

روشد

برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم دبستان

شماره‌ی پیاپی ۲۷۸
۳۲ صفحه • ۸۰۰۰ ریال

کتابی این‌جا، یک دنیا
ما هم کتاب‌رسانی کنیم!



رام‌کردن اسب‌ها • رفتیم نوبی تونل! • پرنده و بهار



۵ اردیبهشت

شکست حمله‌ی نظامی آمریکا در طبرس

در سال ۱۳۵۹ رییس‌جمهور آمریکا (جیمی کارتر) دستور داد چند هواپیما به آسمان ایران حمله کنند. این هواپیماها در صحرای طبرس دچار توفان شن شدند و از بین رفتند. حمله‌ی آمریکا به ایران شکست خورد و تعداد زیادی از نظامیان این کشور نیز کشته شدند.

فیلم توفان شن، ساخته‌ی «جواد ششمقدری» در سال ۱۳۷۵ این اتفاق را به تصویر کشیده است.

۱۰ اردیبهشت

روز خلیج فارس

این روز، روز اخراج متجاوزان پرتغالی از تنگه‌ی هرمز و خلیج فارس است. به همین مناسبت، روز دهم اردیبهشت را روز خلیج فارس نامیده‌اند.

نام زیبایی همیشه
در دل ما نقش بسته
موج‌های مثل تندر
پشت دشمن را شکسته

تو مدال افتخار
سینه‌ی ایرانیانی
پاس می‌داریمت از جان
عشق هر پیر و جوانی

تو جدایی ناپذیری
چون که در دل ریشه داری
آرزو دارم چو باران
تا ابد بر ما بباری

در دل هم‌میهنانم
عشق پاکت کرده ریشه
افتخار خاک ایران
دوستت دارم همیشه

سروده‌ی حسین بزرگی



۱ اردیبهشت

روز بزرگداشت سعدی

اول اردیبهشت، تولد شاعر بزرگ قرن هفتم هجری، شیخ‌مصلح‌الدین سعدی شیرازی است. از سعدی کتاب‌های گلستان و بوستان و دیوان اشعار به جامانده است. همه‌ی فارسی‌زبانان جهان، آثار سعدی را گنجی نابود نشدنی می‌دانند.

آداب سخن

یکی از حکما شنیدم که می‌گفت: هرگز کسی به چهل خویش اقرار نکند مگر آن کس که چون دیگری در سخن باشد. تمام ناگفته، سخن آغاز کند.

سخن را سر است، ای خردمند و بن
میاور سخن در میان سخن
خداوند تدبیر و فرهنگ و هوش
نگوید سخن، تا نبیند خموش
گلستان سعدی

۲ اردیبهشت

تولد حضرت علی (ع)

گفتم علی!
از جای خود برخاستم
از او مدد
در راه حق می‌خواستم

گفتم علی!
تا آفتاب از نو دمید
با یاد او
غم از دل من پر کشید

گفتم علی!
چون روز نو آغاز شد
از شوق او
«هی» زد دلم بر اسب خود

گفتم علی!
با اسب دل بر تاختم
من راه را
با یادش آخر یافتم

از کتاب «برف و بهار» سروده‌ی شکوه قاسم‌نیا

۱۶ اردیبهشت

روز مبعث پیامبر اکرم (ص)

صدامی گفت: بخوان.

محمد جواب داد: چه بخوانم؟³

صدا گفت: بخوان به نام پروردگارت که آفرید.

فرشته گفت: ای محمد! تو رسولِ خدائی، برخیز و مردم را به فرشته‌ای که از طرف خدا می‌آید با پیامبران سخن می‌گوید. محمد(ص) فهمید که این صدای فرشته‌ی خداست. همان

سوی خدای یکتا دعوت کن.

پیامبر دریافت که خداوند مسئولیت بزرگی به عهده‌اش گذاشته است. حالا او باید



مردم را به دین اسلام دعوت می‌کرد و آن‌ها را

از پستی و ظلم و ستم
بازم داشت. اما این کار

سادهای نبود.

نوشته‌ی ابراهیم حسن بیگی
از «کتاب آفتاب مهربانی»

۱۶ اردیبهشت

روز بزرگداشت فردوسی

کجا رنج تو بهر دیگر کس است؟
تو را زین جهان شادمانی بس است

سروش زیر گرد اندر آید همی
برو، نیز شادی سر آید همی

پرستیدن دادگر پیشه کن
ز روز گذر کردن، اندیشه کن

ره رستگاری همین است و بس.
بترس از خدا و میازار کس

فردوسی یکی از بزرگ‌ترین شاعران ایران است و شاهنامه مهم‌ترین اثر اوست. آرامگاه سرایندهی «شاهنامه» در شهر توس (استان خراسان رضوی) جای دارد.

اردو

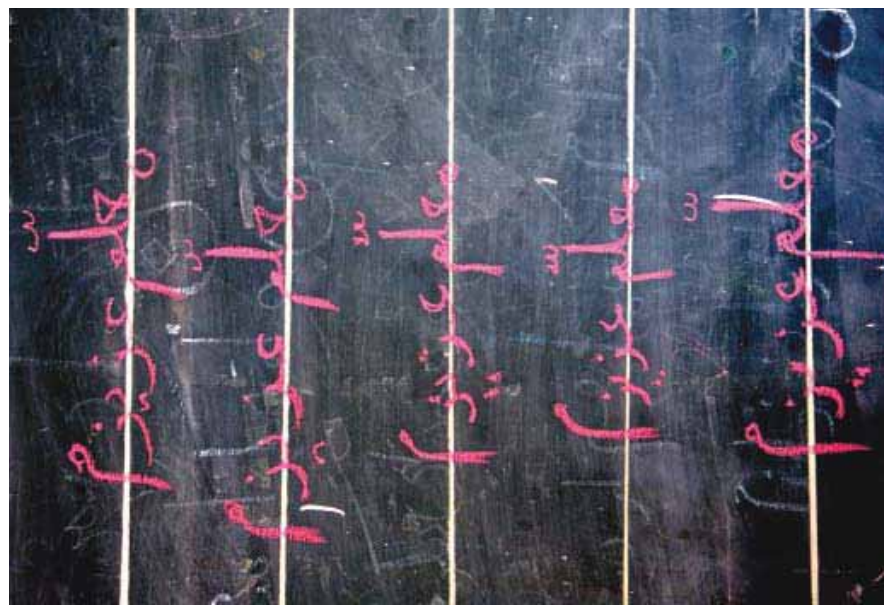
روز کاغذ

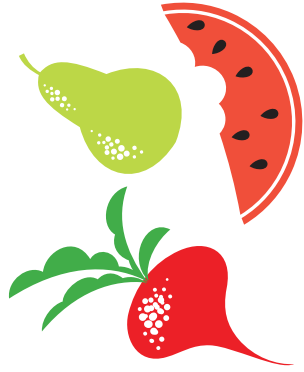


۱۲ اردیبهشت

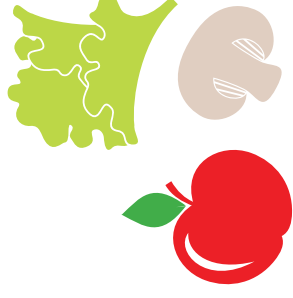
روز معلم 3

شهادت استاد مرتضیٰ مطهری در سال ۱۳۵۸





نغذیه



پدربزرگ مجید به جای شیرینی، همیشه برای آن‌ها میوه می‌آورد.
پیامبر مهربان ما فرمودند: هر که میوه بخورد یا غذای خود را با آن آغاز کند، ضرری به او نرسد.



جلیل همه‌ی غذاهای مادرش را دوست دارد اما پرخوری نمی‌کند.
پیامبر اکرم (ص) فرمودند: هیچ چیز نزد خداوند بدتر از شکم پر نیست.



ملیحه داشت شعری را حفظ می‌کرد. از مادرش پرسید: «غیر از تمرین، می‌توانم کار دیگری هم بکنم که حافظه‌ام تقویت شود؟» مادر گفت: «بعضی خوردنی‌ها برای حافظه خوب است.»
پیغمبر اسلام (ص) فرمودند: پنج چیز فراموشی را برطرف می‌کند و حافظه را قدرت می‌بخشد: مسواک زدن، روزه، خواندن قرآن، خوردن عسل و خوردن کندر.



محدثه هیچ وقت سر کلاس خسته نمی‌شد. هیچ وقت خوابش نمی‌گرفت و همیشه شاداب و سر حال بود. همکلاسی‌اش از او پرسید: «چه کار می‌کنی که همیشه سر حال هستی؟» محدثه گفت: «به حدیث امام اول عمل می‌کنم.»
امام اول شیعیان، حضرت علی بن ابی طالب (ع) فرمودند: هر کس دوام و عمر زیاد می‌خواهد، صبحانه بخورد.

خواهر و برادر هادی سعی می کنند وسط غذا آب نخورند. هادی هنوز به این کار عادت نکرده است. پیغمبر دانای ما در میان غذا آب نمی نوشیدند و همواره می فرمودند این کار، هضم غذا را سخت می کند.

دخترهای فامیل برای تزئین سفره ی مهمانی، از چیزهای مختلفی استفاده می کردند. مریم دوست داشت همهی خوراکی های سفره، سالم و مقوی باشند. به خاطر همین سفره را با انواع سبزی ها تزئین می کرد.

