

ماه رمضان مبارک

مهمانی خدا در خانه دوست

۱۳۸۳
کوله پشته
ضمیمه روزنامه شهرآرا ویژه کودکان مشهد
چهارشنبه ۸ اسفند ۱۴۰۳



سلام به ماه خدا

اول هر کار به نام خداست. بعد از نام و یاد خدای بزرگ و مهربان، سلام می‌کنیم به همه‌ی شما خوبان همیشه همراه کوله‌پشتی. امیدواریم که سالم، شاداب و پرانرژی باشید.

دوستان عزیز، اگر نگاهی به تقویم انداخته باشید، حتماً متوجه شده‌اید که چند روز دیگر تا آمدن ماه بهار قرآن، یعنی ماه رمضان و مهمانی خداانمانده است. بگویید ببینم، حالا که خدای عزیز برای همه دعوت‌نامه‌ی مخصوص فرستاده است، شما برای شرکت در این مهمانی مهم و باشکوه چقدر آماده شده‌اید؟ چقدر با انجام دادن کارهای خوب، دلتان را نورانی و زیبا کرده‌اید و می‌خواهید به ماه خدا سلام کنید؟

دیدن مردمی که به استقبال ماه رمضان می‌روند، دیدن شور و شوق اهالی محله برای نظافت و تمیز کردن مساجد، در آستانه‌ی ماه پربرکت رمضان واقعاً تماشایی است. بله، مسجد خانه‌ی خداست و برای آمدن ماه خدا و انجام مراسم نمازگزاران روزه دار باید آماده شود. بچه‌ها تا به حال فکر کرده‌اید صدای اذان که از سمت مسجد تمام کوچه و خیابان را پر می‌کند، چقدر به قلب ما آرامش می‌دهد.



طیبه ثابت



فهرست

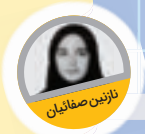
- اولین خوراکی افطارمان چه باشد؟ ۱/
یک روزی واقعی؟ ۲/
سبذ زیبای همه‌کاره ۳/
مهمانی خدا در خانه دوست ۴/
دو کتاب با مزه ۶/
گل فروشی زیبا ۷/
چطور روزه‌دار خوبی باشیم؟ ۸/
به شیرینی و آجیل نگاه نمی‌کردم تا هوس نکنم ۱۰/
سالاد قرمز خوش مزه ۱۲/
جدول حروف پراکنده ۱۳/
نیگوکاری‌های کوچک ۱۴/
مثل فرشته‌ها ۱۶/

- صاحب‌امتیاز:
شهر داری مشهد
مدیر مسئول:
سید میثم موسوی مهر
سرمدیر:
سید سجّاد طلوع هاشمی
دبیر ضمانت:
ارژنگ حاتمی
دبیر کوله‌پشتی:
طیبه سادات ثابت
مدیر هنری:
سید هاشم دقیق
ویراستار:
طیبه غلام‌رضایی

- پست الکترونیک:
sabet@shahrara.com
نشانی سایت:
shahraranews.ir/fal/kids
پيام‌رسان روزنامه: ۰۶۰-۵۴۶۵۸۰۹۰
نشانی: خیابان کوهسنگی
ابتدای کوهسنگی ۱۵
دفتر مرکزی: ۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵
داخلی مستقیم کوله‌پشتی: ۳۷۸۰
توزیع و امور مشترکین: ۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵
داخلی ۴۷۱ و ۴۷۲



اولین خوراکی افطارمان چه باشد؟



دوستان عزیز، سلام. امروز می‌خواهیم درباره‌ی تغذیه‌ی سالم در ماه رمضان نکته‌های خوبی یاد بگیریم.

وقتی خورشید کم‌کم به خانه‌اش می‌رود و صدای اذان در آسمان می‌پیچد، وقت افطار می‌شود. معده‌ی ما که از صبح تا حالا صبور بوده، چشم به راه یک خوراکی نرم و ملایم است، نه یک غذای سنگین.

خوب است بدانید بهترین دوست معده در زمان افطار، یک لیوان آب ولرم است،

درست مثل باران ملایمی که زمین تشنه را سیراب می‌کند. اگر هم بخواهیم معده‌مان را حسابی خوش حال کنیم، یک لیوان شیر ولرم می‌نوشیم که مثل یک پتوی نرم به ما احساس آرامش می‌دهد، زیرا شیر ولرم نه خیلی داغ است و نه خیلی سرد و همچنین راحت تر هضم و باعث می‌شود خوابی آرام داشته باشیم. بچه‌ها، فراموش نکنید که بعد از نوشیدن مایعات گرم،

هیچ چیز به اندازه‌ی چند دانه خرما به ما انرژی نمی‌دهد. سوپ یا چند لقمه نان و پنیر و گردو هم می‌تواند بعد از نوشیدن گرم مفید باشد.

