



وزیر آموزش و پرورش
محسن حاجی میرزایی



* سوادآموزی جزء اصلی‌ترین و راهبردی‌ترین اقداماتی است که جامعه‌ی ما باید انجام دهد.

معاون وزیر و رئیس سازمان نهضت سوادآموزی
شاپور محمدزاده



* آموزش در مراکز یادگیری محلی کاربردی و ترکیبی از آموزش سواد و مهارت است، به طوری که مخاطبین این مراکز، علاوه بر فراگیری سواد، با مهارت‌های مختلف نیز آشنا می‌شوند.

فرصت دوم

نشریه‌ی ویژه‌ی نوسوادان

شماره پروانه انتشار نشریه:
۷۹۴۴۸

ماهنامه‌ی آموزشی و فرهنگی سازمان نهضت سوادآموزی

مهر ۱۳۹۸ ■ محرم - صفر ۱۴۴۱ ■ سال پنجم ■ شماره ۶۱



امام خمینی (رحمت الله علیه):
... بدون از دست دادن وقت و بدون تشریفات خسته کننده، برای مبارزه با بی سوادی به طور ضربتی و بسیج عمومی قیام کنیم ...

مقام معظم رهبری (مد ظله العالی):
حرکت سوادآموزی کاری خوب و صدقه‌ی جاریه است.



درس‌های تربیتی حاج آقا قرائتی اخلاص و یکرنگی



بدهیم و هدفی جز رضای خدا داشته باشیم، در همه‌ی این موارد، نماز باطل است و به دلیل ریاکاری، گناه هم کرده‌ایم. به بیانی دیگر، اخلاص و پاک‌دلی آن است که چیزی را به جز خداوند در نظر نگیریم. توجّه ما تنها یک چیز و آن هم اطاعت از فرمان خدا و انجام وظیفه برای رضایت و خشنودی او باشد.

رسیدن به اخلاص جز با یاری خداوند امکان ندارد. قرآن کریم در آیه‌ی ۳۲ سوره‌ی لقمان می‌فرماید: هنگامی که موج دریا آنان را فرا گیرد، خدا را خالصانه می‌خوانند، اما زمانی که آنان را نجات داد و به خشکی رساند، فقط تعدادی از آن‌ها راه اعتدال را پیش می‌گیرند (و به ایمان خود وفادار می‌مانند).
| ادامه دارد ... (از کتاب دقایقی با قرآن)

اخلاص آن است که کار فقط برای خدا باشد. تا آنجا که حتی اگر یک درصد و یا کمتر از آن برای غیرخدا باشد، باطل و یا مورد اشکال است.

برای نمونه:

- اگر مکان نماز را برای غیرخدا انتخاب کنیم، مثلاً در جایی بایستیم که مردم ما را ببینند و یا دوربین ما را نشان دهد.
- اگر زمان عبادت را برای غیرخدا انتخاب کنیم، مثلاً نماز را در اوّل وقت بخوانیم تا توجّه مردم را به خود جلب کنیم.
- اگر شکل ظاهری که در آن نماز می‌خوانیم، برای غیرخدا باشد، مثلاً عبایی به دوش بگیریم، گردنی کج کنیم، در صدای خود تغییری



اربعین حسینی

روز بیستم ماه صفر، اربعین حسینی نام دارد. اربعین، چهل روز بعد از واقعه‌ی غم انگیز عاشورا است. شیعیان سراسر جهان در این روز به یاد امام حسین (علیه السلام) و هفتاد و دو تن از یاران با وفایش که در روز عاشورا به دست لشکریان یزید شهید شدند، مراسم سوگواری برگزار می‌کنند.

در روز اربعین کاروان اسیران، از شام به مدینه برگشتند. در آن روز جابر بن عبدالله انصاری، از یاران رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) از مدینه به کربلا آمد تا به زیارت قبر امام حسین (علیه السلام) برود. او نخستین کسی است که قبر آن حضرت را زیارت کرد. او نابینا بود. عطیّه، پسر سعد عوفی دستش را گرفت و روی قبر امام حسین (علیه السلام) گذاشت. او قبر را لمس کرد و اشک ریخت. یاد و خاطره‌ی امام حسین (علیه السلام) و یارانش را زنده کرد.



با این کار سنت زیارت مزار شهدا را تبلیغ و ترویج کرد. اربعین چنین روز مهمی است. در این روز، خواندن زیارت اربعین مستحب است.

