

یک نقشه‌ی دسته‌جمعی

برای ما مان خوبی که پرستار است

به قلّه که می‌رسم، انگار

به هدفم رسیده‌ام

مهمان بی‌دردسر



فرشته‌های سفیدپوش

بعد از نام و یاد خدای زیبایی‌آفرین که همیشه نعمت‌های بی‌کرانش را سخاوتمندانه و رایگان به ما می‌بخشد، سلامی گرم و صمیمی به شما خوانندگان خوب کوله‌پشتی. ان شاء... که حال و احوالتان خوب باشد و در این روزهای بارانی و سرد پاییزی سرما نخورده باشید. اگر نگاهی به تقویم انداخته باشید، فردا روز پرستار و سالروز تولد حضرت زینب (س) خواهرگرامی امام حسین (ع) است که در واقعه‌ی کربلا و شهادت امام حسین (ع) و یاران باوفایش، سرپرستی و پرستاری از کودکان و خانواده‌های شهدا را برعهده داشت.

پیشاپیش این روز بزرگ را به شما و همه تبریک می‌گوییم. راستی بچه‌های عزیز تا به حال فکر کرده‌اید که اگر پرستاران، این فرشته‌های سفیدپوش در کنار ما نبودند، چه می‌شد؟
بله درست است، حتی تصوّر و خیال اینکه در زندگی عادی و روزمره، بیمارستان‌ها و درمانگاه‌ها بدون پرستار باشند، بسیار سخت و وحشتناک است. به نظر شما آن وقت چه کسی سرّم بیماراران را می‌زند؟ چه کسی مراقب بود که دمای بدن بیمار بالا نرود و از تب بالا دچار وضعیت بدتری نشود؟ چه کسی باند زخم‌های یک فرد آسیب‌دیده را عوض می‌کرد و به او دارو می‌داد تا زودتر خوب شود.

واقعیت این است که پرستاری شغلی حسّاس و خاص است که اگر واقعا کسی علاقه شخصی و قلب مهربانی نداشته باشد، نمی‌تواند آن را انتخاب کند.

حتما شما هم دیده‌اید که پرستاران در بخش‌های مختلف مرکز بهداشت‌ها، درمانگاه‌ها و بیمارستان‌ها، مشغول خدمت‌رسانی درمانی به همه مردم از نوزاد گرفته تا زن و مرد و پیر و جوان هستند و ما باید به آن‌ها احترام بگذاریم.



طیبه ثابت

فهرست

دو میوه کمتر شناخته شده ۱/
کلاه و باد ۲/
جعبه شفاف هدیه ۳/
برای مامان خوبی که پرستار است ۴/
رئیس تاکسی‌های خطی شو ۶/
مثل دره‌بین دقیق باش ۷/
مسئولیت‌پذیر باشیم ۸/
به قلّه که می‌رسیم
انگار به هدفم رسیده‌ام ۱۰/
یک املت متفاوت ۱۲/
کتاب‌های شیرین ۱۳/
یک مهمانی بی دردسر ۱۴/
تو بگو چقدر به فکرشی؟ ۱۶/

صاحب‌امتیاز:
شهر داری مشهد
مدیر مسئول:
سید میثم موسوی مهر
سردبیر:
سید سجاد طلوع هاشمی
دبیر ضمانت:
ارژنگ حاتمی
دبیر کوله‌پشتی:
طیبه سادات ثابت
گرافیک و صفحه‌آرایی:
ملک جمعی

بست الکترونیک:
sabet@shahrara.com
نشانی سایت:
shahraranews.ir/fa/kids
پیام‌رسان روزنامه: ۰۶۰-۵۴۶۵۸۰۹۰
نشانی: خیابان کوهسنگی
ابتدای کوهسنگی ۱۵
توزیع مرکزی: ۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۳۷۲۸۸۸۸۱
توزیع و امور مشترکین:
۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۰۵۱
داخلی ۴۷۱ و ۴۷۲

دو میوه کمتر شناخته شده

از قدیم ندیم ها این ضرب المثل ارزشمند به یادگار مانده است که: «عقل سالم در بدن سالم است.» اگر می خواهید همیشه دانا و باهوش باشید باید بدنی قوی و سالم داشته باشید. شاید همین یک جمله در اهمیت سلامتی کافی باشد تا ما بیشتر به فکر تغذیه سالم خود باشیم. میوه ها و خوراکی های هر فصل یکی از راه های رسیدن به سلامتی است. امروز می خواهیم شما را با دو میوه پاییزی یعنی «به» و «کنار» آشنا کنیم:

به:



به، یک میوه سرشار از سدیم، پتاسیم، کلسیم، منیزیم، آهن، فسفر و ویتامین هایی مانند A و K است. خواص به برای سلامت بدن پر شمار است. مصرف به چه به صورت پخته و چه به شکل خام سیستم ایمنی بدن شما را بالا می برد و نمی گذارد به بیماری های گوارشی و بیماری های تنفسی مثل سرما خوردگی دچار شوید.