امام صادق (ع)
فرمودند: هر چیزی زینتی دارد و زینت سفره، سبزی است.



معصومه وقت های ی که دلش یک خوردنی کوچک می خواست، سنجد می خورد.

امام جعفر صادق (ع) فرمودند: سنجد بخورید. گوشت آن گوشت را می رویاند و هسته اش استخوان را و پوستش پوست را تقویت می کند. سنجد، کلیه ها را تقویت می کند، معده را پاکیزگی می دهد و ساق ها را نیرو می بخشد.

محسن دوست داشت بداند چه کار کند که مهمان ها موقع غذا خوردن راحت باشند. پدرش روایتی از پیامبر اکرم (ص) برای او خواند.

رسول خدا (ص) فرمودند: صاحب خانه باید پیش از مهمان، خوردن غذا را آغاز کند و پس از او، دست از غذا خوردن بکشد.

منابع:
۱. من لایحضره الفقیه ۲. بحار الأنوار ۳. صحیفه الإمام الرضا علیه السلام
۴. مکارم الأخلاق

صادق همیشه کمی صبر می کرد و بعد با آرامش آب می خورد. او می دانست که آب خوردن با عجله، برای سلامتی انسان ضرر دارد.

حضرت علی (ع) فرمودند: با سه یا دو نفس آب بیاشامید.

معلم شاهین گفت: «ما برای حفظ سلامتی باید با روش درست غذا بخوریم.»

امیر المومنین (ع) فرمودند: تا گرسنه نشده ای، غذا نخور... و از پای سفره برخیز، پیش از این که کاملاً سیر شوی.



پدر مهدی باید خیلی زود به محل کارش می رفت. او وقت نداشت صبحانه بخورد. او چند عدد کشمش خورد و به محل کارش رفت.

پیامبر اکرم (ص) فرمودند: هر که برای صبحانه یازده دانه ی کشمش بخورد سالم می ماند.

هاجر هیچ وقت فراموش نمی کند که قبل از خوردن غذا، دست های اش را بشوید. او حتی وقتی در سفر است، از مایع ضد عفونی کننده ی دست استفاده می کند. گاهی هم از دستمال ضد عفونی کننده.

حضرت علی (ع) فرمودند: شستن دست ها پیش از خوردن و پس از آن، روزی شما را افزون می کند.

مادر زهرا همیشه به بچه ها می گوید: «تند تند غذا نخورید. نباید در غذا خوردن شتاب داشته باشیم. سر سفره به ما خوش می گذرد.»

امام صادق (ع) فرمودند: نِشستن بر سر سفره را طولانی کنید.

یاقوتم را بده

پادشاهی بود که مثل بیشتر پادشاه‌های ظالم، به طلا و جواهر علاقه‌ی زیادی داشت! یک روز او در راه شکار، روی شاخه‌ی درختی کلاغی دید. کلاغ، یاقوتی به نوکش گرفته بود. پادشاه، به کمانداران گفت کلاغ را بزنند. با پرتاب اولین تیر، کلاغ از روی شاخه بلند شد و پرواز کرد. با تیرهای بعدی، کلاغ به این طرف و آن طرف پرید. سرانجام هم یاقوت را رها کرد و رفت.

وقتی پادشاه یاقوت را به دست گرفت متوجه شد قشنگ‌ترین یاقوتی است که در عمرش دیده است. دیگر شکار و تفریح را فراموش کرد و تا وقتی که به قصر رسید، غرق تماشای یاقوت بود.

صبح روز بعد، کلاغ آمد پشت پنجره و قارقار کرد. یک جوری هم قارقار می‌کرد که انگار می‌گفت یاقوتم را بده! یاقوتم را بده! پادشاه پنجره را باز کرد و با پرتاب کفش، او را فراری داد. اما کلاغ دست برنداشت و روزهای دیگر هم آمد. روز سوم پادشاه کمائی آماده کرده بود. تا کلاغ روی شاخه نشست، مهلتش نداد و با تیری او را به درخت دوخت. وقتی خون کلاغ چکه‌چکه روی زمین می‌ریخت، پادشاه خندید و گفت: «یاقوتم را بده!... یاقوتم را بده!... قارقارا!»

شب، پادشاه خواب دید که از هر قطره خون کلاغ که روی زمین می‌چکد، کلاغ دیگری زنده می‌شود و وقتی روی شاخه‌ی درخت می‌نشیند، می‌گوید: «یاقوتم را بده... یاقوتم را بده...»

کلاغ‌ها آن قدر زیاد شدند که تمام قصر را گرفتند. پادشاه وحشت‌زده از خواب بیدار شد. اما هنوز هم صدای قارقار کلاغ‌ها می‌آمد بدون این که کلاغی در کار باشد.

این کابوس وحشتناک، دست از سر پادشاه برنداشت. هر شب با صدای قارقار کلاغ‌ها از خواب می‌پرید. در بیداری هم تا صدای قارقاری می‌شنید، می‌گفت: «بروید کلاغی را که می‌گوید یاقوتم را بده خفه کنید.» خیلی زود خبر یاقوت و کلاغ خواب‌های پادشاه به گوش مردم کوچه و بازار رسید. آن‌ها تا به هم می‌رسیدند دست‌هایشان را مثل بال، بالا و پایین می‌کردند و می‌گفتند: «یاقوتم را بده... یاقوتم را بده...»

حال پادشاه بد و بدتر شد. طیبیان زیادی از سراسر کشور آمدند اما نتوانستند بیماری او را درمان کنند. گفتند دیگر او نباید دست به یاقوت بزند و باید آن را برای همیشه فراموش کند. پادشاه مدتی

سر قولش ماند اما وقتی دید دیگر کابوس نمی‌بیند و از قارقار خبری نیست، یاقوت را برداشت و رفت جلوی پنجره تا زیر نور خورشید آن را تماشا کند. ناگهان

کلاغی قارقار کنان از پنجره وارد شد. یاقوت را گرفت و فرار کرد.

پادشاه با لباس خواب، از قصر بیرون زد. دنبال کلاغ افتاد

و فریاد زد: «یاقوتم را بده... یاقوتم را بده...»



درخت ننه سکینه

ننه سکینه مهربان‌ترین زن ده بود. هر چه داشت به دیگران می‌بخشید. وای به وقتی که نمی‌توانست بخشش کند. خیلی ناراحت می‌شد. یک روز سوار بر الاغ، از سفر دوری به ده برمی‌گشت. سر راه به درخت خشکی رسید. دلش سوخت و هر چه آب داشت به پای درخت ریخت. یک‌دفعه درخت شروع کرد به سبز شدن و بعد، گل‌هایی به رنگ آبی داد. در یک چشم به هم زدن، گل‌ها تبدیل به میوه‌های زرد و قلبه‌ای شدند. ننه سکینه یکی از میوه‌ها را خورد. شیرین و آب‌دار بود. بقیه‌ی میوه‌ها را هم چید و با خودش به ده آورد.

همان اول روستا چشم ننه به دختری افتاد. یکی از میوه‌ها را به دختر داد. دختر گفت: «این چیه ننه سکینه؟»

ننه سکینه گفت: «نمی‌دانم ولی گلش آبی بود.»

دختر ک میوه را خورد و گفت: «خیلی شیرین است.»

ننه سکینه هم گفت: «بخور نوش جانت.»

بعد بچه‌های دیگر هم آمدند و خیلی زود همه‌ی بچه‌ها از میوه‌ی شیرین و تازه‌ای که ننه سکینه آورده بود، خواستند. اما ننه سکینه به اندازه‌ی همه میوه نداشت. آخرین نفر هم پسر یتیمی بود که پیش خاله‌اش زندگی می‌کرد. ننه سکینه فوری مشکش را پر آب کرد و سوار بر الاغ به طرف جایی که درخت را دیده بود برگشت. اما هر چه گشت از درخت خبری نبود. ننه ناراحت و غصه‌دار به ده برگشت. آن‌قدر غصه خورد که مریض شد. هر چه همسایه‌ها گفتند که خودش را ناراحت نکند، گوش نمی‌داد. او شب‌ها از خانه بیرون می‌آمد و جلوی باغچه‌اش می‌نشست. یک شب هم مردم دیدند که رفته توی باغچه‌اش ایستاده است. همسایه‌ها او را بردند داخل خانه. ننه سکینه سه شب رفت توی باغچه ایستاد و هر بار همسایه‌ها او را بردند داخل.

صبح روز چهارم، مردم وقتی از خواب بیدار شدند، با تعجب دیدند که درختی جلوی خانه‌ی ننه سکینه سبز شده است و میوه‌های زرد و قلبه‌ای دارد. رفتند سراغش تا او را با خبر کنند. اما از ننه سکینه

خبری نبود که نبود. همه‌جا را هم گشتند و او را نیافتند. فقط جلوی باغچه، کفش‌هایش را دیدند و رد پایش را که تا نزدیکی درخت ادامه داشت.

دیگر کسی ننه سکینه را ندید اما هر وقت میوه‌ای از درخت می‌کنند

و می‌خورند صدای او را می‌شنیدند که می‌گفت: «بخور

نوش جانت.»

ننه سکینه، درخت شده بود.