درست است که سفره پر از غذاهای

خوش مزه است، اما یادمان باشد، آرام و ملایم غذا بخوریم تا معده‌مان شاد بماند و بیمار و خسته نشود.



یک روزهی واقعی

همه توی خانه
خواهرم پروانه

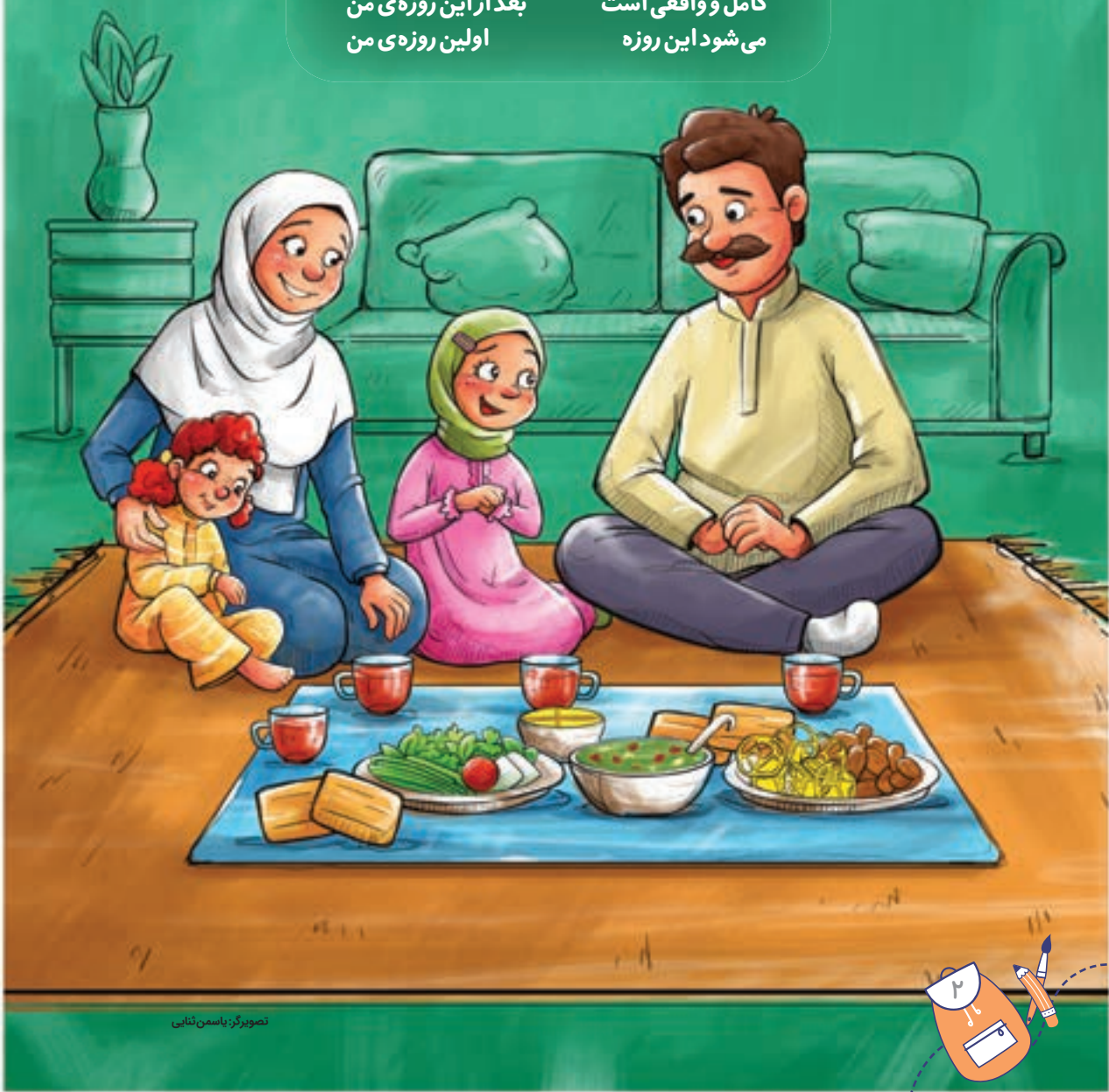
کله گنجشکی نیست
واقعاً عالی نیست؟

بعد از این روزهی من
اولین روزهی من

روزه داریم الان
پدر و مادر و من،

روزه‌ی امروزم
من بزرگم دیگر

کامل و واقعی است
می‌شود این روزه



سبد زیبای همه‌کاره

در همه‌ی خانه‌ها روبان‌هایی که دیگر استفاده نمی‌شوند، وجود دارند. دوست دارید با روبان و کارتن و لوله‌ی مقوایی یک سبد زیبای همه‌کاره درست کنید؟ پس دست به کار شوید. ابتدا به اندازه‌ی دهانه‌ی لوله‌ی مقوایی یک دایره روی کارتن بکشید. دورش را قیچی کنید و به دهانه‌ی لوله بچسبانید. روی کارتن یک مستطیل به اندازه‌ی ۵ در ۳ سانتی متری قیچی کنید. روبان را روی آن تا کنید و قیچی کنید. روبان‌های تاشده را از ته به لوله بچسبانید. باید دقت کنید ردیف بعدی را زیر روبان قبلی بچسبانید تا سر روبان‌ها دیده نشود. فقط قسمت تاشده روی هم قرار بگیرد. تمام سطح لوله را با سلیقه‌ی خودتان کامل کنید. برای ساختن دسته‌ی سبد، کارتنی را به صورت نواری برش بزنید. سپس روی آن را کاملاً پارچه بچسبانید و به روش قبلی روبان‌های رنگی تاشده را روی آن بچسبانید. حالا یک سبد زیبای همه‌کاره دارید که می‌توانید خرده‌ریزها یا گل‌ها را در آن قرار دهید.



ظاهره عرفانی



چی لازم داریم؟

روبان

چسب مایع

قیچی

حلقه‌ی مقوایی

کارتن



مهمانی خدا در خانه دوست