کنار:



کنار، یا سدر میوه گرمسیری و خوشمزه ای است که دو گونه ی گرد و بیضی شکل دارد، این میوه سرشار از آهن و فسفر است که اجزای اصلی تشکیل دهنده گلبول های خون هستند و به همین دلیل برای کسانی که کمبود آهن یا مشکل کم خونی دارند بسیار مفید است.

این میوه گرمسیری به علت داشتن کلسیم، فسفر و آهن باعث تقویت استخوان و جلوگیری از پوکی آن نیز می شود، باید بدانید که کنار یک آنتی اکسیدان طبیعی است که سرشار از ویتامین A و C است و گلبول های سفید دستگاه ایمنی بدن را تقویت می کند، مواد موجود در کنار نیز می توانند خون را تصفیه کنند.

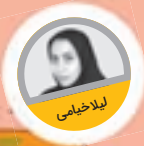


کلاه و باد

باد آمد و هو هو کرد
انگار که شوخی داشت
آمد و کلاه را
از روی سرم برداشت

همراه کلاهم زود
آن سمت خیابان رفت
چرخي زد و هو هو کرد
بامزه و خندان رفت

گفتم که منم بازی
فریاد زدم؛ فریاد
آن وقت دویدم زود
دنبال کلاه و باد





جعبه شفاف هدیه

چطوری درست کنیم؟

دوستان عزیز روز پرستار نزدیک است ممکن است در اطراف یا فامیل شما یک پرستار وجود داشته باشد و شما بخواهید یک هدیه کوچک برای خدا قوت به او هدیه دهید.

گاهی نمی توانید، هدیه هایتان را به خاطر اندازه و شکلش درست و زیبا کادو کنید. دوست دارید یک جعبه زیبا درست کنید که هدیه ی خود را درون آن قرار دهید. پس دست به کار شوید! سروه بتری را با کمک بزرگ ترها برش بزنید و روی هم تا کنید تا خطی ایجاد شود. بدنه بتری را باز کنید، دو خط را روی هم قرار دهید دوباره تا کنید، جعبه شما چهار ضلعی می شود. به اندازه ی کف جعبه، مقوای رنگی برش دهید و به هم بچسبانید. روبانی را مطابق شکل دور جعبه بچسبانید. البته با همین روش می توانید با تلق هم جعبه های دیگر درست کنید. در انتها با مقوادر جعبه را با سلیقه ی خودتان درست کنید. حالا شما یک جعبه زیبای هدیه دارید.



چی لازم داریم؟

در جعبه

شیرازه و تلق استفاده شده یا بتری

قیچی

روبان



یک نقشه‌ی خوب دسته‌جمعی



برای مامان خوبی که پرستار است



نشده باید خودمان را به بیمارستان برسانیم.»
بابا که داشت کیک پخته شده را از فر بیرون می‌آورد، گفت: «تا شما آماده شوید، کیک هم خنک شده.» بعد هم با اشاره به سینا فهماند که به کیک ناخنک نزند. بچه‌ها که همراه کیک و حلقه‌ی گل و بابا راه افتادند سمت بیمارستان. خیابان خیلی شلوغ نبود برای همین خیلی طول نکشید که به بیمارستان برسند. جلوی در بیمارستان یکی از نگهبان‌ها تا بچه‌ها را دید، لبخندی به بزرگی یک قاچ هندوانه زد و گفت: «به به کیک! به به غافل‌گیری! حتما مامانتان خیلی خوش حال می‌شود.» بعد هم همراه بچه‌ها و بابا راه افتاد سمت اتاق پرستاری و گفت: «همراهتان می‌آیم تا هم راهنمایی‌تان بکنم و هم کمی کیک بخورم. از بویش معلوم است که خوش مزه شده.»

