترها بیدار شدند. می توانی بازی کنی.</p> <p>۱۲</p>
<p>کتاب خواندن هم می تواند بدون سرو صدا شمارا سرگرم کند.</p> <p>۸</p>	<p>تعطیلات نوروزی تلویزیون کارتون های قشنگ دارد. اما حواستان باشد صدای تلویزیون را خیلی زیاد نکنید.</p> <p>۷</p>	<p>بازی تاس و مهره انتخاب خوبی است. آفرین، یک خانه برو جلو و از نردبان بالا برو.</p> <p>۵</p>

دیدنی‌های خواندنی



تعطیلات عید زمان خوبی برای مطالعه کتاب‌های مورد علاقه ماست. دوستان کتاب‌خوان اگر علاقه‌مند به خواندن کتاب‌های تصویری و علمی هستید، خواندن این کتاب را از دست ندهید. کتاب دو جلدی «به تماشای پرندگان برویم!» کتابی با موضوع پرندنگری است. پرندنگرها کسانی هستند که علاقه‌ی زیادی به تماشای پرندگان دارند در این کتاب، ۷۰ گونه از انواع پرندگانی که بیش از پرندگان دیگر در ایران امکان دیده شدنشان وجود دارد، معرفی شده‌اند. درباره تصویرها هم بهتر است خودتان کتاب را ورق بزنید. این کتاب مناسب کودکان ۸ تا ۱۰ سال است.

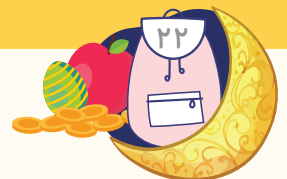


به تماشای
پرندگان برویم
نویسنده: صفورا
زواران حسینی
انتشارات مؤسسه
پژوهشی تاریخ
ادیات ۱۴۰۲

کتاب «جنگل‌های مانگرو» یک کتاب علمی جالب درباره جنگل‌های (خرّا) در جنوب ایران است.

این کتاب با اطلاعات و تصاویر جالب خود شمارا با فواید جنگل‌های مانگرو، انواع پوشش گیاهی و جانوری آن، خطراتی که جنگل‌های مانگرو را تهدید می‌کند، وابستگی زندگی مردم به این جنگل‌ها و تأثیرات متقابل انسان و این جنگل‌ها برهم آشنا می‌کند. الان وقتش رسیده که خود کتاب را ببینید. این کتاب مناسب کودکان ۸ تا ۱۰ سال است.

جنگل‌های مانگرو
نویسنده: اردوان
زردیان
ناشر: فنی ایران
۱۳۹۷



کتاب‌های سرگرم‌کننده



هانی
نیک‌صفتی

نگه داشتن اصغر در مدرسه از نگاه داشتن شیر در قفس سخت‌تر بود، خیلی روزها تا نصف شب کار می‌کرد، خودش می‌گفت مکانیک و ماشین‌آلات زندگی من است. این کتاب روایتی دارد از اصغر قندچی، کسی که باعث شد ایران دیگر قطعات کامیون را وارد نکند و خودش بتواند آن را حتی بهتر از قطعات خارجی بسازد. اگر شما هم دوست دارید مثل من بیشتر در مورد آقای اصغر قندچی بدانید پیشنهاد می‌کنم کتاب «یک اسب ته گاراژ» را از مجموعه کتاب «زنان و مردانی که ایران را ساختند»، مطالعه کنید. این کتاب مناسب کودکان گروه سنی ۸ تا ۱۰ سال است.



یک اسب ته
گاراژ
نویسنده: جعفر
توزنده جانی
سال نشر: ۱۴۰۱
اسم نشر: انتشارات
شهر قلم



زازا هزارپای داستان ما خیلی از کارهایش عقب افتاده بود. چون او هنوز داشت جوراب‌های گرم و نرمش را که ماما بزرگ هزارپا برایش بافته بود، می‌پوشید، به نظرتان زازار چطور می‌تواند به همه کارهایش برسد؟ اگر می‌خواهید بیشتر در مورد زازا و چطوری حل کردن مشکلاتش بدانید پیشنهاد می‌کنم این کتاب را مطالعه کنید.