زینب آب دهانش را قورت داد و گفت: «به نظرتان من و مینا می‌توانیم فردا شب توی خانه افطاری بدهیم؟» مامان که کنجکاو شده بود، از بالای عینکش به زینب و مینا نگاه کرد و لبخند زنان گفت: «حالا چه کسی را قرار است دعوت کنید؟» زینب دوتا دستش را بالا آورد و شروع کرد به شمردن: «خودم، مینا، زهره، ستاره، فاطمه، الهام، نگار، سیمین، دخترخاله شبنم و دختر همسایه مان باران.» مامان با مهربانی به بچه‌ها نگاه کرد و گفت: «خب برای افطاری حتماً یک چیزهایی هم لازم دارید، پس بد نیست تا ماشین را خاموش نکرده‌ام، برویم خرید.» مینا با خوش حالی بالا و پایین پرید و گفت: «من الان می‌روم از مامانم اجازه می‌گیرم.» و دوید سمت آسانسور تا زودتر خودش را به طبقه‌ی سوم برساند. نیم ساعت بعد مامان و زینب و مینا توی فروشگاه مشغول خرید بودند. دو بسته پنیر، سبزی خوردن، خرما، هویج و گوجه فرنگی برای سوپ و....

توی راه تا برگردند خانه، زینب از گوشی مامان یکی یکی به همه‌ی بچه‌ها پیام داد و برای افطاری فردا شب دعوتشان کرد و نوشت: «افطاری من یک افطاری روزه‌اولی است. دوست دارم اولین روز روزه گرفتن دور هم باشیم.» بچه‌ها هم همه با خوش حالی نوشتند اجازه می‌گیرند و می‌آیند. آن شب، تا آخر شب مامان و زینب مشغول مرتب کردن کارهای افطاری فردا و پختن سحری بودند. روز بعد توی مدرسه یکسره حرف روزه بود. روزه دارهای کوچولو هم دور هم جمع شده بودند و درباره‌ی افطاری زینب حرف می‌زدند. بچه‌ها قرار گذاشتند عصر زودتر اجازه بگیرند و بیایند خانه‌ی زینب برای کمک. عصر مثل برق و باد رسید و خانه‌ی زینب حسابی شلوغ شد. همه برای کمک آمده بودند. مینا مامانش را هم آورده بود. خاله هم با دخترش شبنم آمده بود. بوی سوپ خوش مزه‌ی مامان خانه

ماه رمضان که می‌شود، همه دوست دارند افطاری بدهند و خانواده و دوستانشان را دعوت کنند. زینب هم به این موضوع فکر می‌کرد.