در روز اربعین، امام سجّاد (علیه السلام) به همراه خانواده‌ی امام حسین (علیه السلام) در راه بازگشت از شهر شام، به زیارت قبر مطهر امام حسین (علیه السلام) و یاران با وفایش در کربلا رفتند. پس از سه روز عزاداری و ماتم در غم از دست دادن شهیدان کربلا به مدینه، شهر پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) بازگشتند. همچنین در بین شیعیان مشهور

است که امام سجّاد (علیه السلام) سر مطهر امام حسین (علیه السلام) را در روز اربعین در کنار بدن شریف آن حضرت دفن کرد.

اهمیت اربعین در آن است که در این روز خاندان پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) با تدبیر الهی، یاد نهضت حسینی را برای همیشه جاودانه نگه داشتند. اگر حضرت زینب (سلام الله علیها) و امام سجّاد (علیه السلام) در عصر عاشورا و روزهای اسارت هدف از قیام امام حسین (علیه السلام) و ظلم دشمنان اسلام را بیان نمی‌کردند، واقعه‌ی عاشورا تا امروز زنده نمی‌ماند.

امام صادق (علیه السلام) در این باره می‌فرماید: هر کسی یک بیت شعر درباره‌ی حادثه‌ی عاشورا بگوید و کسانی را با آن بیت شعر بگریاند، خداوند بهشت را بر او واجب خواهد کرد.

پس، درسی که اربعین به ما می‌دهد این است که باید یاد و خاطره و هدف از شهادت شهدا را زنده نگه داریم و راه آنان را ادامه دهیم. به همین خاطر است که هر ساله میلیون‌ها عاشق امام حسین (علیه السلام) از سراسر جهان در پیاده روی اربعین شرکت می‌کنند.

زندگی‌نامه‌ی سرور جوانان اهل بهشت، امام حسن مجتبی (علیه السلام)

می‌آورد، گریه می‌کرد. وقتی به نماز می‌ایستاد، بدنش می‌لرزید و از آتش دوزخ به خداوند پناه می‌برد. بسیار راستگو و صبور بود. بی‌اعتنا به دنیا بود. بسیار مهربان، بخشنده و متواضع بود. روزی از جایی می‌گذشت. عده‌ای را دید که روی زمین نشسته و نانی را می‌خوردند. آنان وقتی چشمشان به امام حسن (علیه السلام) افتاد، گفتند: ای پسر رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم)، بیا با ما هم غذا شو. امام حسن (علیه السلام) نزدیک آنان رفت و گفت: خدا افراد متکبر را دوست ندارد. نشست و با آنان به غذا خوردن مشغول شد. سپس آنان را به میهمانی خود دعوت کرد و غذا و پوشاک به همه‌ی آنان داد. از رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) روایت است: «هر کسی برای حسن گریه کند، چشمش کور نشود در روزی که (قیامت) چشم‌ها کور می‌شود و هر کسی در بقیع او را زیارت کند، قدمش بر صراط نمی‌لرزد، روزی که قدم‌ها در آن روز می‌لرزد.»

عنایت کرد. لقب‌های ایشان سبط اکبر، سید، زکی، تقی و مجتبی است که از همه معروف‌تر مجتبی می‌باشد.

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) به امام حسن و برادرش، امام حسین (علیه السلام) علاقه‌ی خاصی داشت و بارها می‌فرمود که حسن و حسین فرزندان من هستند.

امام حسن (علیه السلام) پس از شهادت پدر بزرگوار خود، به امر خدا و طبق وصیت آن حضرت، به امامت رسیدند. حدود شش ماه به اداره‌ی امور مسلمین پرداختند تا معاویه که دشمن سرسخت حضرت علی (علیه السلام) و خاندان ایشان بود و سال‌ها به طمع خلافت، لشکرکشی می‌کرد، جنگ را آغاز کرد.

امام حسن (علیه السلام) از نظر ظاهر و اخلاق به رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) بسیار شباهت داشت. از امام صادق (علیه السلام) نقل است: حسن بن علی، پرهیزکارترین اهل زمان خود بود. بسیار باتقوا و دانشمند بود. پیاده و پابرهنه به حج می‌رفت. هر وقت مرگ را به یاد

هفتم ماه صفر، به روایتی شهادت امام حسن مجتبی (علیه السلام) است. به همین مناسبت، مروری بر زندگی‌نامه‌ی آن حضرت خواهیم داشت.