مامان در اتاق پرستاری مشغول مرتب کردن وسایل کارش بود که بابا و سینا و ریحانه با خنده و شادی از راه رسیدند. چند تا دکتر و پرستاری که توی اتاق بودند، با دیدن بچه‌ها، کیک و حلقه گل حسابی شگفت‌زده شدند. مامان سرش را بلند کرد و با دیدن بچه‌ها و بابا حسابی غافل‌گیر شد. بابا حلقه‌ی گل را انداخت دور گردن مامان و گفت: «روزت مبارک باشد قهرمان!»

سینا و ریحانه هم کیک خوش بورا دادند دست مامان. مامان که حسابی هیجان‌زده شده بود، با خوش حالی گفت: «خیلی ممنون. اگر گفتید حالا وقت چی است؟»

بابا، دکترها، پرستارها و آقای نگهبان یک صدا جواب دادند: «وقت خوردن کیک.» مامان لبخندی زد و گفت: «کیک را هم می‌خوریم اما

همه دوست دارند وقتی برای کسی جشن می‌گیرند، او را غافل‌گیر و حسابی خوش حالش کنند. سینا و ریحانه هم دلشان می‌خواست همین کار را بکنند.

ریحانه گفت: «خیلی وقت نداریم. زود باش.» سینا سری تکان داد و یکی یکی تخم مرغ‌ها را ریخت توی مواد کیک. بعد هم مشغول هم زدن شد. ریحانه سریع بابا را صدا زد تا بیاید و فر را روشن کند. بعد هم قالب کیک را آماده کرد. مایع کیک که رفت توی فر، ریحانه و سینا لبخند زنان به هم نگاه کردند و گفتند: «فقط مانده به گل‌فروشی سر کوچه سفارش گل بدیم.» بعد هم دویدند و گوشی تلفن را برداشتند و سفارش دادند. خیلی طول نکشید که مایع کیک حسابی پف کرد و خانه پر شد از بوی کیک. توی این مدت بابا هم به گل‌فروشی رفت و بایک حلقه‌ی گل خوشگل از راه رسید.

سینا تا حلقه‌ی گل را دید، لبخندی زد و گفت: «ایول، مثل حلقه‌ی گل قهرمان‌ها است!» ریحانه لبخندی زد و گفت: «خب مامان هم یک جورهایی قهرمان است. قهرمان همه‌ی مریض‌های توی بیمارستان.»

بابا که بوی کیک خوش مزه به دماغش خورده بود، گفت: «خب بچه‌ها، تا دیر نشده باید راه بیفتیم سمت بیمارستان تا کیک را زودتر بخوریم.» بعد لبخندی زد و دستپاچه ادامه داد: «منظورم این بود که تا شیفتم مامان تمام





قشنگ افتاده بود. با حلقه‌ی گل دور گردنش و لبخند روی لبش مثل فرشته‌ها شده بود! کیک هم عالی افتاده بود. از عکسش معلوم بود حسابی خوش مزه است.

الان وقت گرفتن یک عکس یادگاری است..» این جوری شد که همه کنار هم ایستادند و یک عکس خانوادگی خیلی قشنگ گرفتند و بعد یک عکس گروهی. مامان توی عکس‌ها خیلی



رئیس تاکسی‌های خطی شو

اگر علاقه مند به شرکت در بازی هایی هستید که به عنوان یک رئیس همه گوش به فرمان شما باشند پیشنهاد می کنم، با بازی «تاکسی خطی» بیشتر آشنا شوید.

بچه های عزیز، در این بازی شما خط تاکسی های خودتان را راه اندازی می کنید و در طی مراحل مختلف، تاکسی ها و راننده های خود را مدیریت می کنید.



باید بدانید شما در این بازی مهیج، نقش رئیسی را دارید که می تواند تاکسی های خطی شهر خود را ارتقا دهد و ماشین های بهتری وارد مسیرهای مختلف کند. از ماشین های ال ۹۰ بگیر تا دنا پلاس و بنز. فقط از شما دستور می گیرند که در خط مشغول خدمت رسانی به مسافران باشند یا در پارکینگ بمانند. اگر دوست دارید مدیریت تاکسی های خودتان را داشته باشید و با بهترین ماشین ها به مسافران خدمت رسانی کنید، همین الان این بازی را نصب کند.



کد روبه رورا
اسکن کنید.