زنگ تفریح که خورد زینب به همکلاسی اش گفت: «خیلی دوست دارم مهمانی افطاری داشته باشم. بچه‌ها کیاروزه‌اند؟»

مینا گفت: «من و زهره؛ ستاره و فاطمه و الهام.» بعد برگشت و میز آخر را نگاه کرد و گفت: «سیمین و نگار بهادری هم روزه‌اولی‌اند. خودشان چند روز پیش گفتند. حتماً آن‌ها هم فردا روزه می‌گیرند.» زینب لبخندی زد و یکی یکی شمرد: «خودم، خودت، زهره، ستاره، فاطمه، الهام، نگار، سیمین، دخترخاله‌ام شبنم و دختر همسایه مان باران.» مینا با تعجب نگاهی به زینب و دست‌هایش انداخت که حالا مثل دوتا خورشید باز بودند و گفت: «ده تا می‌شویم!» زینب سری تکان داد و پرسید: «به ده نفر روزه‌دار افطاری دادن سخت است؟» مینا که فکر زینب را خوانده بود، لبخندی زد و گفت: «خیلی هم نباید سخت باشد. تازه خود روزه‌دارها هم کمک می‌کنند.» زینب لبخند زنان به مینا نگاه کرد و گفت: «همین امروز که بروم خانه، از مامانم اجازه می‌گیرم. بابا جانم رفته مأمریت ومن و مامان تنها هستیم.» مینا سر تکان داد و زل زده به تخته سیاه. حتماً رفته بود توی فکر افطاری. زنگ آخر که خورد، زینب و مینا تندتر از همیشه راه افتادند سمت خانه. عجله داشتند که زودتر از مامان زینب اجازه بگیرند. به مجتمع که رسیدند، مامان زینب هم تازه از سرکار برگشته بود و داشت ماشینش را توی پارکینگ پارک می‌کرد. زینب و مینا دویدند کنار ماشین و سلام کردند. مامان لبخند زنان گفت: «علیک سلام، چه خبر است؟ چقدر هیجان زده‌اید!»





بودند و لبخند می زدند. زینب با صدای بلند گفت: «قبول باشد بچه ها، اولین افطار کنار هم چقدر قشنگ است!» بچه ها با خوش حالی گفتند: «قبول حق باشد. ممنون، افطاری قشنگی است، خیلی خیلی قشنگ!»

را برداشته بود. نزدیک افطار که شد، مامان مینایک سفره وسط هال پهن کرد و بچه ها تندوتند نان و پنیر و خرما و سبزی را توی سفره چیدند. مامان سوپ را آورد و خاله چای نبات را. صدای اذان که بلند شد، روزه دارهای کوچولو سر سفره نشسته





دو کتاب بامزه

بچه های عزیز! آیا تا به حال به این فکر کرده اید که خودتان قهرمان داستان های خودتان باشید؟ قهرمان داستان های خیالی نه، بلکه داستان های زندگی! این مجموعه کتاب در مورد دختر هشت ساله ای است که قرار است خودش با مسائل زندگی اش بجنگد و پیروز شود، می گویند چطور؟ پیشنهاد می کنم مجموعه کتاب «قورتش بده» را مطالعه کنید. این کتاب مناسب کودکان گروه سنی ۸ تا ۱۲ سال است.



اسم مجموعه کتاب: قورتش بده
نام نویسنده: عادل خلیفی
سال نشر: ۱۳۹۷
اسم نشر: انتشارات هوپا



تا به حال به این فکر کردید که می توانید دنیا را تغییر دهید. اصلا دوست دارید دنیا را آن شکل که دوست دارید بسازید؟ موضوع کتاب مادر باره چهار تا دوست عجیب و غریب است که از کره ماه به زمین می آیند و تصمیم می گیرند که با کمک بچه ها، دنیا را به جایی که دوست دارند تبدیل کنند. آن ها اما در این راه متوجه رازهایی می شوند اینکه اصلا چرا باید به مدرسه بروند و مشق بنویسند. اگر شما هم دوست دارید از این رازها با خبر شوید، پیشنهاد می کنم مجموعه کتاب «سرزمین بچه های ضرردار» را مطالعه کنید.

این مجموعه دارای سه کتاب مناسب کودکان گروه سنی ۸ تا ۱۲ سال است.