این کتاب مناسب کودکان گروه ۷ تا ۹ سال است.

دردسره‌های زازا
هزارپا
نویسنده: نسرین
نوش امینی
سال نشر: ۱۳۹۸
اسم نشر: انتشارات
پرنده آبی





چیہ که نفس کشید نو
حسابی مشکل می کنه
اگر بره تو دهنه
روز تو باطل می کنه

وقتی یه خرده باد بیاد
بلند می شه توی هوا
می شینه بعدش همه جا
تو چشم و تو دهان ما



او چیہ که کاغذیه
دوستش داریم ما بچه ها
وقتی می ریم عید دیدنی
می گیریم از بزرگ ترا

خرچ خرچ صدا می ده
وقتی که خیلی نو باشه
دلت می خواد یه عالمه
از اون ها مال تو باشه

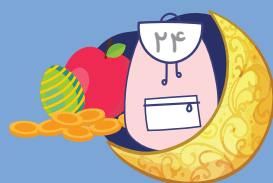
چی چیستان

بچه های عزیز یکی از سرگرمی های جالبی که می تواند
هوش و ذکاوت شما را به دیگران نشان بدهد، حل
معما و پاسخ دادن به سؤالات مختلف است. در واقع
چیستان ها و معماها مثل مکعب روییک ذهن و فکر
شما را رشد می دهند. حالا فکرتان را به کار بیندازید
و به این چیستان ها پاسخ دهید.



اون چیہ که هسته داره
چی چی بگم ازش برات
شیرینه و نرمه واقعاً
شیرین تر از قند و نبات

خوردن اون خیلی خوبه
مقویه چون برامون
خیلیا افطار می کنن
روزه رو با خوردن اون





یه سین خوشگل داره
روی سرش می ذاره
هر کسی اون رو حتماً
میون هفت سین داره

هزار تا فایده داره
با این که خیلی ریزه
فقط یه کم بو می ده
یک کمی تند و تیزه

تصویرگر: فاطمه عباسی

اون چیه که روزی سه بار
صداش تو هر جا می پیچه
روزه با اون شروع می شه
با همونم تموم می شه



پاش تو زمین، سرش تو آسمونه
پرنده رو سرش می سازه خونه
بهار که شد حسابی سنگین می شه
دور و برش نوچ می شه، شیرین می شه

بهار که شد روی سرش یه عالم
نگین های کوچولو در میاره
باد که اونو تکون بده یه ذره
کلی نگین از رو سرش می باره

تقویم روزهای خوب خدا



شما با جعبه یا کارتن یا دَرِ بطری ها چه کار می کنید؟ حتما در کیسه بازیافت های خشک می اندازید. دوست دارید در این روزهای خوب خدا، با آن ها یک بازی شاد درست کنید؟ پس دست به کار شوید. ابتدا دایره یا پرچسب های دایره ای را روی در بطری ها بچسبانید. سپس جعبه یا کارتن را باز کنید. مستطیلی به طول ۵۰ و عرض ۳۰ سانتی متر برش بزنید. دورش را قیچی کنید. با خط کش مربع های ۴ در ۴ سانتی متر خط کشی کنید. روی در بطری ها حروف الفبا را بنویسید یا حروف را بچسبانید. حالا بازی کارهای شاد شما شروع می شود. از اولین روز ماه رمضان هر روزی که کار خدایی و خوبی انجام دادید در تقویم با حروف دَرِ بی بنویسید. به طور مثال نماز خواندید، دعا کردید، در مواردی به خانواده کمک کردید یا صبوری کردید. در تقویم روزهای خوب خدا بنویسید دعا کردم، نماز خواندم، کمک کردم، صبوری کردم. کارهای خوب یک ماهه ی خود را بنویسید و بازی کنید.