اسکن کنید





مثل ذره بین دقیق باش

بچه های عزیزی که از ویژگی های ذره بین، دقیق بودن و نشان دادن کوچک ترین نقطه ها است که در حالت عادی ممکن است از چشم ما پنهان بماند. حالا از شما می خواهیم که با دقت در تصویر کلاس زیر، ۱۵ تفاوت را پیدا و ثابت کنید که چقدر دقیق هستید و می توانید کوچک ترین تفاوت ها را تشخیص دهید.





پایان
آفرین که با ما
همراه بودی و
مسئولیت پذیری را
یاد گرفتی. به پایان
بازی رسیدی. خسته
نباشی.



چه کار خوبی می کنی که
حواست به ساعت است و کارهای
را بموقع انجام می دهی. یک خانم
برو جلوتر.



برادر کوچولویت مشکلی دارد.
کار بدی می کنی که کمکش نمی کنی!
به خانه ی ۲۸ برگرد و کمک به
دیگران را یاد بگیر.



یک بار تاس نریز.

آفرین
که تکالیف
مدرسه را خودت
انجام می دهی.
یک خانه برو
جلوتر.



مگر قرار نبود
جوراب هایت این طرف و آن طرف
نیندازی؟ چرا فراموش کردی؟
یک خانه عقب برگرد.



مسئولیت پذیر 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 از چنگ مارهای نیش نیشو فرار کند و به نقطه ی پایانی برسد. هدف این بازی آموزش مسئولیت پذیری به کودکان است. بچه ها همراه بازی یاد می گیرند که چگونه مسئولیت بعضی کارها را به عهده بگیرند و مسئولیت پذیر باشند.



عبدالله سعیدی
ریاضی



صبح به خیر. وای!
فراموش کردی تختخوابت را
مرتب کنی. ۲ خانه به عقب برگرد و
تختخوابت را مرتب کن.



شروع:
بچه ها آماده اند تا مسئولیت بعضی از
کارها را قبول کنند. با آن ها همراه شو تا
کمکشان کنی. تاس بریز و شروع کن.





نباید تکلیف کلاس علومت را نیمه کاره رها کنی. کجا با این عجله؟! به خانه ی ۳۹ برگرد و کاری را که شروع کردی تماش کن.



گلدان را شکستی؟ وای، چرا مخفی اش می کنی؟ ۲ خانه عقب برگرد و مسئولیت کار اشتباهت را قبول کن و همه چیز را به مامان بگو.



چه کار خوبی کردی به گل آب دادی. آفرین! یک خانه برو جلو و از نردبان بالا برو.

باتاس فرد حرکت کن.

چه کار خوبی می کنی از جوجه ات مواظبت می کنی و به او غذا می دهی. آفرین! یک خانه برو جلوتر.



آفرین که خودت لباس می پوشی و آماده ی رفتن به مدرسه می شوی. ۲ خانه جلو برو تا زودتر به مدرسه برسی.

گفتگو با یک دانش آموز نمونه و کوهنورد و سوارکار برتر:



به قله که می رسم، انگار به هدفم رسیده ام



شبنم کریمی

بچه ها تا به حال توانسته اید از بالای کوه، جهان هستی را ببینید؟ هستی جعفری، ۱۱ ساله و دانش آموز پایه ششم واحد یک دبستان دخترانه امام حسین (ع) است. از چهار سالگی تاکنون همراه پدرش کوهنوردی کرده، اما نخستین تجربه موفقیت خود را شش سالگی با دریافت کمربند زرد رشته هاپکیدو (دفاع شخصی) تجربه کرده است. اواز هفت سالگی تا به حال در رشته سوارکاری نیز مشغول به فعالیت بوده و صاحب رتبه های برتر در این رشته های ورزشی است. گفت وگویی ما با هستی را در ادامه بخوانید.

به دست آوردن سلامتی و آرامش

به دلیل اینکه پدرم در این رشته های ورزشی فعالیت می کند من هم علاقه مند شدم و تا زمانی که بتوانم، دوست دارم این راه را ادامه بدهم. زیرا کوه با عظمتش به من آرامش می دهد.

طعم موفقیت واقعی را مهر ۱۳۹۹ در مسابقات سوارکاری پونی کلاب سطح ۲ در بین باشگاه های سوارکاری مشهد با کسب مقام دوم و مرداد ۱۴۰۱ هم در مسابقات پونی کلاب پیشرفته از میان باشگاه های سوارکاری مشهد با کسب رتبه اول چشیدم.