اسم مجموعه کتاب: سرزمین بچه های ضرردار
نام نویسنده: شاهرخ گیوا
سال نشر: ۱۴۰۰
اسم نشر: انتشارات هوپا



گل‌فروشی زیبا

بچه‌های عزیز، گل‌فروشی پر از گل‌های قشنگ و خوش‌بوست. گل‌ها با آن همه زیبایی و عطرهای مختلف، نشانه‌ای از هنرمندی خدای مهربانمان هستند. با دقت در تصویر زیر، ۹ تفاوت را پیدا کنید.



چطور روزه دار خوبی باشیم؟



شرح بازی:

برای این بازی به یک تاس و به تعداد بازیکنان مهره نیاز داریم. بازی با تاس ۶ شروع می شود. برنده کسی است که زودتر مسیر را طی کند و به نقطه ی پایانی برسد. هدف این بازی آموزش نکاتی درباره ی روزه دار خوب بودن به کودکان است تا یاد بگیرند وقتی روزه اند، بهتر است چطور رفتار کنند. بچه ها بازی می کنند و سرگرم می شوند و روزه دار خوب بودن را تمرین می کنند.

شروع

روزه گرفتن بدون سحری ممکن است برای سلامتی ات ضرر داشته باشد. پس حتما موقع سحر بیدار شو و سحری بخور

۳۳

خدا آدم های تمیز و مرتب را خیلی دوست دارد.

۳۴

داری ورزش می کنی؟ اما چون روزه ای بهتر است زیاد خودت را خسته نکنی.

۳۵



آفرین که سعی می کنی تمیز و مرتب باشی! روزه دار تمیز و مرتب خیلی خوب است. از نردبان بالا برو.

۳۱

آفرین که به دوستت گفتی حتما سحری بخورد! یک خانه برو جلو.

۳۲



بازی کردن یکی از کارهای سرگرم کننده خوب است.

۱۷



چی؟! حوصله نداری؟! حالا چرا سر برادر کوچولویت داد می زنی؟!

۱۸



می دانی که روزه دار نباید بداخلاق باشد؟

۱۹



آفرین که تشنگی روزه را تحمل می کنی و صبر

۲۰



آفرین، قرآن خواندن خیلی خوب است! از نردبان بالا برو

۱۲



بهرتر است بیدار شوی و خودت را با کارهای مختلف سرگرم کنی. این جوری زمان زودتر می گذرد.

۱۵



چی؟! می خواهی تا افطار بخوابی که گرسنه نشوی؟!

۱۴



اگر خوب غذا نخو نمی توانی روزه بگی

۱۳



بچه ها سحر بیدار شدند تا سحری بخورند.

۳



اما انگار اشتها ندارند!

۳



۴

پایان



آفرین که روزه
گرفتی و یاد گرفتی
روزه دار خوبی باشی.
تو یاد گرفتی. تو برنده
شدی. روزه ات قبول
باشد.

موقع افطار نباید در
خوردن زیاده روی کنی.



چی؟! خیلی گرسنه
شده ای؟! می خواهی تا
می توانی غذا بخوری؟



نزدیک افطار است. الان
است که اذان بگویند.



به نظرت باید چه کار کنی؟ آفرین!
می توانی به آن ها کمک کنی.



کمک تو خنده را روی لب یک نفر
می نشاند. یک خانه برو جلو.



آفرین که به دوست
سرداری او را خوشحال
کردی از نردبان بالا برو.



حالا که گرسنه ای، حال
نیازمندان را بهتر می فهمی.



آفرین که خنده رو و مهربان
هستی! ۲! خانه برو جلوتر.



آفرین که با کمک کردن به
مامان سرت را گرم می کنی!
از نردبان بالا برو.



وای! حواست کجاست؟!
تو روزه داری!
نباید آب بخوری.



خدا نماز خوان ها را
خیلی دوست دارد.
موقع نماز خواندن
مثل فرشته ها زیبا
شدی



چه خوب که اول وقت
نماز می خوانی. آفرین.
نمازت که تمام شد، به
خانه ۲۴ برو.



دوست داری بعد
سحر بیدار باشی و
بازی کنی؟!
نه این کار درست
نیست.



الان وقت خواب است.
ممکن است داداش کوچولو
را بیدار کنی.



آفرین که حرف بزرگ ترها
را گوش می کنی و می روی
بخوابی! یک خانه برو جلو.
در طول روز می توانی بازی
کنی.



می دانی که روزه دار
نباید از اذان صبح تا
اذان مغرب چیزی
بخورد.