چی لازم داریم؟

- کارتن یا جعبه
- در بطری
- قیچی
- مداد
- خط کش

																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	<
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---

بازی مازی

پریا و پویا می خواهند
خودشان را به سفره
هفت سینی که مامان تازه
چیده است، برسانند.
راه را نشان شان بده.





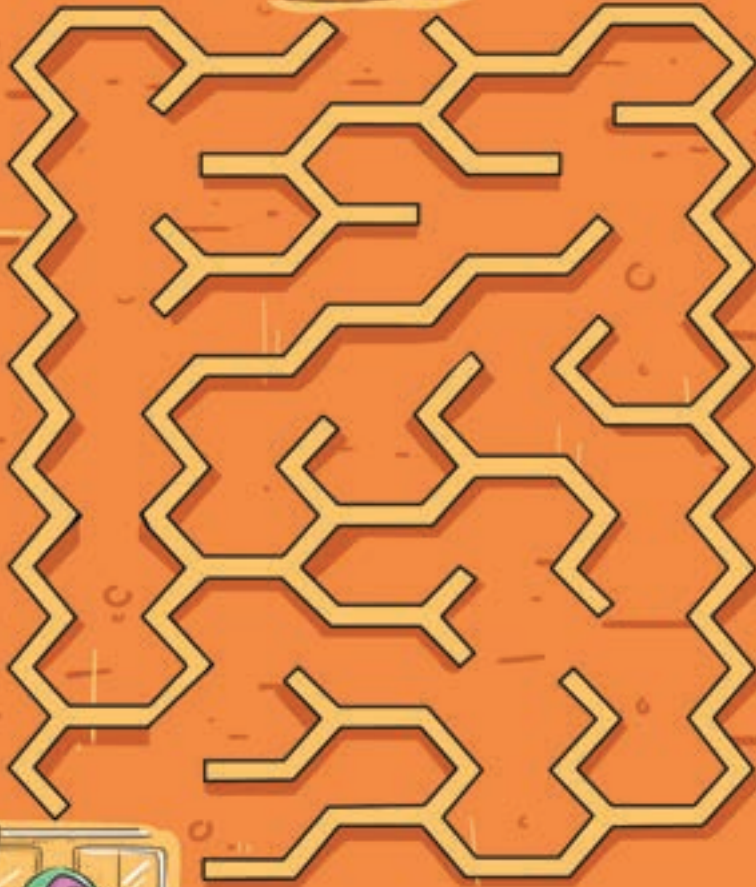
بازی مازی

هر کدام از بچه‌ها
یکی از سبزی‌های
هفت‌سبزی را پشت سرش
مخفی کرده است. می‌توانی
حدس بزنی سمنو دست
کیست؟





به این خواهر و برادر کمک
کن از کوچه های پیچ در پیچ
رد شوند و قبل از افطار
کاسه ی سوپ را به
مادر بزرگشان برسانند.



قدم به قدم در کوچه‌های فلسطین آزاد

بچه‌های عزیز! روزه و نمازها بتان قبول باشد. همانطور که می‌دانید، جمعه آخر ماه مبارک رمضان به نام «روز جهانی قدس» نامگذاری شده است. سال‌ها پیش به گفته بنیان‌گذار انقلاب اسلامی امام خمینی (ره) آخرین جمعه ماه مبارک رمضان «روز جهانی قدس» نامیده شده است. قدس اولین قبله‌ی ما مسلمانان است. در این روز همه مسلمانان برای اینکه اتحادشان را نشان دهند، راهپیمایی می‌کنند. حتماً تا حالا این راهپیمایی را دیده‌اید یا در آن شرکت کرده‌اید.



خوبه فردا بریم
نماز جمعه بعدش هم
راهپیمایی شرکت کنیم.

آره.