پرنده و بهار

- افسانه شعبان‌زاد
- تصویرگر: مریم طباطبایی

یک پرنده مانده در قفس

باورش نمی‌شود...

او جدا شدن از آسمان

سرش نمی‌شود

یک ترانه خوانده صبح زود...

سوژه‌اش، بهار

گوشه‌ی دلش، امیدوار.



باران

• یانیس ریتسوس (شاعر یونانی)
• به انتخاب و ترجمه‌ی آزاد: مهدی زینالی

باران

برگ‌ها را

خواهد شست،

مثلِ مادرِ بزرگ

که دست‌های ما را

یکی یکی می‌شست.

بعد از باران،

برگ‌ها

برق می‌زنند

مثل چشم‌های ما

که برق می‌زدند.

بادِ دینِ آب‌نبات‌های رنگی!

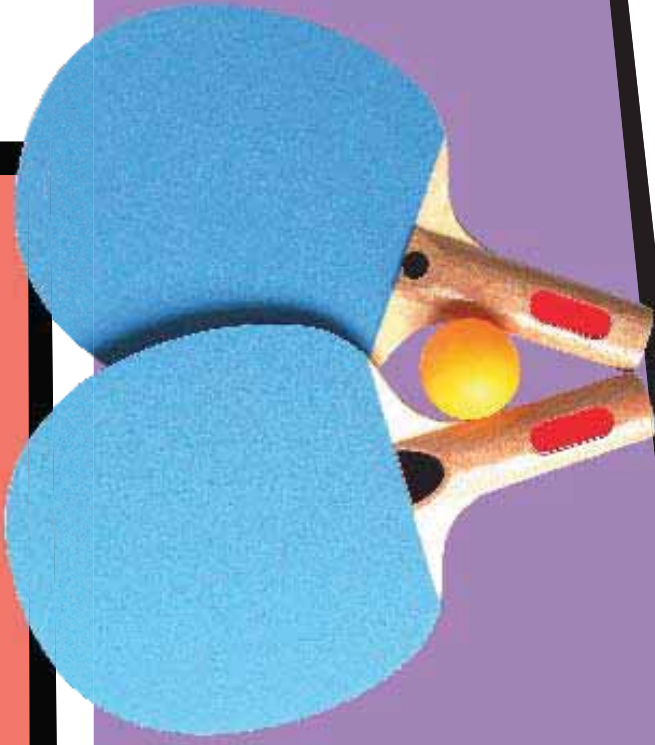


□□□□□□□□

«ورزش‌های مادر» به ورزش‌هایی می‌گویند که مسابقات متنوع و رشته‌های گوناگون دارند. اهمیت ورزش‌های مادر در این است که فنون و مهارت‌های این ورزش‌ها، در رشته‌های دیگر هم کاربرد دارد. ورزشکاران رشته‌های مختلف، باید مهارت‌های ورزش مادر را به‌دست بیاورند. «دومیدانی» یک ورزش مادر به حساب می‌آید. یک فوتبالیست با استفاده از این ورزش مادر، توانایی دوییدن در بازی فوتبال را پیدا می‌کند.

□□□□□□□□ یک □□□□□□□□

تنیس روی میز رشته‌ی ورزشی جدیدی به حساب می‌آید. این ورزش در مدت صدسال به رشته‌ای محبوب تبدیل شده است. آمریکایی‌ها قبلاً این ورزش را «تنیس‌داخل‌سالن» می‌نامیدند. انگلیسی‌ها هم آن را «تنیس روی چمن مینیاتوری» می‌نامیدند. «گوسیم»، «پیم پام» و «ویف واف» و «پینگ‌پنگ» از نام‌های دیگری است که به این رشته داده شده است! سرانجام، صدای برخورد توپ به میز مسابقه بود که نام این ورزش را مشخص کرد: پینگ‌پنگ!



□□□□□□□□□□□□□□

«مبینا شاکری» تکواندوکار سمنانی و کاپیتان تیم ملی نونهالان تکواندوی کشورمان توانست مدال طلا را در وزن ۵۱ کیلوگرم به‌دست آورد. این مدال از دومین دوری مسابقات قهرمانی نونهالان جهان به‌دست آمد. مبینا دوست دارد به صورت علمی این ورزش را فرا بگیرد و ادامه دهد. هدف بعدی او کسب مدال طلای المپیک است.



□□□□□□□□□□□□□□□□

«کارولی تاکاش» قهرمان تیراندازی با تفنگ بود. دست راست این تیرانداز مجارستانی، در اثر انفجاری قطع شد. او با دست چپ به تمرین ادامه داد و دوبار قهرمان المپیک شد.

□□□□□□□□□□□□□□□□

تیراندازی با تفنگ، ورزشی تک نفره است. تیراندازان با تپانچه یا تفنگ، تعدادی تیر به سوی هدف شلیک می کنند. در پایان مسابقه، هر تیراندازی که امتیاز بیشتری به دست آورده باشد، برنده است.

رقابت‌های
تیراندازی،
رشته‌های مختلفی
دارد: تپانچه‌ی آزاد،
تپانچه‌ی بادی، تِراپ و
اسکیت.



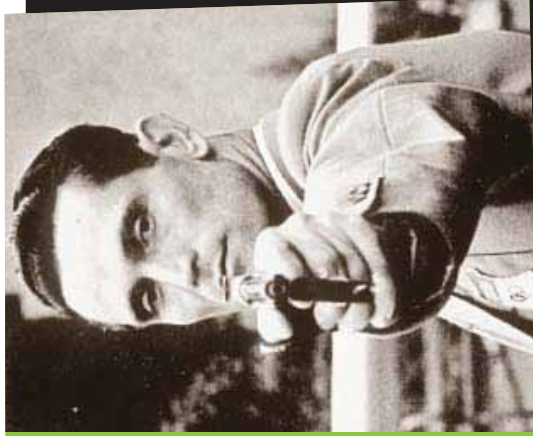
□□□□□□□□□□□□□□□□

«هادی ساعی» در سال ۲۰۰۰ میلادی در اولین دوره‌ی حضور تکواندو در المپیک، مدال برنز گرفت. هادی در المپیک‌های ۲۰۰۴ و ۲۰۰۸ نیز قهرمان شد و مدال طلا گرفت. با این موفقیت‌ها بود که هادی ساعی عنوان «پرافتخارترین ورزش کار ایران در المپیک» را به دست آورد.



□□□□□□□□

«فوتوینیش» دستگاهی است که از لحظه‌ی عبور دوندگان از خط پایان، عکس می‌گیرد. در دوهای سرعت، دوندگان با اختلاف کمی به خط پایان می‌رسند. بنابراین، برای مشخص کردن نفر اول، فوتوینیش، عکس‌هایی از لحظه‌ی رسیدن به خط پایان می‌گیرد. فوتوینیش به معنی «عکس پایان» است.



داستان

● الناز قلّی‌زاده و مهدی زینالی

بیا بیا با استفاده از هنر «پانتومیم» بازی کنیم! این قصه را با دقت بخوانید. هر جمله از قصه، به یکی از عکس‌هایی که می‌بینید، ربط دارد. عکس‌های درست را پیدا کنید. این عکس‌ها با استفاده از پانتومیم، جمله‌ها را نمایش داده‌اند. البته برای این که کار سخت شود، چند عکس دیگر هم به مجموعه اضافه شده است. عکس‌های قصه، به ترتیب کدام‌ها هستند؟

عکس‌های
درست را پیدا
کنید.





داستان سیب

سیب را گاز زد. با تعجب به سیب گاز زده نگاه کرد. کرم را گرفت. یک تکه از سیب را کند. کرم را روی آن گذاشت. باقی سیب را خورد.

سب



لامپ آن اتاق!

• سحر حدیری

ما باید در نور مناسب زندگی کنیم تا سالم بمانیم. نور مناسب، آرامش بخش است و توان ما را افزایش می دهد. لامپ، ابزار تولید نور است و انواع مختلفی دارد. بیایید با انواع لامپ ها و کاربردهای درست آنها، آشنا شویم.

لامپ رشته ای

ادیسون اولین کسی بود که توانست لامپی بسازد که مدت زیادی روشن بود! لامپ ادیسون، از نوع رشته ای بود. در لامپ رشته ای، جریان برق از یک رشته ی نازک عبور می کند. رشته، آنقدر داغ می شود که از خودش نور می دهد.



- | | |
|----|--|
| 😊 | + قیمت ارزان |
| 😊 | + روشن و خاموش شدن آسان |
| 😊 | + نور لامپ های رشته ای، شباهت زیادی به نور طبیعی دارد. |
| ☹️ | - مصرف زیاد انرژی |
| ☹️ | - گرمای زیاد |
| ☹️ | - عمر کوتاه |

استفاده ی مناسب: در جاهایی که لامپ، مدت زیادی روشن نمی ماند اما زیاد روشن و خاموش می شود. یعنی جاهایی مثل راه پله ها و سرویس بهداشتی.

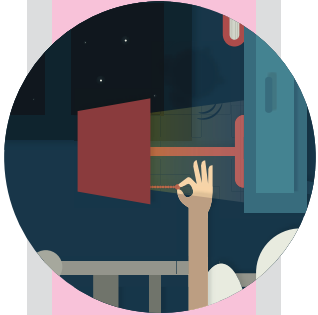
لامپ هالوژن

نوعی لامپ با رنگ شبیه نور طبیعی است. این لامپ ها با گازهای فشرده و خنثی و مقدار کمی از گازهای هالوژن پر می شوند. این لامپ ها بسیار داغ می شوند.