آفرین که
حواست بود
وقتی به اذان
صبح
نزدیک
می شوی دیگر
چیزی نخوری.
از نردبان بالا برو.



برای این که بتوانیم روزه
بگیریم، باید غذای کامل و
مقوی بخوریم.





همراه با حال و هوای یک روزه‌اولی:

به شیرینی و آجیل نگاه نمی‌کردم تا وسوسه نشوم



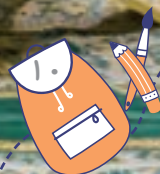
« حالا که به سن تکلیف رسیده‌ام می‌دانم که باید به احکام خدا و قرآن که برای ما مشخص شده است برای تشکر از خدای مهربان عمل کنم. از جمله این دستورات الهی، نماز، روزه و حجاب است. » آنچه را خواندید معصومه شادکام مقدم، ۱۰ ساله و دانش‌آموز کلاس چهارم مدرسه سمیه ۲ می‌گوید. معصومه پارسال روزه‌اولی بوده است و با توجه به نزدیکی ماه مبارک رمضان با او گفت و گو کرده‌ایم که می‌خوانید.

معصومه روزه‌است

مشقی که خداوند پس از سن تکلیف به ما داده خواندن نماز اول وقت، روزه گرفتن، داشتن حجاب و دوری از نامحرم است. از هفت سالگی هم حجاب کامل داشتم. پارسال به دلیل اینکه روزه‌اولی بودم و روزه کامل می‌گرفتم خیلی خوش حال بودم که دیگر بزرگ شده‌ام، در روزهای عید هم که روزه بودم به شیرینی و آجیل نگاه نمی‌کردم تا هوس نکنم.

وقتی کلاس اول و دوم بودم مامانم اجازه‌ی گرفتن روزه کامل را به من نمی‌داد و فقط باید کله گنجشکی می‌گرفتم، اما کلاس دوم چند روز را کامل گرفتم، به دلیل اینکه برادرم هم روزه می‌گرفت و دوست نداشتم از او عقب بمانم. با اینکه سخت بود اما خیلی خوش حال بودم.

خاطرم هست با روزه کامل خیلی گرسنه شده بودم و در مدرسه که بودیم بعضی هم کلاسی‌هایم جلوی چشمم خوراکی می‌خوردند. یک روز یکی از دوستانم با ناراحتی به آن‌ها گفت: «معصومه روزه است نباید جلوی چشم او چیزی بخورید!»





حسودی به روزه‌ی کامل داداش

وعده سحری را بیشتر دوست دارم زیرا بعد از آن برای رضای خدا نیت کرده و یک روز دیگر را روزه می‌گیرم. وقتی روزه هستم مامان و بابا هوای مرا دارند و نمی‌گذارند کارهای سخت و فعالیت‌هایی که با آن‌ها تشنه و گرسنه می‌شوم را انجام بدهم، می‌گویند که بیشتر استراحت کنم، من هم با قرآن و نماز خواندن و کمک کردن به مامان و مهربان بودن با اطرافیانم روزه را می‌گذرانم. داداشم هم از ۹ سالگی روزه را با کله‌گنجشکی شروع کرد و با اینکه دو ماه دیگر تازه به سن تکلیف می‌رسد سه سالی هست که روزه کامل می‌گیرد و من به او حسودی می‌کردم. حالا خوش‌حالم که از پارسال دیگر خانوادگی در کنار هم افطاری و سحری می‌خوریم و برای نماز و روزه همراه یکدیگر هستیم.

عید دیدنی، افطار تاسحر

پارسال و به امید خدا امسال که ماه رمضان هم زمان با عید نوروز است اقوام هم روزه‌دار هستند و روزها عید دیدنی نمی‌رویم، یا برای افطار دعوت می‌شویم یا پس از افطار تاسحر مشغول عید دیدنی و دیدوبازدید هستیم. روزه‌داری برای من اصلا سخت نیست و برای بدنم هم مفید است. وقتی بازی می‌کنم یا درس می‌خوانم برایم زمان زودتر می‌گذرد، به تشنگی و گرسنگی هم فکر نمی‌کنم و سعی می‌کنم حواسم را با موضوعات دیگری پرت کنم. نماز و قرآن می‌خوانم و کارهایی که خدا گفته است روزه را باطل می‌کند مانند خوردن و آشامیدن، اذیت کردن دیگران، دروغ گفتن و غیبت کردن را انجام نمی‌دهم، به مامانم هم کمک می‌کنم. ماه رمضان را خیلی دوست دارم زیرا از طرف بزرگ‌ترها برای کارهای خوب بیشتر تشویق می‌شوم و همه از من تعریف می‌کنند که خیلی ذوق می‌کنم.