درباره‌ی نام‌گذاری حضرت نقل است: بعد از تولد، حضرت علی (علیه السلام) او را نزد رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) برد. حضرت پرسید: «آیا برای او نامی انتخاب کرده‌اید؟» امیرمؤمنان (علیه السلام) فرمود: «بر شما در نام پیشی نمی‌گیرم.» حضرت فرمود: «من هم بر پروردگارم پیشی نمی‌گیرم.» سپس خداوند بزرگ جبرئیل را نازل کرد و فرمود: «برای محمد پسر من متولد شده، سلام مرا به او برسان. مبارک باد بگویی و بگو علی نسبت به تو مانند هارون نسبت به موسی است. پس او را به اسم پسر هارون نام‌گذاری کن. (اسم پسر هارون به زبان عربی «حسن» است.)

امام حسن (علیه السلام) نخستین نوه‌ی پیامبر است که خداوند به خانواده‌ی حضرت علی (علیه السلام) و حضرت فاطمه (سلام الله علیها)

بعد از واقعه‌ی کربلا برای اهل بیت (علیهم السلام) چه گذشت؟

اهل بیت امام حسین (علیهم السلام) بعد از واقعه‌ی کربلا، خبر شهادت امام را از کودکان پنهان نگه داشتند.

هنگامی که اهل بیت (علیهم السلام) در خرابه‌ی شام بودند، حضرت رقیه، دختر سه ساله‌ی حضرت امام حسین (علیه السلام)، شبی از خواب پرید و بهانه‌ی پدر را گرفت. او گفت:

«الان بابایم کنارم بود و مرا در آغوش گرفت، کجا رفت؟!»

صدای ناله و زاری اهل بیت (علیهم السلام) بلند شد. صدای شیون زنان و کودکان به کاخ یزید رسید، او از خواب بیدار شد! پرسید: «در خرابه چه خبر است؟»

گفتند: «دختر حسین، بهانه‌ی پدر را گرفته است.»

یزید (لعنت الله علیه) گفت: «سر پدرش را برایش ببرید.»

سر مبارک امام حسین (علیه السلام) را در ظرفی گذاشتند و با پارچه‌ای پوشاندند. سپس آن را نزد حضرت رقیه آوردند.

حضرت رقیه به خیال اینکه برایش غذا آورده‌اند، فرمود: «عمه جان، من گرسنه نیستم، من بابایم را می‌خواهم.»

گفتند: «آنچه می‌خواهی، درون ظرف است.»

حضرت رقیه با دست‌های کوچکش پارچه‌ی روی ظرف را کنار زد. چشمش به سر بریده‌ی پدر افتاد و به شدت گریست و شروع به درد و دل کردن با سر پدر کرد. اما بعد از چند لحظه اهل بیت (علیهم السلام) متوجه شدند که حضرت رقیه چیزی نمی‌گوید. وقتی بالای سرش رفتند، دیدند که او جان به جان آفرین تسلیم کرده است.

حضرت سکینه، دختر دیگر ابا عبدالله (علیه السلام) نقل می‌کند:

«هنگامی که در خرابه‌ی شام بودیم، در خواب دیدم پنج نفر در حالی که چند فرشته در اطراف آنان بودند، بر مرکب‌هایی از نور سوارند. خدمتکاری هم در آنجا بود. وقتی از کنار ما گذشتند، آن خدمتکار به طرف من آمد و گفت: ای سکینه! جدت رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) به شما سلام می‌رساند.

گفتم: سلام خدا بر رسولش. تو کیستی؟!»

گفت: من از خدمتکاران بهشت هستم.

گفتم: این مردانی که بر مرکب‌های نور سوارند، کیستند و به کجا می‌روند؟

گفت: حضرت آدم، حضرت ابراهیم، حضرت موسی، حضرت عیسی و آن که محاسنش را در دست گرفته و بسیار نگران است، جدت رسول خداست که همگی برای زیارت پدرت؛ حسین (علیه السلام) به کربلا می‌روند.

همین که نام جدّم را شنیدم، خواستم به طرفش بروم و ایشان را از بلاهایی که بر ما در

این مدت گذشت، خبر دهم و بگویم ستمکاران با ما چه کرده‌اند!

ناگهان دیدم پنج تخت روان از نور به زمین فرود آمدند. بر روی هر تخت بانوی محترمی نشسته است. پرسیدم: اینان کیستند؟

خدمتکار گفت: اولی حوا، دومی آسیه، سومی مریم، چهارمی حضرت خدیجه و آن بانویی که دست بر سر گذاشته است و گاهی می‌افتد و گاهی بر می‌خیزد، جدّه‌ات، حضرت فاطمه (سلام الله علیها) است.