- | | |
|----|--|
| 😊 | + مصرف جویبی در مصرف انرژی |
| 😊 | + نور زیادتر و عمر بیشتر لامپ |
| 😊 | + وجود آینه در لامپ که باعث انعکاس نور می شود. |
| ☹️ | - آفتاب سوختگی پوست، در صورت قرار گرفتن طولانی مدت در زیر آن |
| ☹️ | - ذرات گرد و غبار و چربی، عمر این لامپ را کوتاه می کند. |

کاربرد مناسب: استفاده از این لامپ ها برای نورپردازی و تزئین خانه مناسب است.



اتاق خواب

با تاریک شدن هوا، یک ماده‌ی شیمیایی به نام ملاتونین در بدن ترشح می‌شود. این ماده به خواب راحت کمک می‌کند. بنابراین بهتر است موقع خواب هیچ چراغی در اطراف ما روشن نباشد.



چراغ مطالعه

نور زرد برای مطالعه از نور سفید مناسب‌تر است. بهتر است نور نه زیاد باشد و نه کم... چون در هر دو حالت چشم را خسته می‌کند. در صورت استفاده از لامپ کم‌مصرف، باید حداقل با لامپ، سه متر فاصله داشته باشید.

لامپ فلورسنت

در ایران به لامپ‌های فلورسنت، «مهتابی» می‌گویند. لامپ‌های فلورسنت کم‌مصرف هستند. در جاب‌های لامپ فلورسنت مقداری جیوه وجود دارد.



- خستگی چشم
- سردرد و بیماری‌های پوستی و عصبی (در صورت استفاده نادرست)
- خطر مسمومیت با جیوه، بر اثر شکستن لامپ



- + نور زیاد
- + رنگ‌بندی متنوع
- + حرارت کم
- + مصرف کم انرژی
- + حساسیت کم نسبت به روشن و خاموش کردن



استفاده‌ی مناسب: در مکان‌هایی که ما زمان زیادی در آن‌جا حضور نداریم. جاهایی مثل پارکینگ‌ها و راه‌پله‌ها و...

لامپ ال ای دی

در این لامپ‌ها از خاصیت «نیمه‌رسانا»ها استفاده شده است.



- فعلاً قیمت این نوع لامپ گران است.
- به دلیل استفاده از بعضی مواد، می‌تواند برای محیط زیست ضرر داشته باشد.



- + مصرف انرژی کمتر و نور بیشتر
- + تولید حرارت کم
- + پرتوهای خطرناک فرابنفش و مادون قرمز ندارد.
- + با روشن و خاموش کردن‌های زیاد، خراب نمی‌شود.
- + عمر طولانی



کاربرد مناسب: برای استفاده در تمام قسمت‌های منزل مناسب است. البته لازم نیست در پارکینگ، راه‌پله یا انباری، از این لامپ‌های گران قیمت استفاده کنیم.

کتاب‌ایرِ جا، کتاب‌آرِ جا

ما هم کتاب‌رسانی کنیم...

• نیلوفر نیک‌بینیاد

رساندن یک کتاب خوب به دست دیگران، مثل خواندن آن لذت‌بخش است. رساندن کتاب به کسانی که در مناطق دورافتاده زندگی می‌کنند یا کسانی که پول کافی برای خریدن کتاب ندارند، کاری مفید است. خیلی از بچه‌ها هم هستند که به کتاب دسترسی دارند و پول هم دارند اما کتاب‌های مناسب را نمی‌شناسند. در این شماره می‌خواهیم با بعضی از راه‌های کتاب‌رسانی به دیگران آشنا شویم.

سازمان امداد کتاب

اولین سازمانی که در زمینه رساندن کتاب به دست بچه‌ها کار کرد «سازمان امداد جهانی کتاب» بود. این سازمان شصت سال پیش تأسیس شد. این سازمان خیریه، تاکنون سی میلیون کتاب برای کتابخانه‌های مناطق محروم، بیمارستان‌ها، محل زندگی مهاجران و... فرستاده است. بچه‌های سر اسر دنیا بعد از دیدن جعبه‌هایی با نشان «امداد جهانی کتاب» حسایی ذوق می‌کنند!



کتاب و آمپول!

کسانی را می‌شناسیم که از آمپول و سرم می‌ترسند. بعضی از پرستاران و کارکنان در مانگاها برای از بین بردن ترس بچه‌ها در این جور وقت‌ها، به آن‌ها شکلات می‌دهند. اما در بیمارستان‌های ۵۰ کشور دنیا به بچه‌ها کتاب می‌دهند. این طوری، خاطره‌ی بدی از پزشک و بیمارستان در ذهن بچه‌ها باقی نمی‌ماند.

کتاب صوتی

نابینایان به جز خواندن با حروف بریل، از کتاب‌های صوتی هم استفاده می‌کنند. ما می‌توانیم یک کتاب را با صدای بلند بخوانیم و صدایمان را ضبط کنیم. بعد، آن را در اختیار کتابخانه‌های صوتی قرار بدهیم تا دوستان نابینای ما بتوانند از آن استفاده کنند.



کتاب و پیژامه!

سازمان‌هایی در دنیا هستند که کتاب‌هایی برای قبل از خواب به دست بچه‌های می‌رسانند. انجمن‌های «کتاب و پیژامه» و «شب، شب» برای بچه‌های فقیر یا بی‌سرپرست بسته‌های کتاب می‌فرستد. کتاب خواندن قبل از خواب، لذتی است که هرگز نباید از آن محروم شویم.



فاطمه‌ها

همیشه هم این طوری نیست که فقط آدم‌بزرگ‌ها کتابخانه‌های بزرگ بسازند. خیلی وقت‌ها کوچک‌ترها دست به کار می‌شوند. «فاطمه‌ها» سه دختر نوجوان کرمانی به نام فاطمه‌اند. آن‌ها چند سال قبل در یکی از روستاهای استان کرمان با کتاب‌های خودشان یک کتابخانه درست کردند. کتابخانه‌ی آن‌ها حالا ده هزار جلد کتاب دارد و خیلی از کودکان و نوجوانان روستاهای اطراف هم عضوش هستند. تعدادی از مقامات رسمی کشور هم عضو افتخاری کتابخانه‌ی «فاطمه‌ها» شده‌اند.



کتابخانه‌های عمومی

یکی از کتابخانه‌های معروف ایران کتابخانه‌ی «آیت‌الله مرعشی نجفی» در شهر مقدس قم است. مرحوم آیت‌الله مرعشی که علاقه‌ی زیادی به کتاب‌های اسلامی داشتند، با کار زیاد و صرفه‌جویی در هزینه‌های زندگی توانستند تعداد زیادی از کتاب‌های قدیمی و کمیاب دین اسلام را جمع‌آوری کنند. کتابخانه‌ی آیت‌الله مرعشی، اولین کتابخانه‌ی کشور در زمینه‌ی کتاب‌های اسلامی و نسخه‌های خطی است.



معرفی کتاب

مجله‌ی رشد دانش‌آموز در هر شماره‌اش به حدود یک‌و‌نیم میلیون دانش‌آموز ایرانی، کتاب معرفی می‌کند. چه خوب است همه‌ی مجله‌ها و برنامه‌های تلویزیونی و رادیویی، قسمت ویژه‌ای برای معرفی کتاب در نظر بگیرند.



کتابخانه‌ی کوچک رایگان

در بیش از هفتاد کشور دنیا «کتابخانه‌ی کوچک رایگان» وجود دارد. روش کار کتابخانه‌های کوچک این است که هر کس، کتاب‌های خودش را در یک کتابخانه‌ی کوچک، جلوی خانه‌اش می‌گذارد. وقتی کسی یک کتاب برمی‌دارد یکی از کتاب‌های خودش را به جای آن می‌گذارد. شعار کتابخانه‌های کوچک محلی این است: یک کتاب بردار و یک کتاب بگذار!



کتاب در ثانوی

ثانوی خوش سلیقه‌ی گیلانی یک کتابخانه‌ی کوچک در ثانوی‌اش برپا کرده‌است! او خودش زیاد کتاب می‌خواند و جمله‌های زیبای کتاب‌ها را به دو دیوار ثانوی می‌چسباند.



رفتیم تونل!