۵ ساله بودم که در رشته کوهنوردی، صعود به قله ۱۵۰۹ متری زو مشهد را تجربه کردم. پس از آن، صعود به قله ۲۵۹۵ متری چمن ۱ و صعود به قله ۲۵۱۹ متری زشک در سن ۷ سالگی، صعود به قله ۲۰۷۴ متری کنگ در ۸ سالگی، صعود به قله ۳۲۱۱ متری بینالود در سن ۹ سالگی، صعود به قله ۳۳۱۶ متری شیرباد (بام خراسان بزرگ) در سن ۱۰ سالگی و اکنون نیز صعود به قله ۴۰۷۵ متری شیرکوه (بام استان یزد) در سن ۱۱ سالگی را به عنوان به یادماندنی ترین موفقیتیم تا امروز در کارنامه خود ثبت کرده ام. فایده کوهنوردی را در به دست آوردن سلامتی و آرامش می دانم و امیدوارم به زودی موفق به فتح قله ۵۶۷۱ متری دماوند (بام ایران) شوم.





افتخاری بالاتر از سگوی ورزشی

به جز ورزش، شرکت هر ساله در مراسم پیاده روی اربعین حسینی از ۲ سالگی تا ۵ سالگی و آخرین بار در سن ۱۰ سالگی یکی از افتخارات من است.

همچنین با برنامه ریزی درست تلاش می‌کنم مشکلی برای درسم پیش نیاید و در این زمینه هم موفق باشم. برای آینده با توجه به علاقه‌ام به حیوانات، امیدوارم بتوانم در رشته دام پزشکی ادامه تحصیل بدهم و در ورزش، در رشته سوارکاری و کوه‌نوردی تمام تلاش‌م را برای به دست آوردن موفقیت‌های بیشتر و درخشان‌تر انجام دهم. به دوستانم نیز می‌گویم همیشه قوی باشند، هیچ وقت تسلیم نشوند و برای رسیدن به هدفشان تلاش کنند. موثرترین دلیل موفقیت‌م را پس از لطف خدا و تلاش و پشتکار خودم، پشتیبانی و هدایت پدر و مادر و مربی‌هایم می‌دانم و از آن‌ها سپاسگزارم.



به شرط تسلیم نشدن

هر ورزشی ممکن است در کنار نقاط قوتش سختی‌هایی هم داشته باشد، مثلاً در ورزش کوه‌نوردی پس از صعود به قله‌های سنگین، همیشه چند روزی دچار گرفتگی عضلات می‌شوم یا در سوارکاری هنگام پرش از موانع، چند دفعه از اسب سقوط کرده‌ام که به لطف خدا با آموزش‌هایی که دیده‌ام و استفاده از وسایل ایمنی فعلاً از حادثه‌گریخته‌ام. برای موفقیت در کوه‌نوردی، داشتن آمادگی جسمانی مناسب و روحیه قوی، سخت بودن و تسلیم نشدن، صبور بودن، تلاش فراوان و امکاناتی مانند کوله‌پشتی، کفش، کاپشن، کیسه خواب و چادر مخصوص کوه‌نوردی از ابتدایی‌ترین لوازم مورد نیاز در این رشته است.



یک دانش‌آموز نمونه

سه روز پیش در تقویم، روز دانش‌آموز بود. من نقش یک دانش‌آموز خوب و نمونه در مدرسه را این‌گونه می‌دانم که با ادب باشد، تکالیفش را انجام بدهد و برای پیشرفت علم و فرهنگ کشورش تلاش کند. در خانه هم باید به پدر و مادر خود احترام بگذارد و در کارهای خانه به آن‌ها کمک کند.



این جهان زیبا

بعضی افراد تصور می‌کنند ورزش کوه‌نوردی خطرناک یا خشن است، اما من فکر می‌کنم در هر رشته ورزشی که به صورت حرفه‌ای انجام نشود احتمال حادثه وجود دارد. با این حال، کوه به انسان آرامش می‌دهد و این عظمت و بزرگی کوه بیشتر از هر چیزی برایم جذاب است. احساس من وقتی به قله می‌رسم این است که به هدفم رسیده‌ام و این جهان خیلی زیبا و بزرگ است، همچنین برای رسیدن به هدف باید تلاش کنم.

برای پیروزی در کوه‌نوردی، روح و جسم هر دو باید قوی باشند. زیرا جسم باید تلاش کند و بعد از خستگی، روحیه بالا، کوه‌نورد را به قله می‌رساند. اما اگر روزی بخواهم ورزش دیگری جز کوه‌نوردی را انتخاب کنم حتماً سوارکاری و بدنیتون خواهد بود.