اتفاقاً امروز با چند
تاز همسایه‌ها
صحبت می‌کردیم
که فردا حتماً
بریم.

فردا روز
قدس در کنار همه
مسلمانان جهان
در این راهپیمایی
شرکت خواهیم
کرد.



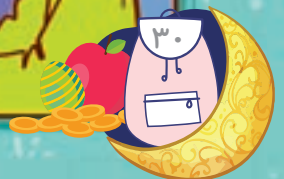
چرا به این جمعه
روز قدس میگن
باباجون؟

یعنی روزی که مربوط به قدس قبله اول
ما مسلمان هاست. امام خمینی (ره) آخرین جمعه
ماه رمضان رو روز قدس نام‌گذاری کردند و از همه
مسلمان‌های جهان خواستند که برای حمایت از مردم
مظلوم فلسطین و بیت المقدس توی این روز
راهپیمایی کنند.

برای اینکه
از مردم فلسطین که
در حال جنگ با رژیم
صهیونیستی هستند
حمایت کنند و بهشون
بگن که آزادی اون‌ها
برای همه مهم هست
و فلسطین کشور
فلسطینی هاست نه
صهیونیست‌ها.



مردم برای چی تو این
روز راهپیمایی می‌کنند؟



۹
برای اینکه اسرائیل کشورشون رو
به زور از دستشون گرفته و مردم فلسطین
و بچه هاشون هر روز با دشمن می جنگن تا
کشورشون آزاد بشه.



شماره ۱۱۴۰۳ شماره ۲۲۴
۳۱

چرا
مردم
فلسطین
می جنگن؟



۱۱
پس منم حتما
فردا با شما میام.

۱۰
تو این روز
همه مسلمانان جهان
راهپیمایی می کنند که
به رژیم صهیونیستی
نشون بدن مردم
فلسطین رو فراموش
نمی کنند و هر جای
دنیا که باشند از
اون ها حمایت
می کنند و فلسطین
به زودی آزاد
میشه.



۱۲
فلسطین
فلسطین
پیروز است
فلسطین تنها نیست
تنها نیست



تصویرگر: فاطمه عباسی

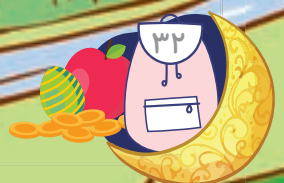
سبزه جان خداحافظ



خانه ترمز می زد، گفت: «این ها را از کجا شنیدی بچه جان؟ همه اش الکی است.» بعد برگشت و به مامان نگاهی انداخت و لبخند زنان گفت: «تو که قصد نداری اجاق گاز را با خودت بیاوری؟ می دانی که توی صندوق عقب جا نداریم.» مامان لبخندی زد و همان جور که پیاده می شد، گفت: «ای بابا، این همه حرف الکی نزنید. سبزه را جا گذاشتم.» بعد هم در خانه را باز کرد و دوید توی حیاط و سبزه را از لب حوض برداشت و با خودش آورد. سبزه پشت شیشه عقب ماشین خیلی قشنگ شده بود. خیلی های دیگر هم که می رفتند سبزه به در، سبزه شان را گذاشته بودند پشت شیشه ی عقب. نیما و نیلوفر همه ی راه مشغول شمردن سبزه های پشت شیشه ی عقب ماشین ها بودند. ماشین با رفت و رفت و یک جای خوش آب و هوا، نزدیک رودخانه، ایستاد. بعد هم بساط پیک نیک به راه افتاد. زیرا انداز و بالش و تخمه ی آفتاب گردان و میوه و چای و... بچه ها هم دویدند بازی کنند. نیما توانست دو چرخه سواری کند چون زمین خیلی سنگ ریزه داشت. به جایش رفت توی آب بازی کند. نیلوفر هم سطل و بیلچه ی شن بازی اش را برداشت و مشغول کندن خاک کنار رودخانه شد. داشت برای خودش بازی می کرد که چشمش به سبزه افتاد که هنوز پشت شیشه ی ماشین بود. آفتاب کمی پژمرده اش کرده بود. نیلوفر به گودالی که کنده بود، نگاه کرد و با خودش فکری کرد و دوید پیش مامان و گفت: «مامان، اگر سبزه نارنجمان را بکاریم سبزه می ماند؟» مامان یک تکه از سیبی را که قاچ کرده بود، گذاشت توی دهان نیلوفر و گفت: «بله، چرا سبزه نماند!» بعد انگار خودش کشف جالبی کرده باشد، گفت: «من واقعاً معرکه ام، عجب فکری! الان می روم سبزه را می آورم تا کنار رودخانه بکاریم.» بابا که دراز کشیده بود و داشت از استراحت در طبیعت زیبا لذت