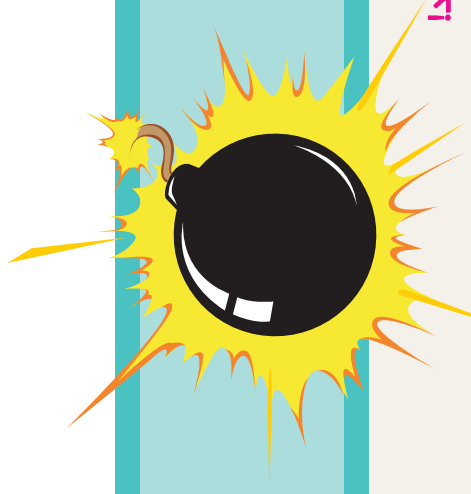
• وحید پور افتخاری

گاهی در مسیر ساختن جاده‌ها، به کوه بلند یا دره‌ای عمیق می‌رسیم. اگر بخواهیم کوه یا دره را دور بزنیم، جاده طولانی و خطرناک می‌شود. برای دره‌ها، می‌شود پل ساخت. اما برای گذشتن از کوه‌ها چه کار کنیم؟
برای کوتاه شدن مسیر، امنیت جاده و... در جاده‌ها تونل می‌سازند. تونل‌ها همیشه برای ما هیجان‌انگیز بوده‌اند. یادتان هست؟! اما این تونل‌ها چه‌طور ساخته می‌شوند؟



در داخل شهرها و جاهایی که انفجار ممکن نیست، با ماشین‌های حفاری، تونل می‌سازند. در این روش ابتدا یک سطح شیب‌دار برای ورود ماشین حفاری به عمق زمین، ایجاد می‌کنند. پس از آن، ماشین حفاری به زیر زمین می‌رود و کندون تونل را آغاز می‌کند. این ماشین مانند کره در زیر زمین حرکت می‌کند و با کندن سنگ و خاک جلو می‌رود. سنگ و خاک کنده شده با «تسمه نقاله»‌هایی به بیرون از تونل هدایت می‌شود.
در مرحله‌ی بعدی، ماشین تونل‌سازی قطعات پیش‌ساخته‌ی بتنی را در تونل نصب می‌کند.

روایات پیرامون تونل‌سازی



انفجار مفید!

برای کندن تونل‌ها، گاهی از مواد منفجره استفاده می‌شود. «حفاری» تونل یا همان کندن تونل در کوه، یکی از مهم‌ترین قسمت‌های کار است. به این صورت که مواد منفجره را در کوه جاسازی می‌کنند. البته این کار احتیاج به محاسبات مهندسی بسیار دقیق دارد. فاصله‌ی کار گذاشتن مواد منفجره، مقدار مواد منفجره، تعداد انفجارها و... همه باید دقیق باشد. تونل‌سازها سعی می‌کنند انفجارها طوری باشد که با آن‌ها طرحی شبیه طرح اصلی شکل بگیرد. به این صورت، کار سرعت بیشتر و هزینه کمتری خواهد داشت. در این روش حفاری، در هر عملیات انفجار، حدود یک متر و نیم تونل حفر می‌شود.



تونل توحید در تهران



تونل شهید صدر در تهران

تونل‌ها در ایران

جاده‌ها و مسیرهای راه‌آهن استان‌های شمالی ایران، تونل‌های زیادی دارند. راه‌هایی مثل هزار، فیروزکوه و چالوس. در مسیر این جاده‌ها یا مسیرهای راه‌آهن، تونل‌هایی هست که می‌توانی آن‌ها را ببینی. همچنین در رشته کوه‌های زاگرس هم تونل‌های فراوانی وجود دارد.

تونل ریزش نمی‌کند

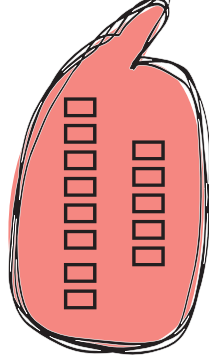
سقف تونل‌ها همیشه قوسی شکل است. این شکل، استحکام تونل را بسیار زیاد می‌کند. محکم کردن دیوارهای تونل هم بسیار مهم است زیرا یک تونل باید سال‌های سال کار کند و هیچ آسیبی نبیند. این کار با چند روش انجام می‌گیرد. یکی از روش‌ها نصب نگه‌دارنده‌های فلزی با فاصله‌های نزدیک به هم است. البته در بیشتر تونل‌ها، دیواره و سقف را با «بتن» در برابر ریزش‌ها مقاوم می‌کنند.

ماشین‌های حفر تونل، بسیار گران قیمت و بسیار غول‌آسا هستند. کار این ماشین‌ها بسیار سریع و پاکیزه است. ماشین‌های حفر تونل، همان‌طور که در زیر زمین حرکت می‌کنند، تونل را می‌سازند و جلو می‌روند.

چگونه ریسرچ بازی در نیاوریم؟!

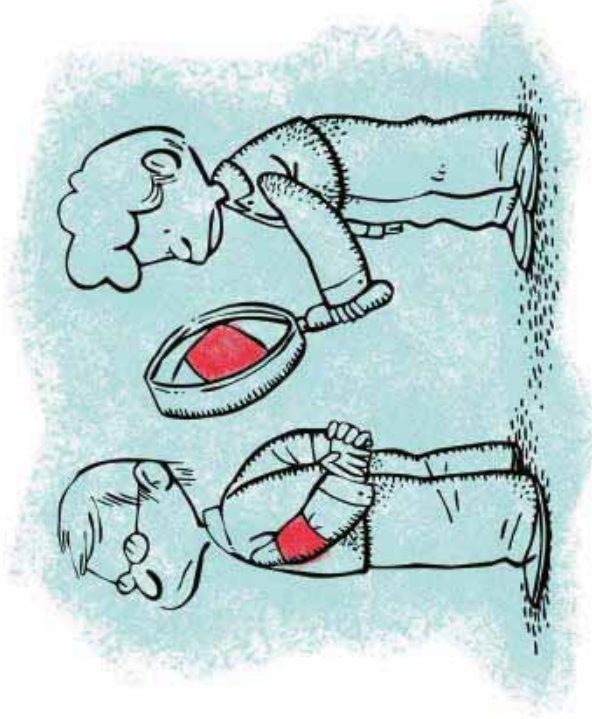
کلیدهای طلایی فقط برای شما!

در کارهای گروهی، معمولاً یک «سر گروه» یا «رییس» وجود دارد که باید بر اساس مقرراتی، گروه را هدایت کند. رییس حق ندارد از گروه برای منافع شخصی‌اش استفاده کند و حق ندارد زور بگوید. اعضای گروه هم طبق مقرراتی که قبلاً قبول کرده‌اند، باید با «سر گروه» یا «رییس» همکاری کنند. در این مطلب می‌آموزیم که چگونه «سر گروه» خوبی باشیم. یا اگر فقط عضو گروه هستیم، چگونه همکاری مفیدی با «سر گروه» داشته باشیم.



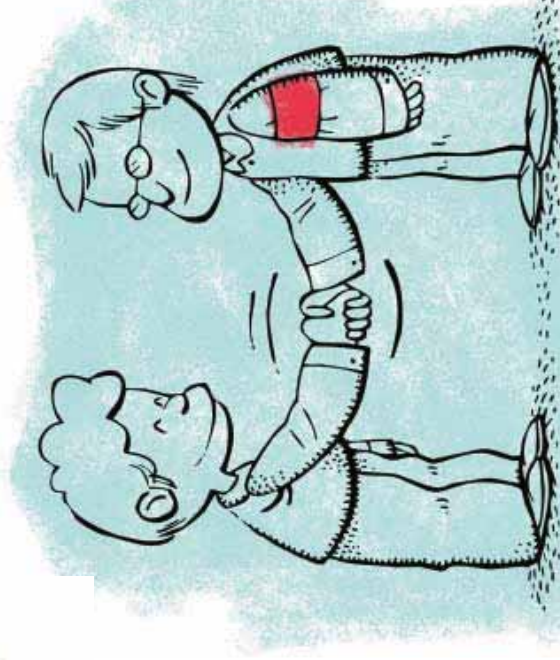
کلید اول

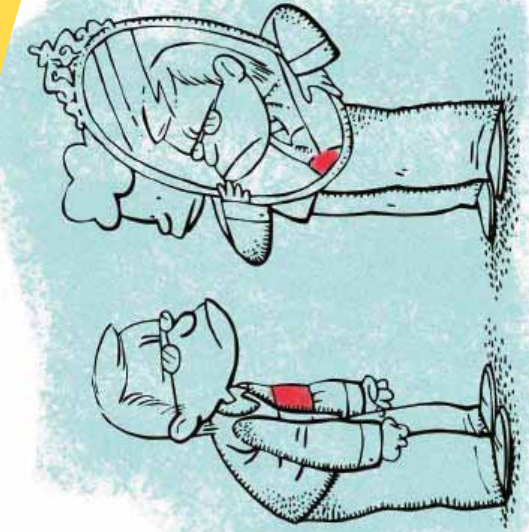
گاهی اختلاف ما با دیگران، به خاطر این است که نمی‌دانیم چه کسی قرار است مسئول گروه باشد. بعد از این که سر گروه مشخص شد، باید معلوم باشد که وظایف و اختیارات او چیست و چه اختیاراتی ندارد. سر گروه باید به نظر بقیه احترام بگذارد و با اخلاق خوش با آن‌ها رفتار کند. سر گروه‌های درسی در مدرسه‌ها، معمولاً با نظر معلم انتخاب می‌شوند. شما می‌توانید خودتان هم گروه‌های درسی و پژوهشی درست کنید.



همکاری کن!

وقتی سر گروه مشخص شد و تو عضویت در گروه او را پذیرفتی، باید با او همکاری کنی. ممکن است تو هم به زودی سر گروه بشوی. پس فراموش نکن که مهم، همکاری است. یک سر گروه خوب کسی است که بتواند برای تصمیم‌هایش، استدلال قانع‌کننده‌ای داشته باشد.