یک املت متفاوت

آن روز هلیا و مادرش قرار بود با کمک هم املت درست کنند. البته این املت با املت های دیگر که با گوچه درست می شود فرق داشت. هلیا منتظر بود تا زودتر املت جدید را امتحان کند. مادر پیاز و فلفل دلمه ای را خرد کرد. بعد هلیا تخم مرغ ها و مقداری جعفری را آورد. مادر تخم مرغ ها را داخل ظرفی شکست. بعد جعفری را هم خرد کرد و داخل ظرف ریخت. هلیا نمک و فلفل و ادویه را به مادر داد تا به مواد اضافه کند. مادر همه مواد را داخل تخم مرغ ها ریخت و خوب هم زد. بعد داخل ماهیتابه مقداری روغن ریخت و مواد را داخل آن ریخت. وقتی یک طرف آن سرخ شد آن را برگرداند. بعد از چند دقیقه املت جدید آماده بود. هلیا املت جدید را خیلی دوست داشت.

بچه ها فلفل دلمه ای یکی از سبزیجات مقوی است که برای قلب، چشم و پوست ما مفید است و کلی ویتامین دارد. فلفل دلمه ای توی این روزها که هوا دارد کم کم سرد می شود برای بدن ما لازم است.



چی لازم داریم؟

فلفل دلمه: یک عدد

پیاز: یک عدد

تخم مرغ: سه عدد

جعفری: به میزان لازم

نمک و فلفل و ادویه به میزان لازم





کتاب‌های شیرین

داستان ما درباره چترقشنگی است که امیدوار است صاحبش دختر کوچولو، او را همراه خود بیرون ببرد و باز کند، اما آیا پاییز امسال که هنوز باران درست حسابی نباریده است، دختر کوچولو به چتر نیازی دارد؟ لباس‌های یکی از کمد قهوه‌ای بیرون آمدند و نفسی تازه کردند، اما چتر هنوز توی کمد مانده بود؟ چند روز دیگر هم گذشت تا اینکه سرانجام یک روز دخترک چتر را با خود به بیرون از خانه برد و چتر از این فرصت استفاده کرد تا بتواند ماجراجویی کند؟ اما چطور... اگر شما هم مثل من مشتاق هستید بدانید چطور یک چتر کوچک ماجراجویی می‌کند. پیشنهاد می‌کنم کتاب چتر بسته را مطالعه کنید. این کتاب مناسب سن ۷ تا ۱۰ سال است.



چتر بسته
نام نویسنده: ناصر کشاورز
سال نشر: ۱۳۹۵
اسم نشر: انتشارات پرنده آبی

روز عجیبی برای دانه‌های انار بود. اول که با بادورچه وورچه کردند و بعد یک دفعه‌ای احساس کردند که دیگر روی شاخه‌های درخت نیستند، آن بیرون صداهای عجیب و غریبی می‌آمد، اما آن صداها، صدای چه کسانی بودند، آیا واقعا انار روی زمین افتاده بود یا هنوز به شاخه وصل بود؟ دانه‌ها بعد از کلی فکر کردن، تصمیم گرفتند به بیرون از انار بروند، اما چه طور؟ اگر شما هم مثل من دوست دارید بدانید که دانه‌ها چطور از پوست خود جدا می‌شوند، پیشنهاد می‌کنم کتاب «آن بیرون چه خبر است» را مطالعه کنید. این کتاب مناسب سن ۸ تا ۱۱ سال است.



آن بیرون چه خبر است؟
نام نویسنده: زهرا نعمت الهی
سال نشر: ۱۳۹۸
اسم نشر: انتشارات مهرسا

یک مهمانی بی دردسر



مرجان اسماعیلی

حتما شما هم زیاد مهمانی رفته‌اید. توی مهمانی به آدم خیلی خوش می‌گذرد؛ چون با دوستانمان حرف می‌زنیم و بازی می‌کنیم و خوراکی‌های خوشمزه می‌خوریم. با اینکه مهمانی رفتن خیلی خوب است، اما باید حواسمان باشد که مهمانی هم قوانین خودش را دارد که اگر آن‌ها را رعایت نکنیم ممکن است برای خودمان و بزرگ‌ترها دردسر درست کنیم.