کارهای خوب زیادی بلدم



از پارسال در بیت‌المهدی به آموختن قرآن، احکام و نهج‌البلاغه مشغول هستم. قرآن را بالحن عربی و روان می‌خوانم و حکمت‌های نهج‌البلاغه را برای هم‌کلاسی‌هایم هر روز پای تخته می‌نویسم تا آن‌ها هم یاد بگیرند. همچنین یاد گرفته‌ام مرجع تقلید انتخاب کنم تا احکام شرعی را درست به جا بیاورم. علاقه زیادی به کتاب خواندن دارم، همراه گروه سرود در مدرسه، بیت‌المهدی، حرم مطهر و میدان شهدا اجرا داشتیم. امسال در مراسم اعتکاف شرکت کردم و جایزه هم گرفتم. داستان‌ها و روایت‌های زیبا را به خوبی در کلاس اجرا می‌کنم، تست بازیگری هم قبول شدم که به دلیل حفظ کامل حجابم ادامه ندادم. همه‌ی تلاش‌م را می‌کنم که در درس‌هایم همیشه «خیلی خوب» بگیرم، دوست دارم در آینده پزشک شوم. در ورزش، کمر بند بنفش، در دفاع شخصی، کمر بند نارنجی در و شو و مدال طلای ناحیه در رشته ژیمناستیک را دارا هستم. علاقه بسیاری نیز به نویسندگی دارم.



سالاد قرمز خوش مزه!

آن روز ستایش خانه‌ی مادر بزرگش بود. مادر بزرگ داشت توی آشپزخانه سالاد درست می‌کرد. ستایش پیش مادر بزرگ رفت تا ببیند چه سالادی قرار است درست کند. مادر بزرگ لبخند زد و گفت: یک سالاد قرمز و خوش مزه! مادر بزرگ نخودهای پخته را داخل ظرف ریخت، بعد لپوها را ریز و به نخود اضافه کرد. از ستایش خواست تا خیارهایی را که توی ظرف بود، بیاورد. بعد آن‌ها را هم خرد کرد و به مواد اضافه کرد. کمی روغن زیتون و آب لیمو هم به سالاد اضافه کرد و مواد را خوب هم زد. بعد هم برای تزئین سالاد، کمی نعناع تازه و تخم‌ی آفتاب گردان روی آن ریخت. ستایش منتظر بود تا زودتر این سالاد خوش رنگ را بخورد.

بچه‌ها، تا فصل لپو تمام نشده است، این سالاد را با کمک مادرتان درست کنید، چون لپو و نخود برای تقویت بدن خیلی خوب است.



چی لازم داریم؟

لپو، دو عدد متوسط

خیار، یک عدد

نخود پخته، یک پیمانه

روغن زیتون و آب لیمو، به میزان لازم

نعناع تازه، به میزان دل خواه

تخم‌ی آفتاب گردان، به میزان دل خواه



جدول حروف پراکنده

این یک جمله ی معروف درباره ی ماه رمضان است:
..... ماه خداست.

باکمک حروف جدول کلمات را پیدا کن و جمله را کامل کن.
راهنمایی: شماره ی ۱ و ۴ عمودی را کجکی برو پایین.



۱	☆	گ	ق	د	س	ب	ج	و	ز
۲	ل	ر	و	پ	☆	ل	ح	ت	ذ
۳	ک	چ	م	ش	ظ	د	☆	ب	گ
۴	م	ز	خ	ض	خ	ع	س	ط	د
۵	پ	هـ	☆	د	ا	ک	ق	ص	ل
۶	خ	غ	م	ج	ل	ن	ف	غ	خ
۷	ت	ش	ژ	ا	پ	ش	☆	ژ	☆
۸	گ	و	ل	ق	ن	ف	ب	ک	ز
۹	ش	ژ	☆	س	گ	ی	ظ	و	د
	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹



مرجان اسماعیلی

بچه های عزیز، امروز می خواهیم درباره ی موضوع مهم احسان و نیکوکاری با هم صحبت کنیم. احسان و نیکوکاری یعنی انجام کارهای خوب و کمک کردن به زندگی دیگران. دین ما، اسلام، نیکوکاری را دوست دارد و از ما می خواهد که نیکوکار باشیم.
حتما می گوئید این که سخت است، بچه ها نمی توانند! نگران نباشید، چون بچه ها هم می توانند با انجام کارهای کوچک نیکوکار باشند.