کلید دوم:

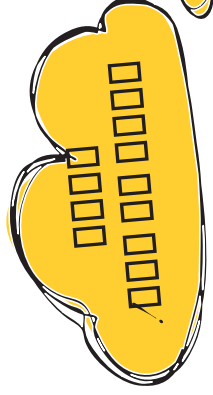
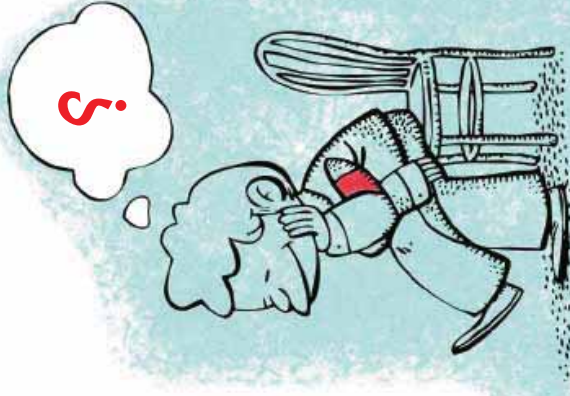
سرگروه، فقط در مورد موضوع مشخص شده رییس است. اگر او می‌خواهد در مورد همه چیز، ریاست کند، باید او را متوجه اشتباهش بکنی. تو زیر بار حرف زور نمی‌روی! کسانی هستند که همیشه دوست دارند ما طبق میل آن‌ها رفتار کنیم. در برابر درخواست آن‌ها بگو: «من ترجیح می‌دهم خودم فکر کنم که چه‌طور باید این کار را انجام دهم.»

یادآوری کن

گاهی افراد یادشان می‌رود که ریاست فقط برای خودشان خوشایند است و شاید دیگران ریاست آن‌ها را نپذیرفته باشند. بد نیست به آن‌ها این نکته را یادآوری کنی و مثلاً بگویی: «برای سرگروه شدن باید صبر کنی تا از طرف معلم انتخاب شوی... یا این که اعضای گروه رأی بدهند و تو را انتخاب کنند.»

کمی مثل او باش

وقتی کسی می‌خواهد دائم دستور بدهد، یک نمونه از رفتارهای او را برایش اجرا کن! برای مثال، مانند او دستوری بده! یا این کار، به او یادآوری می‌کنی که خودش چه رفتار نامناسبی با دیگران دارد.



کلید سوم:

حالا تو به عنوان «رییس» یا «سرگروه» انتخاب شده‌ای. باید کاری کنی که دیگران بتوانند به راحتی با تو کار کنند و از بودن در گروه تو لذت ببرند. باید کاری کنی که همه بتوانند بهترین توانایی‌هایشان را نشان بدهند. باید همه را دوست داشته باشی و پیشرفت همه را بخواهی. دیگر این که خودت، بیشتر از همه، مقررات گروه را رعایت کن.

روزی که تو دیگر رییس نیستی!

چند دقیقه چشم‌ت را ببند و فکر کن که دیگر تو رییس نیستی، دیر یا زود تو از این کار کنار گذاشته می‌شوی. پس فکر کن اگر این اتفاق بیفتد، دوست داری دیگران چه خاطره‌ای از رییس قبلی‌شان داشته باشند؟



کلید بدکی: دفترچی جادویی!

اگر سرگروه هستی، از یک دفترچه‌ی یادداشت کمک بگیر. در این دفتر، هر روز درباره‌ی خودت و کارهایی که انجام داده‌ای بنویس. این کار به تو کمک می‌کند تا بیشتر مراقب رفتارهایت باشی و از مسیر اصلی دور نشوی. این دفتر به تو یاد می‌دهد، خشمگین نشوی، دروغ نگوئی و خودخواه نباشی! تو رییس نشده‌ای که رییس‌بازی در پیآوری. ریاست فقط نوعی همکاری با دیگران است.



در کوهستان، چه خبر؟!

• مصفورا زواران حسینی
• تصویرگر: طاهر شعبانی

زندگی در کوهستان‌های مرتفع، همیشه جالب به نظر می‌رسد. چه جانورانی می‌توانند شرایط سخت زندگی در کوهستان را تحمل کنند؟... در این مطلب، کمی با این جانوران آشنا می‌شویم. سعی کن رابطه‌ی بین موجودات مختلف را پیدا کنی. رابطه‌ی موجودات زنده و غیرزنده را هم نشان بده. این تو و این کوهستان!

پازن (بز کوهی)

- گیاهان کوهستانی را می‌خورد.
- سرگین (مدفوع) بزها، کود مناسبی برای خاک و رشد گیاهان است.

گیاهان و درختان کوهستانی

- از فرسایش و شسته شدن خاک جلوگیری می‌کنند.
- غذای جانوران گیاه‌خوار هستند.
- محل زندگی یا پناه گرفتن جانوران مختلف هستند.



دال (کرس) سیاه

- لاشه‌ی موجودات مرده را می‌خورد. با این کار، محیط را پاکیزه می‌کند.
- گاهی موجودات کوچک را شکار می‌کند.

پلنگ

جانوران بزرگ و کوچک را شکار می‌کند. جانورانی مثل پازن، گوسفند کوهی، پایکا و...

کفچه مار

- مارمولک‌ها، قورباغه‌ها و پایکا را می‌خورد.
- روی شیب‌ها در شکاف‌ها و زیر صخره‌ها زندگی می‌کند.

پایکا

- برگ و شاخه‌ی گیاهان کوهستانی را می‌خورد.
- او غذای پرندگان شکاری، پلنگ، روباه و گوشت‌خواران دیگر است!

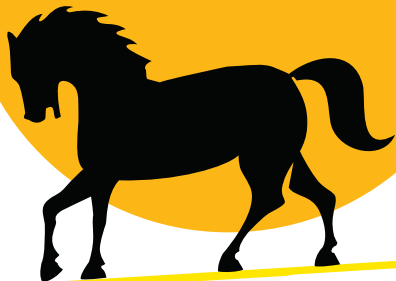
رام کردن اسب‌ها

● اعظم لاریجانی

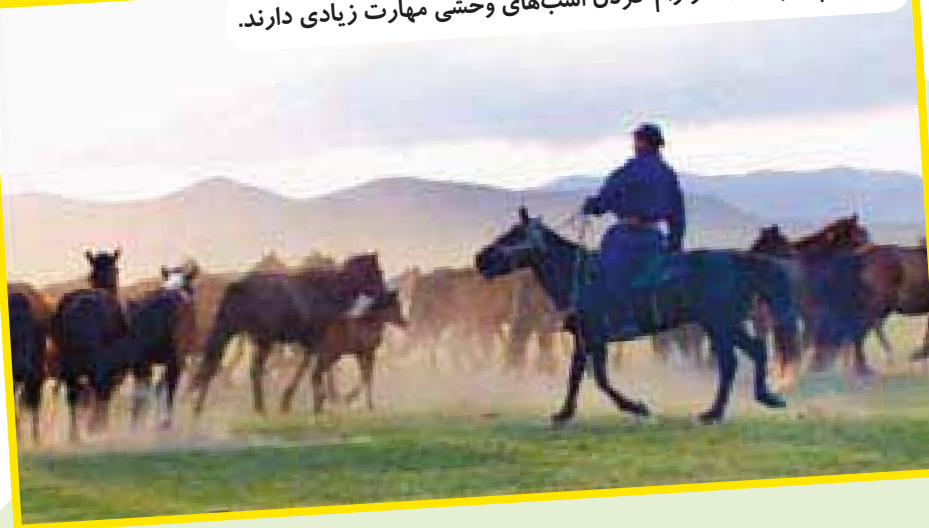
هزاران سال پیش، انسان علاقه پیدا کرد که اسب‌های وحشی را رام کند. او می‌خواست با این کار، از اسب‌ها سواری بگیرد. به احتمال زیاد، اولین اسب‌ها در منطقه‌ی قزاقستان اهلی شده‌اند. انسان‌ها از اسب در حمل‌ونقل، کشاورزی و جنگ استفاده کرده‌اند.

می‌گویند

انسان از حدود ۱۰ هزار سال پیش، در آسیای میانه شروع به کشاورزی کرد. در حدود ۴ هزار سال پیش هم انسان تلاش کرد تا اسب‌ها را رام کند.



۱۲۰ مردم مغولستان، در رام کردن اسب‌های وحشی مهارت زیادی دارند.



۱۰۱ این جابزرگ‌ترین چمن‌زار روی زمین است. بیشترین تعداد اسب‌های وحشی در این جازندگی می‌کنند.



۱۲۱ اولانا سوار بر اسب تیزرو، اسب وحشی جوانی را دنبال می‌کند. بالاخره هم موفق می‌شود حیوان را به دام ببندد.



۱۲۲ جوانی به نام «اولانا» بهترین رام‌کننده‌ی اسب در این اطراف است. او می‌گوید: «وقتی سوار بر اسب می‌تازم، احساس می‌کنم زنده‌ام!»





همه‌ی کرّه اسب‌ها به دام افتاده‌اند. حالا نوبت اسب‌های قوی هیکل و سریع است. این کار خیلی سخت‌تر است. تعقیب و گریز، دو ساعت طول می‌کشد. بالاخره همه‌ی اسب‌های وحشی به دام می‌افتند.



همکار اولانا به اسب‌های در دام افتاده افسار می‌زند. این اولین بار است که یک انسان این اسب جوان را لمس می‌کند.