گریه کنان به طرف جدّه‌ام حضرت فاطمه (سلام الله علیها) رفتم. ایشان مرا در آغوش گرفت و فرمود: سکینه جان، دیگر بس است، گریه و ناله‌هایت جگرم را آتش زد و قلبم را به درد آورد.»

آن حضرت می‌فرماید: در آن موقع ناگهان از خواب بیدار شدم.

یزید بعد از شهادت امام حسین (علیه السلام) متوجه شد که بر خلاف تصوّرش، نتوانست محبت اهل بیت (علیهم السلام) را از دل‌های مردم بیرون کند. به همین دلیل شهادت آن حضرت و یارانش را به گردن ابن زیاد و شمر انداخت.

مطلب ارسالی از

معاونت سواد آموزی استان سمنان



روش میکروب‌زدایی سبزی



هم بزنییم تا پودر پرگلرین به طور کامل در آب حل شود. سپس سبزی‌های انگل‌زدایی شده را به مدت پنج دقیقه در محلول قرار دهیم و بعد خوب آن‌ها را آب‌کشی کنیم.

مرحله چهارم: شست و شو

سبزی‌های ضد عفونی شده را مجدداً با آب سالم بشوییم. سپس آن‌ها را مصرف کنیم.

مرحله دوم: انگل‌زدایی

سبزی‌ها را در ظرفی پر از آب قرار دهیم. سپس کمی نمک به آن اضافه کنیم. بعد از پنج دقیقه، سبزی‌ها را از ظرف خارج کنیم و با آب، خوب بشوییم.



مرحله سوم: ضد عفونی کردن

برای ضد عفونی کردن و از بین بردن میکروب‌ها، یک قاشق چای‌خوری پودر پرگلرین در ظرف پنج لیتری پر از آب بریزیم و

برای جلوگیری از مبتلا شدن به انگل و بیماری‌های روده‌ای، سبزی را با روش‌های زیر ضد عفونی کرده و بعد مصرف کنیم:

مرحله اول: پاک‌سازی

ابتدا سبزی را به خوبی پاک کنیم؛ سپس با آب تمیز شست و شو دهیم تا گل و لای آن کاملاً برطرف شود.



چای و خواص آن را بیشتر بشناسیم



۸) چای سبز از بروز آرتروز، پوکی استخوان، ایجاد لخته‌های خونی، بیماری قند و مشکلات تنفسی جلوگیری می‌کند.

ضررهای چای

۱) نوشیدن چای کم‌کم نقطه‌های قهوه‌ای رنگی روی دندان‌ها ایجاد می‌کند که باعث خراب شدن آن‌ها می‌شود.

۲) چای زیاد باعث پوکی استخوان‌ها می‌شود.

۳) نوشیدن چای، بلافاصله بعد از غذا، هضم غذا را دچار مشکل می‌کند و جذب آهن و مواد معدنی را کم می‌کند.

۴) نوشیدن چای سبز زیاد، سبب بیماری‌های گوارشی می‌شود.

فایده‌های چای

۱) یک لیوان چای، فلوئور مورد نیاز بدن را تأمین می‌کند. فلوئور ماده‌ای است که برای حفظ دندان‌ها و استخوان‌ها مفید است. این ماده در چای وجود دارد؛ اما مصرف زیاد آن برای بدن ضرر دارد. بنابراین نوشیدن سه لیوان چای در روز هیچ ضرری ندارد.

۲) چای میزان ادرار را زیاد می‌کند؛ بنابراین سم‌ها را از بدن خارج می‌کند و کلیه‌ها را به کار می‌اندازد. همچنین از سنگ کلیه جلوگیری می‌کند.

۳) در چای ماده‌ای وجود دارد که از پیری زودرس جلوگیری می‌کند.

۴) نوشیدن چای سبب می‌شود چربی خون کاهش یابد.

۵) چای سبز موجب کاهش فشار خون می‌شود و از حمله قلبی جلوگیری می‌کند.

۶) نوشیدن چای، قند خون را در بیماران دیابتی کم می‌کند.

۷) چای سبز، مانع گسترش بیماری‌ها در بدن می‌شود.