روز سبزه به در همه راه می افتند می روند یک جای خوش آب و هوا. نیلوفر و نیما هم قرار بود همراه بابا و مامان بروند سبزه به در. بابا که گفت داریم می رویم سبزه به در، بچه ها دویدند توی اتاق تا آماده شوند. نیلوفر گفت: «من عینک آفتابی برمی دارم و کلاه و سطل و بیلچه ی شن بازی ام را.» نیما لبخندی زد و گفت: «من دو چرخه می آورم و کلاهم را و بسته ی آدامس دارچینی ام را.» بچه ها خیلی زود آماده شدند. مامان و بابا هم همه چیز را آماده کرده بودند. بعد هم تند و تند هرچی لازم بود، ریختند توی صندوق عقب ماشین و به زور درش را بستند و راه افتادند. ماشین که به سرکوه رسید، مامان داد زد: «وای! وایستا، برگرد، برگرد. یک چیز مهم را جا گذاشتم.» بابا آهی کشید و دور زد. نیلوفر فکری کرد و پرسید: «نکنند کیفیت را جا گذاشتی؟» نیما لبخند زنان گفت: «شاید مامان می خواهد جالباسی را بردارد. خب آنجا که رسیدیم باید لباسمان را جایی آویزان کنیم.» نیلوفر اخمی کرد و گفت: «کی جالباسی با خودش می برد سبزه به در؟» نیما شانه ای بالا انداخت و گفت: «چه می دانم، اما شنیدم یک باریک

نفر با خودش تختخوابش را برده بوده سبزه به در، یک بار هم یکی با خودش یخچال برده بوده!» بابا همان جور که جلوی در





می برد، سرش را از زیر پتوی بیرون آورد و گفت: «من هم بازی.» بعد سریع بیلچه ی نیلوفر را گرفت و دوید سمت رودخانه. نیلوفر جیغ و داد کنان دنبالش دوید. خیلی زود مامان هم با سبزه از راه رسید. مامان سبزه را برداشت و توی چاله ای که نیلوفر کنده بود گذاشت. بابا و نیلوفر اطراف سبزه را با خاک پر کردند. نیمی هم یک مشت آب آورد و روی سبزه ریخت. بعد همه دسته جمعی کنار سبزه خودشان را جادادند و با سبزه یک عکس سلفی گرفتند. تا عصر خانواده حسابی تفریح کردند و از طبیعت زیبای لذت بردند. عصر وقتی بابا و مامان وسایل را جمع کردند و آماده شدند که راه بیفتند سمت خانه، نیلوفر برگشت و به سبزه نگاه کرد. خوشگل تر و سر حال تر شده بود. نیلوفر لبخند زنان داد زد: «سبزه جان ما رفتیم. زندگی کنار رودخانه خوش بگذرد.»