در این کشور، مردم هم به اسب و هم به شیر آن علاقه دارند!



کرّه را نزدیک مادرش می‌برند. با این کار مادر اجازه می‌دهد که پرورش دهندگان، شیر او را بدوشند.



تفاوت‌ها

تفاوت‌های این دو تصویر را پیدا کن.

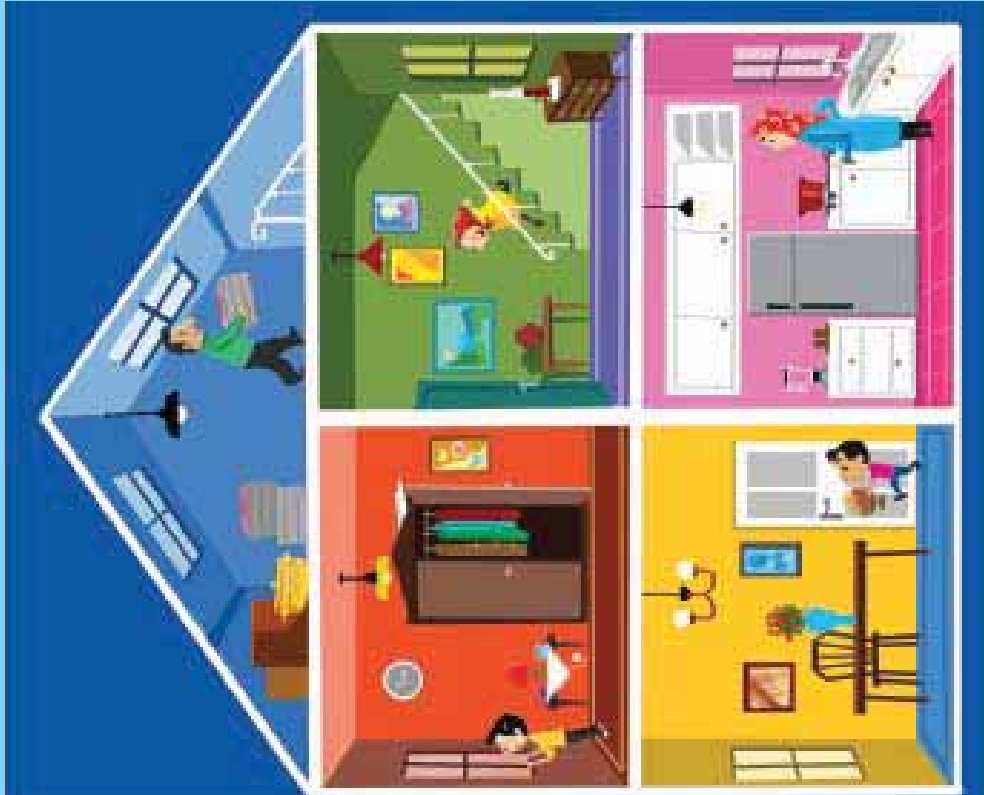
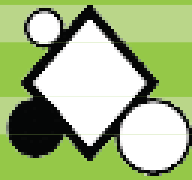
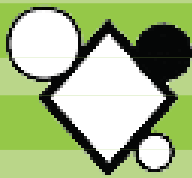
پنج‌جمله

شکل بالا را می‌خوانیم ولی هیچ
تفسیری در آن نمی‌دهیم. کدام یک از
شکل‌های پایین درست است؟

الف



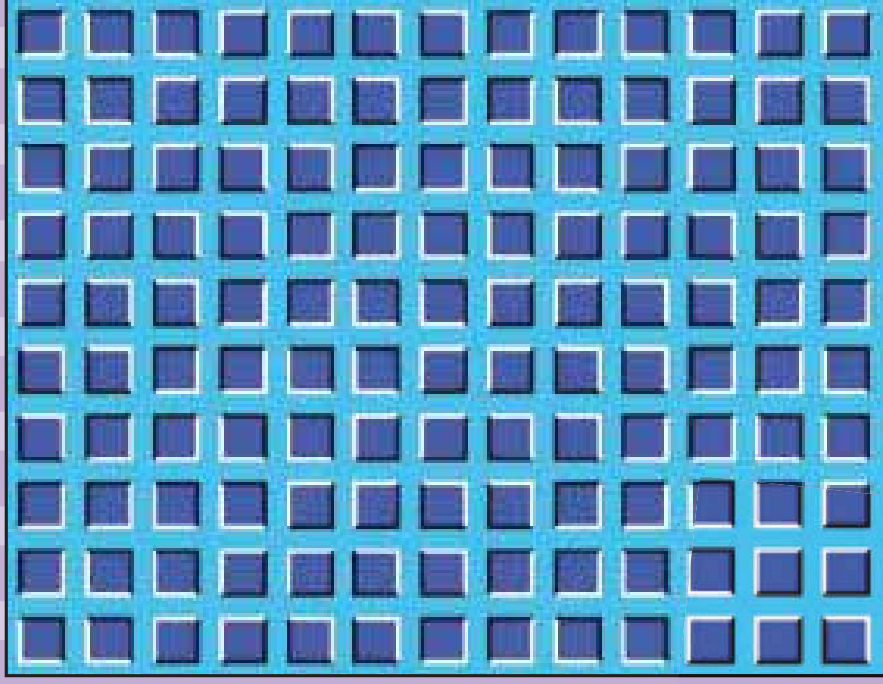
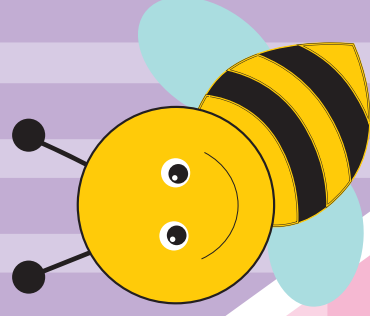
ب



تست است. شکل ب صحیح ب شکل

چرخش

پاسخ سرگرمی



به زنبور کمک کن تا خودش را
به گل برساند.

گل و زنبور

معم

به وسط تصویر نگاه کن.
همزمان در کناره‌های آن،
حرکت موج‌هایی را می‌بینی.
این نوعی خطای دید است.



سیاه داستان پهلیم

- آموزش داستان نویسی
- نویسنده: مهدی میرکیایی
- تصویرگر: مسعود کشمیری،
- ناشر: طلایی
- تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۱۵۲۳۳



محلای شکر خانوم

- مجموعه داستان کوتاه
- نویسنده: ناصر یوسفی
- تصویرگر: سارا خرامان
- ناشر: افق



مجموعه داستان کوتاه
۱۴۰۱-۱۴۰۲ سال انتشار



ماجرای سبیل سبیلنا

- مجموعه کتاب
- داستان ماجراجویی
- نویسنده: معصومه یزدانی
- تصویرگر: حسین صافی
- ناشر: چکه
- تلفن: ۰۲۱-۳۱۳۸۰۸۶۰



چتری از پهنده

- مجموعه شعر برای نوجوانان
- شاعر: کمال شفیعی
- تصویرگر: میثم اربابون
- ناشر: کانون پرورش فکری
- کودکان و نوجوانان
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۷۲۱۲۷۰



ازد های گل آفتاب گردان

- داستان
- نویسنده: محمدرضا یوسفی
- تصویرگر: سماپاتی
- ناشر: افق



مجموعه داستان کوتاه
۱۴۰۱-۱۴۰۲ سال انتشار



قصه‌های پیامبر و فرزندانش

- سرگذشت پیامبر (ص) و اهل بیت
- گرانی ایشان
- نویسنده: نقی سلیمانی
- تصویرگر: جمعی از تصویرگران
- ناشر: امیرکبیر
- تلفن: ۰۲۱-۶۱۲۸۰





قصه‌هایی از امام زمان (عج)

- مجموعه‌ی کتاب
- داستان‌هایی از زندگی حضرت ولی عصر (عج)
- به روایت: فریبا کلهر
- تصویرگر: سید حسام‌الدین طباطبائی
- ناشر: قدیانی
- تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۰۴۴۱

پسته و هفت برادر

- قصه‌هایی از آذربایجان
- بازنویسی: افسانه شعبان‌نژاد
- تصویرگر: منصوره ابراهیمی
- ناشر: کانون پرورش فکری
- کود کان و نوجوانان
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۶۴۱۱۵



بازجویی خانواده‌ی قلندری

- داستان معنایی
- نویسنده: مصطفی خرمان
- ناشر: افق



سید محمدتقی نجفی
۱۴۰۱-۱۴۰۲ و ۱۴۰۳
نکاح اسلام



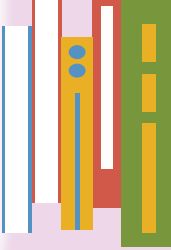
کتاب کتاب است

- داستان
- نویسنده: جنی بورن‌هلت
- مترجم: فریده خرمی
- تصویرگر: سارا ویلیکینز
- ناشر: آفرینگان
- تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۱۳۶۶۷



بهرام گور

- داستان‌های تاریخی
- نویسنده: شهناز صالحی
- ناشر: مؤسسه‌ی فرهنگی مدرسه‌ی برهان (انتشارات مدرسه)
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۰۰۳۷۴



آلبالو

آن باغ آلبالو مال ما نیست. اما چه اهمیتی دارد؟ ... مهم این است که آلبالوها خیلی ترش و خوش مزه هستند! یگانه شاهبراقی، کلاس چهارم از ساوه



حامد سلطانی، ۱۱ ساله از شیراز

تصادف

«خدایا شکر ت... به خاطر...» این جمله را معلم، زنگ آخر روی تخته‌ی کلاس نوشت و گفت: «بچه‌ها این موضوع انشای شماست. یک هفته فرصت دارید تا در این باره انشایی بنویسید.»
گلنوش اخم کرد و آهی کشید. او خوب می‌دانست که انشانویسی‌اش خوب نیست. در راه خانه فکر می‌کرد چگونه انشا را بنویسد. در حال عبور از خیابان ناگهان یک ماشین با سرعت از کنارش رد شد. نزدیک بود به او بزند. ولی گلنوش هم زمان پایش به سنگی گیر کرد و به پیاده‌رو پرت شد. پس از لحظه‌ای وحشت‌زده بلند شد. سوزشی در کف دستش احساس کرد. وقتی به دستش نگاه کرد خراش کوچکی دید. پا خودش گفت: «پای نزدیک بود تصادف کنم، خدایا متشکرم.»