اگر برگ چای تازه چیده شده را بخار ملایم دهیم، چای سبز به دست می‌آوریم. برای تهیه چای سیاه، کارهایی بر روی آن انجام می‌شود که برای بدن زیان دارد. به علاوه مواد مفید موجود در چای سیاه بر اثر حرارت طولانی مدت از بین می‌روند. پس وقتی چای دم کشید باید چای را از تفاله جدا کرد. جدا کردن تفاله سبب حفظ و نگهداری مواد ارزش چای می‌شود. بهتر است پس از ده دقیقه تفاله را از چای جدا کنیم.



آموزش خانواده

حقوق فرزندان

یکی از وظایف مهم والدین نسبت به فرزندان، رعایت حقوق آنان است. همه‌ی ما می‌دانیم که کودکان دارای استعدادهایی هستند که خداوند در آنان به امانت گذاشته است. وظیفه‌ی والدین این است که فرزندان خود را طوری تربیت کنند تا بتوانند استعدادهای خود را کشف و از آن‌ها استفاده کنند. البته، برای این کار، والدین باید خودشان دارای ویژگی‌های شایسته و اخلاق نیکو باشند. برای مثال اگر پدر و مادری می‌خواهند فرزندانشان، راست‌گو، عادل، شجاع و امانت‌دار باشند، باید خود آنان این‌گونه باشند.

یکی دیگر از وظیفه‌های مهم پدر و مادر، آشنا کردن فرزندان با دستورهای دینی و اخلاقی، دوری از گناه و کسب روزی حلال است. به طور نمونه برای اینکه فرزندان ما گناه نکنند، باید همیشه خداوند را ناظر کارهای خود بدانیم و گناهی مرتکب نشویم و همچنین وظایف دینی خود را به درستی انجام دهیم. حق دیگر فرزندان، انتخاب نام نیک برای آنان است. چون نام نیکو و آبرومند، سبب بالا رفتن شخصیت اجتماعی فرزند می‌شود.

وظیفه‌ی دیگر والدین نسبت به فرزندان، فراهم کردن زمینه‌ی آموزش آنان است. در اسلام کسب علم، دانش و آموزش قرآن کریم به فرزندان بسیار سفارش شده است. ما باید فرزندان خود را به خواندن نماز و انجام سایر واجبات دعوت کنیم. به فرزندان خود یاد دهیم که خوش اخلاق و فروتن باشند. در برابر مشکلات صبور باشند. حیا، عفت و پاک‌دامنی را رعایت کنند. ما هم به عنوان پدر و مادر به پیشنهادهای فرزندان خود احترام بگذاریم و در کارها با آنان مشورت کنیم. هرگاه فرزندان کارهای خوبی انجام دادند، آنان را تشویق کنیم.



آیا می‌دانید



■ یک دندان شکسته پس از هفت ساعت در داخل نوشابه، حل می‌شود.



■ یک چهارم تعداد استخوان‌های بدن ما، در پاهایمان قرار دارند.

■ اثر لب و زبان هر فردی، مانند انگشتان او با دیگران تفاوت دارد.



■ چشم‌های شتر مرغ از مغزش بزرگ‌تر است.

■ دهان انسان روزانه یک لیتر بزاق تولید می‌کند.



■ گربه‌ها می‌توانند با حنجره‌های خود بیش از ۱۰۰ نوع صدا تولید کنند.

■ یک لیتر سرکه در زمستان، سنگین‌تر از تابستان است.

توصیه‌هایی برای والدین کلاس اولی‌ها



روزهای اول پاییز برای بعضی از خانواده‌ها روزهای خاصی است. بسیاری از خانواده‌ها در این روزها فرزند کلاس اولی خود را راهی مدرسه می‌کنند. شاید این موضوع برای والدین کمی نگران کننده باشد. این نگرانی برای والدینی که فرزندشان پیش از این در محیط آموزشی، مثل مهد کودک حضور نداشته، بیشتر است. بنابراین پدرها و مادرها باید کودک خود را در کلاس‌های پیش دبستانی ثبت نام نمایند تا با این کار به خود، فرزند و آموزگار او در دبستان کمک کنند. والدین دانش آموزان سال اولی به این نکته‌ها توجه کنند:

- فرزند خود را تشویق کنیم تا هر شب به موقع و در ساعت معینی بخوابد.
- خاطره‌های شیرین خواهر یا برادر بزرگ‌تراو را که به مدرسه رفته‌اند یا می‌روند، برایش بازگو کنیم.
- کودک خود را با ظاهری آراسته و تمیز به مدرسه بفرستیم.
- در همه‌ی مدارس برای والدین، به ویژه والدین کلاس اولی‌ها، جلسه‌های آموزش خانواده برگزار می‌شود. در این جلسه‌ها فعالانه شرکت کنیم.