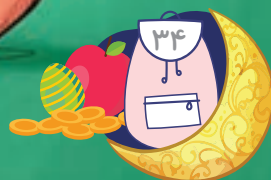


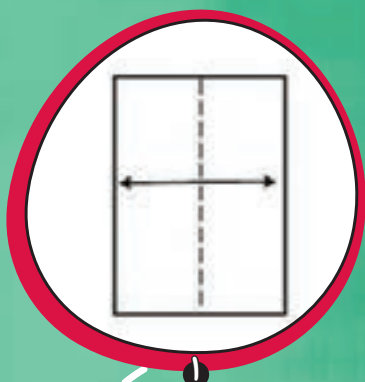
کی موشکش برنده است؟

خوب است الان که تعطیل هستید و برای دید و بازدید به خانه‌ی فامیل و دوستان می‌روید، بازی‌های گروهی را امتحان کنید. پس بچه‌ها را دور هم جمع کنید تا بگویم باید چه کار کنید. بهتر است یک بازی را امتحان کنید که هم سرگرمتان کند، هم املایتان بهتر شود. حتماً درست کردن موشک کاغذی را بلد هستید. می‌توانید چند تا کاغذ بردارید و به تعداد بچه‌ها موشک درست کنید. کاغذها باید یک طرف سفید داشته باشند تا بتوانید رویش بنویسید. حالا وسط دو بال موشک جوری که خیلی دیده نشود، یک کلمه بنویسید، اما یکی از کلمه‌ها را با املاهای اشتباهی بنویسید. مثلاً به جای اینکه بنویسید صابون، این جوری بنویسید: صابون. به دست هر کدام از بچه‌ها یک موشک بدهید. بچه‌ها موشک‌ها را به هوا پرت کنند و بعد باید بدوند و هر کدام یک موشک در حال فرود را بگیرند. هر کسی که موشک با املاهای اشتباه به او بیفتد، بازنده است و باید از بازی کنار برود. مرحله‌ی بعد کلمات پاک می‌شود و کلمات جدید روی موشک‌ها نوشته می‌شود. باز هم یک کلمه باید املاهای اشتباه داشته باشد. بازی با یک بازیکن کمتر و یک موشک کمتر ادامه پیدا می‌کند. بازی آن قدر تکرار می‌شود تا فقط یک نفر باقی بماند. نفر آخر برنده است.

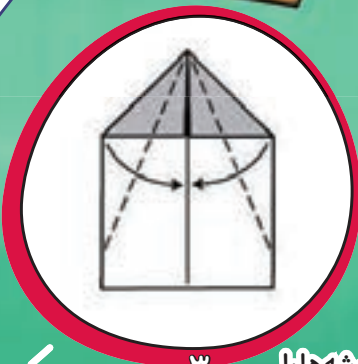


تصویرگر: باسمن تنابی

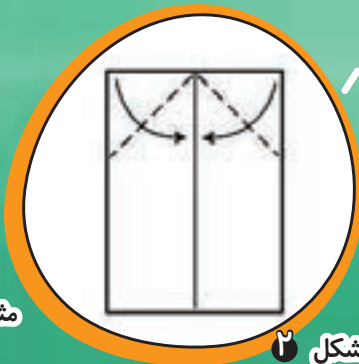




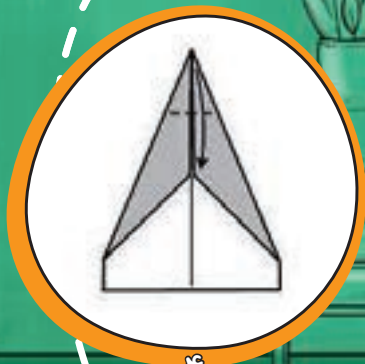
۱ ابتدا کاغذ آچارطبق تصویر بالا تا کن.



۲ دوباره گوشه ها را مثل شکل بالا دو لا کن.



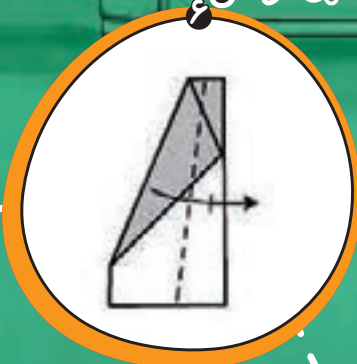
۳ سپس گوشه ها را مطابق شکل به سمت داخل تا کن.