پروانه امینی، کلاس ششم از مشهد

باران

باران یعنی خیس شدن صورت
یعنی خیس شدن دست‌ها
یعنی چتر رنگی
یعنی لیز شدن زمین
یعنی خاک نم خورده
یعنی نسیم خنک
یعنی نگاه کردن به آسمان
یعنی گل‌های خیس
یعنی زندگی خیس!

سحر شالی، کلاس ششم

گنج

هر آدمی فقط یک بار متولد می‌شود و می‌خواهد در همان یک بار تمام آرزوهای خود را به واقعیت تبدیل کند. ای کاش همه‌ی آدم‌ها به چیزهای خوبی که می‌خواهند، برسند. اما آدم‌ها باید سختی‌های زیادی را تجربه کنند تا به آرزوهایشان برسند. هیچ کس بدون تجربه کردن و سختی کشیدن، نمی‌تواند به خواسته‌هایش برسد.
البته ای کاش همه‌ی تجربه‌ها را هم خودمان کسب نکنیم و از تجربه‌های دیگران هم استفاده کنیم. فکر می‌کنم اگر در کارهایمان دقت کنیم دیگر هیچ «جیفی» در زندگیمان نخواهد بود.

نگین کاردار، کلاس ششم از مشهد



شُکر

خدایا شُکر! برای این که به من سلامتی دادی، شُکر
که به من پدر و مادر و دوستان خوب دادی، ممنون
برای نعمت‌هایی که دادی ولی من آن‌ها را به
خاطر ندارم.

الهام اکبرزاده، کلاس ششم از مشهد



حدیث رضایی، کلاس پنجم از تهران

دوست

ای کاش هیچ دوستی دروغ نگوید. ای کاش دورویی
نکند و خودش باشد. ای کاش همه‌ی دوستان‌ها مهربان
باشند و با هم‌دیگر رفتار کنند. به نظر تان ما
می‌توانیم دوستی صادق باشیم؟ بله، کمی سخت است.
باید برایش تلاش کنیم. دوست بد بودن خیلی راحت
است. خیلی آسان است که با دوستان خوب رفتار نکنی.
اما ما می‌خواهیم با کمی سعی و تلاش دوستان خوبی برای
هم باشیم.

پریناز احمدزاده، کلاس ششم از مشهد



نوراله حامدی، کلاس چهارم از تهران

ستاره

ستاره، بازیگوش است
هلال ماه برای او
هم سر سره هم تاب است!
ستاره می‌پرد باز بر روی ابر پاره
او عاشق تاب بازی است!

رانیکا جودتی از تهران



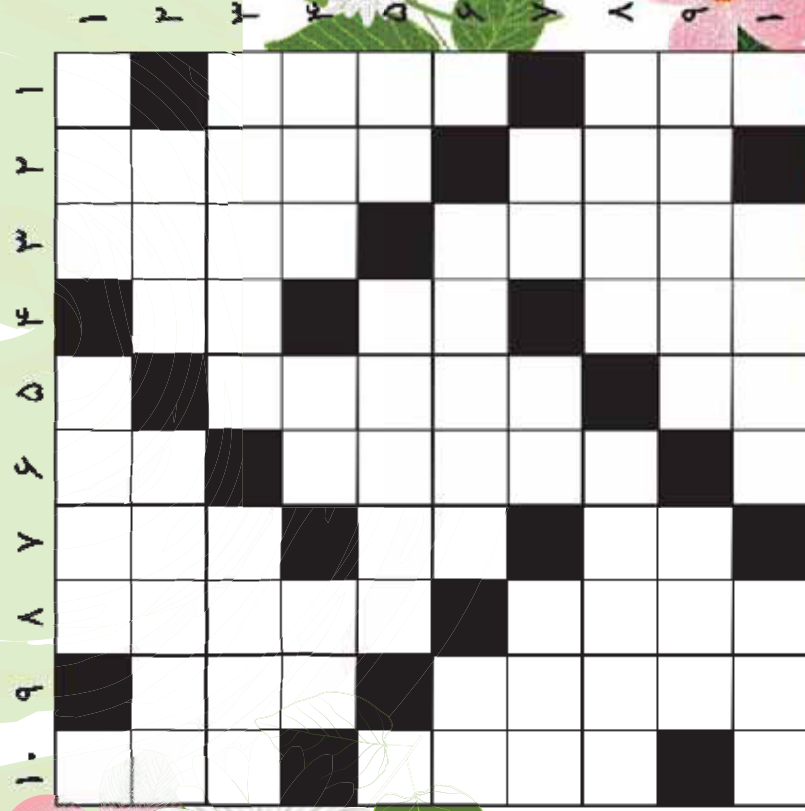
پری رمضانی، ۱۰ ساله از ارومیه

افقی

۱. محصول زنبورها - استان حافظ و سعدی
۲. نام دیگر گل یاسمین - جانوری که پا ندارد و خودش را روی زمین می کشد
۳. دو زیست شبیه به سوسمار - نوعی بالاش برای تکیه دادن
۴. گاهی از آن، کوه می سازند! - توان و نیرو - رها
۵. اشاره به دور - هم خانواده ی مجبور
۶. حرکت در آسمان - بزرگ ترین عدد یک رقمی
۷. خشکی به زبان عربی - نشان و اثر - پرندهای که نشانه ی سعادت است
۸. از آبریان خوراکی - مقبره ی ابوعلی سینا در این شهر است
۹. اجرام آسمانی که نور تولید می کنند - مخالف امر
۱۰. رقابت کننده - زمین وسیع، صحرا.

عمودی

۱. فرمان کشتی - چیزی که از مس ساخته شده باشد
۲. از مواد اولیه ی بتن - به هر دو مصراع از شعر می گویند
۳. خانه ی پرندگان - ابزار رسم دایره
۴. آب بند - آره ی ناتمام! - برگه
۵. ناتوان - تکرار یک کار را با این کلمه ی دو حرفی نشان می دهند
۶. کسی که دردش گرفته می گوید - از شهرهای استان فارس
۷. جنگ و نبرد - حرص و طمع - هر سه کیلو
۸. ساز ایرانی - همان شانه به سر است
۹. برج دیده بانی، مخابراتی یا برق رسانی - از انواع هنر
۱۰. قیمت و ارزش هر چیز - دنیا.



مسافر

● غلامعلی باقری
● تصویرگر: سام سلماسی



ساندویچ و نان برشته

این
ساندویچ را با
دستگاه ساندویچ ساز
درست کنید.

البته!

کحل بزرگ ترها!

طرز تهیه

۱. پیاز را خرد کنید. آن را در تابه بریزید و با کمی روغن تفت دهید. به اندازه‌ای که پیاز نرم شود.
۲. قارچ و فلفل دلمه‌ای را بشوید و خرد کنید.
۳. قارچ و فلفل دلمه‌ای خرد شده را در روغن تفت دهید. به اندازه‌ای که آب قارچ‌ها گرفته شود.
۴. پیاز و قارچ و فلفل دلمه‌ای تفت داده شده را با هم مخلوط کنید. نمک و فلفل و آویشن را هم اضافه کنید.
۵. روی نان تست یک ورق پنیر پیتزا بگذارید. سپس دو قاشق از مایه‌ی آماده شده روی آن بریزید و دوباره یک ورق پنیر روی مواد بگذارید. در آخر هم یک نان دیگر روی ساندویچتان بگذارید. با این مقدار مواد شما می‌توانید. چهار ساندویچ درست کنید.
۶. ساندویچ‌ها را چهار دقیقه در دستگاه ساندویچ ساز بگذارید.

* این ساندویچ را با مواد مختلفی مثل خرما و گردو، تخم مرغ، مرغ و قارچ و... هم می‌توان درست کرد.

مواد لازم

- قارچ (۴ عدد)
- فلفل دلمه‌ای (نصف یک فلفل)
- پیاز (یک عدد کوچک)
- نان تست (برشته) (۴ عدد)
- پنیر پیتزا ورقه‌ای (۴ ورقه)
- روغن (دو قاشق غذاخوری)
- نمک و فلفل و آویشن (به اندازه‌ی کافی)