موقع وارد شدن کفش‌ها را این طرف و آن طرف پرت نکنیم. آن‌ها را مرتب پشت در بگذاریم که نظم جلوی خانه به هم نریزد.

راست می‌گی حواسم نبود. خوب شد گفتی!

پویا این طوری کفش‌اتو ننذاز جلوی در. بذارشون تو جاکفشی. خوب نیست جلوی در.

با لباس و سر و وضع تمیز و مرتب به مهمانی برویم. این طوری نشان می‌دهیم که صاحب خانه برای ما مهم است.

موقع بازی کردن با بچه‌ها سروصدای زیادی نداشته باشیم چون ممکن است مزاحم صاحب خانه یا همسایه‌ها بشویم.

ای بابا زود باشین دیگه نوبت منه....

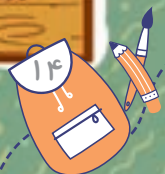
نه خیر هنوز تموم نشده...

من برنده شدم... آخ جون...

به وسایل صاحب خانه دست نزنیم و اگر چیزی لازم داریم حتما از صاحب خانه اجازه بگیریم چون ممکن است ناراحت شوند.

آره برش دار اشکالی نداره صدف جون.

سارا جون می‌تونم عروسکت رو بردارم. چقدر خوشکله!



در جمع کردن سفره کمک کنیم تا صاحب خانه هم به خاطر کار زیاد خسته نشود.



موقع خوردن میوه یا غذا مواظب باشیم که خوراکی ها روی میز یا فرش نریزند و خانه کثیف نشود.



موقع خدا حافظی حتما از صاحب خانه تشکر کنیم چون خیلی زحمت کشیده اند تا به ما خوش بگذرد.



به وسایلی که ممکن است بیفتند یا بشکنند دست نزنیم چون خطرناک اند.



تو بگو چقدر به فکرشی؟

مامان، بابا، خواهر یا برادر. جمع این ها میشن خانواده. می دونین بچه ها داشتن یک خانواده، نعمت بزرگیه که باید قدر اون رو دونست. بعضی ها قدر نعمت هایی رو که دارن می دونن. بعضی ها هم هی یادشون میره که باید رفتار خوبی بانزدیکان و خانواده و دیگران داشته باشن و چون یادشون میره، باید به اون ها به شکل های مختلف نشون داد و یادآوری کرد که هوای آدمای خوب زندگی شون رو داشته باشن. من و بابا و داداشم می شیم سه تا آقا توی خونه مون. بابام میره اداره. مامانم هم اداره میره هم خونه داری می کنه. من همه خانوادم رو دوست دارم، اما راستش رو بگم، من خیلی هوای مامانم رو دارم.



سلام اسم من شروین شقایق است. پیش دبستانی ۲ میرم. یه برادر دارم که از من بزرگ تره و کلاس هفتمه. من برادرم رو خیلی دوست دارم.



درسته که من هنوز مدرسه نمیرم، اما از انجام تکلیف و نقاشی و مشق نوشتن خوشم میاد. می رم پیش داداشم اما حواسشو پرت نمی کنم.





ما بچه‌ها باید هوای مامانمون رو داشته باشیم.
من درک می‌کنم که مامانم کارمنده و ممکنه خسته باشه.
من یاد گرفتم بعضی از کارهای آسون شخصی‌ام را خودم
انجام بدم. مثل الان که دارم لباسام رو که مامان شسته،
تا می‌کنم تا مرتب باشند و هر وقت لازمشون دارم زود
پیدا شون کنم.

مامان که از اداره برمی‌گرده، می‌خواد همه جارو جمع و جور کنه
و هر روز کارهای خونه رو انجام میده. منم برای اینکه بهش نشون
بدم چقدر دوستش دارم، وسایل توی اتاقم و اسباب بازی‌هام
رو جمع می‌کنم تا از کار من خوش حال بشه.



راستی یادم رفت بگم که من عاشق درختا
هستم. تو هر فصلی من درختا رو دوست دارم و
همیشه مراقبشونم. الان که پاییزه برگاشون ریخته.
زمستونا می‌خوابن تا بهار برگای سبز تازه‌ای دربیارن.
این برگا رو جمع می‌کنم برای کاردستی!



من همیشه دوست دارم بطری‌ها و ظرفای
پلاستیکی رو که بازیافت میشن، کنار بگذارم
تا بابا اونارو به بازیافت بده.



باتشکر از عکاس محترم مامان شروین