۴ حالا نوک تیز کاغذ رو به سمت پایین تا کن.

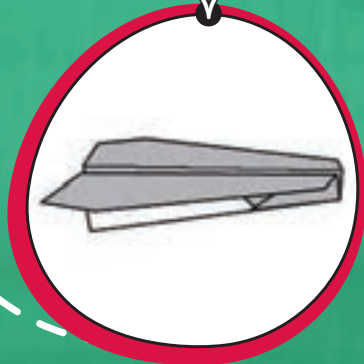


مثل تصویر دوباره بال ها را تا کن



۵ حالا دو لبه بال ها را به سمت عقب تا کن.

۶ آفرین! چه موشک زیبایی ساختی.



دانستنی‌های سیزده به‌در



سیزده به‌در از رسم‌های خوب و قدیمی ما ایرانی‌هاست. همه مخصوصاً بچه‌ها سیزده به‌در را خیلی دوست دارند و می‌خواهند که کنار دوستان و خانواده به آن‌ها خوش بگذرد. مخصوصاً که می‌توانند توی پارک یا طبیعت کلی بازی کنند و کنار بزرگ‌ترها به آن‌ها خوش بگذرد و از هوای زیبای بهاری استفاده کنند. البته توی این روز باید حواسمان به خیلی چیزها باشد که سیزده به‌در خوبی داشته باشیم، اما خانواده آرمان یک تصمیم جالب گرفتند. آن‌ها برای اینکه توی ترافیک نمانند دوازده به‌در رفته‌اند. راستی شما هم بدانید که سیزده به‌در هم برای خودش دانستنی‌هایی دارد که بهتر است از آن باخبر باشیم:



از پدر و مادر و بزرگ‌ترها دور نشویم.

ما می‌ریم اون طرف رودخونه بازی کنیم.

نه پسرم. خطرناکه. ممکنه اتفاقی براتون بیفته. بهتره همین جا بازی کنین.



موقع بازی مواظب بچه‌های کوچک تر باشیم که اتفاقی برایشان نیفتد.

دستتو بده به من مواظب باش اینجا پره سنگه.

اون سنگ اومد زیر پام خوردم زمین.



هله هوله نخوریم تا مریض نشیم.

سعید جان خوب نیست این قدر تخمه و آجیل می‌خوری. ممکنه دل درد بشی.

یک کم دیگه تخمه بخورم؛ خیلی خوش مزه‌ان. یک مشت آجیل هم بخورم. وای این پفک‌ها و چیپس‌ها را هم بخوریم.

آره خوب شد گفتین. باید حواسم باشه.



من پوست میوه ها
رو جمع می کنم.

منم پوست تخمه ها
رو جمع می کنم.

خب
بچه ها! همه
زباله ها رو
بریزین تو این
پلاستیک ها که با
خودمون
بیریم.

موقع برگشتن همه زباله ها را از طبیعت جمع کنیم.

امید جان
مواظب باش
پسرم. دستت
رو بیار داخل.
خطرناکه.


موقع رانندگی دست یا سرمان را از شیشه بیرون نبریم.

آماده مدرسه رفتن باشید!

مرسی
مامان جون.
چقدر تمیز
شده.

منم
همه وسایلم
رو آماده
کردم.
آماده ی
آماده ام!

لباس هاتون رو شستم
واتو کردم. بذارین جایی که
تمیز بمونه.



بچه های عزیز
کوله پستی ویژه نوروز ۱۴۰۴ برایتان سنگ تمام گذاشته است
با بعضی از عناوین مطالب داخل نشریه آشنا شوید:

- یک شب آسمانی روشن
- هر «سین» چه فایده داره!
- چطور در تعطیلات عید سرگرم شویم
- یک مشهدگردی خاطره انگیز
- چی چیستان
- دانستنی های سیزده به در