نیکوکاری های کوچک

۱

پسرم چه موضوع خوبی! نیکوکاری یعنی کمک کردن به بقیه.

۱

معلمون گفته درباره ی نیکوکاری انشا بنویسیم، ولی من نمی دونم چی بنویسم!

۲

مثلاً وقتی کسی پول لازم داره، بهش قرض بدیم؟

۳

مهران جان! نیکوکاری فقط دادن پول نیست؛ خیلی کارهای دیگه هم هست.

۵

مثل یک بار که بابا ما شینش رو به دوستش قرض داد؟

۶

درسته! یا مثلاً گفتی معلم هاتون برای بچه های نیازمند کلاس تقویتی رایگان می دارن.



اینهاش، پیداش کردم

ای وای کوکتایم؟! اینجا هم که نیست!



آفرین
پسر! این هم
یک نیکوکاری
حساب می شه.

یک بار که دوستم کتابش رو گم کرده بود، باهاش همه جا رو گشتم تا کتابش رو پیدا کنه.

آره پسر.
کمک به پدر بزرگ
و مادر بزرگ ها هم
اسمش نیکوکاریه.

ممنون پسر که کمک کردی از پله ها پایین بیایم.

توی انشام همه ی این ها رو می نویسم که بقیه ی بچه ها هم بدون این کارها اسمش نیکوکاریه وانجام بدن.

وقتی به بقیه کمک می کنیم، حتی کمک های خیلی کوچیک، باعث می شه هم خودمون خوش حال بشیم و هم اون ها شاد بشن!

مثل فرشته‌ها

وقتی به یک مهمونی بزرگ و مهم دعوت می‌شید، می‌دید: خب معلومه، همه دلشون می‌خواد به چشم دعوت کننده خیلی خوب و زیبا به نظر برسن. ما هم برای مهمونی رفتن آماده می‌شیم. بچه‌ها، این‌ها که مهمونی‌های زمینی خودمونه. اگه قرار باشه که به باشکوه‌ترین و مفصل‌ترین مهمونی دنیا برید چی؟ حتماً می‌پرسید دارم از چی حرف می‌زنم. بله، چند روز بیشتر به ماه بابرکت رمضان و مهمانی خدا نمونده. از طرف تواناترین و مهربون‌ترین کسی که می‌شناسید، یعنی خدای بزرگ، براتون کارت دعوت فرستاده شده. چی کار می‌کنید؟

ما دختری رو می‌شناسیم که خیلی باادب، مهربون و درس‌خونه و برای رسیدن ماه مهمونی خدا روزشماری می‌کنه. تازه، سال گذشته چند روز روزه‌ی کله‌گنجشکی گرفته و چند روز هم روزه‌ی کامل و امسال که یک روزه‌اولی به شمار میاد، خودش می‌گه از خوش‌حالی مثل فرشته‌ها می‌خواد بال دریاره.



کیانا ۹ سالشه و پایه‌ی سومه. اون توی مدرسه‌ی نسیم ظهور درس می‌خونه.





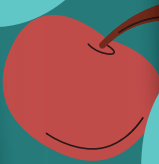
از وقتی
برای کیانا جشن تکلیف
گرفتن، روحیه اش خیلی عوض
شده و سعی می‌کنه کارهای خوب
بیشتری در هر روز انجام بده.



کیانا عاشق
نماز خوندن و گفت وگو
با خدای مهربونه. مامان
کیانا می‌گه: برای نماز
صبح خودش بیدار
می‌شه و مشتاقانه
نماز می‌خونه.



تا یادم نرفته بگم که کیانا
اهل کمک کردن توی کارهای خونه
هم هست و خیلی خوب بلده روی
غذاها رو تزئین کنه؛ الان هم داره
شله زردهای خوشمزه رو
خوشگل می‌کنه



از قدیم گفتن هوای
همسایه ها رو باید داشت.
الان هم کیانا به ظرف نذری برای
همسایه آورده. خدا نذرش رو
قبول کنه. شما هم بگید آمین!



دعا کردن از
ویژگی‌های خوب این دختره.
حتماً می‌دونید که اگه اول برای
دیگران و بعد برای خودتون دعا
کنید، خیلی خوب‌تره.





تصویرگر: زهره اقطاعی