- همراهی کردن کودک در روزهای اول سال تحصیلی بسیار مهم است. در چند روز اول مدرسه، فرزندمان را هنگام رفتن به مدرسه و برگشتن همراهی کنیم.
- در آغاز سال تحصیلی به کودک خود اطمینان دهیم که به مدرسه می‌رویم و او را به خانه می‌آوریم.
- سعی کنیم هنگام برگشتن کودک به منزل غذا آماده باشد.
- نام فرزند خود را روی وسایل شخصی مدرسه‌اش بنویسیم.
- دقت کنیم کودک غذایش را به موقع بخورد و استراحت کند.
- مطمئن شویم کودک لیوان، دستمال و وسایل شخصی خود را به همراه دارد و یادآور شویم که وسایل، فقط مخصوص استفاده‌ی خود اوست.
- به او اطمینان دهیم آموزگارش مهربان است و او را دوست دارد.



مریم حسینی‌فر: کرمانشاه

خواص گیاهان و مواد غذایی

فایده‌های ماهی

گوارش به خوبی جذب می‌شود. ماهی فسفر زیادی دارد. فسفر، ماده‌ای است که همراه کلسیم برای سلامت و محکم شدن استخوان‌ها مفید است. مصرف ماهی علاوه بر این که یُد مورد نیاز بدن را تأمین می‌کند، از بیماری‌های مربوط به کمبود یُد نیز پیشگیری می‌کند. اگر مادران باردار و شیرده ۲ تا ۳ بار در هفته ماهی میل کنند، برای رشد جسمی و ذهنی نوزادشان مفید است.

ماهی غذای مفیدی است و جزو غذاهای اصلی بیشتر کشورها به حساب می‌آید. نوع چربی موجود در آن مانند مواد گیاهی است. در بیشتر آبیان ماده‌ای به نام امگا ۳ وجود دارد که تأثیر زیادی در سلامت انسان و پیشگیری از بیماری‌ها دارد. پروتئین موجود در ماهی هضم غذا را آسان می‌کند. ماهی، یکی از منابع خوب آهن است. آهن آن در خون‌سازی و مقاومت بدن در برابر میکروب نقش مهمی دارد. همچنین آهن موجود در ماهی به وسیله‌ی دستگاه



نکته‌های خانه‌داری

سخنان پندآموز حضرت علی (علیه السلام)

از حضرت علی (علیه السلام) پرسیدند: سنگین‌تر از آسمان چیست؟
فرمود: «تهمت به انسان بی‌گناه.»
پرسیدند: از دریا پهناورتر چیست؟
فرمود: «قلب انسان قانع.»
پرسیدند: از زهر تلخ‌تر چیست؟
فرمود: «صبر در برابر افراد نادان.»



جلوگیری از پاشیدن روغن و چسبیدن غذا

■ اگر کمی نمک به داخل ماهی‌تابه بریزید، روغن به اطراف نمی‌پاشد.
■ اگر مقداری سرکه را در ماهی‌تابه‌ی نو که تازه خریده‌اید، بریزید و بگذارید سرکه به جوش آید، غذا به آن نمی‌چسبد.



■ اگر برنج شما به ته قابلمه‌ای که جنس آن از روی است چسبیده باشد، قابلمه‌ی داغ را روی حوله‌ی خیس بگذارید یا کف قابلمه را در آب سرد فرو ببرید، برنج از کف ظرف جدا می‌شود.



استفتائات حضرت آیت‌الله العظمی سید علی خامنه‌ای (مد ظله العالی)

سؤال: آیا محل کار حکم وطن را دارد؟
جواب: اشتغال به کاری در مکانی موجب نمی‌شود که آن مکان وطن گردد. ولی اگر از محل سکونت تا محل کار که به مقدار مسافت شرعی با هم فاصله دارند در هر ده روز حداقل یک مرتبه رفت و آمد نماید، نماز وی در آنجا تمام و روزه‌اش صحیح است.

■ ■ ■

سؤال: آیا محل تولد شخص هر چند در آنجا ساکن نباشد، وطن محسوب می‌شود؟
جواب: اگر در آنجا مدتی مانده و رشد و نمو کرده باشد، تا از آن اعراض نکرده است، حکم وطن را دارد و در غیر این صورت حکم وطن ندارد.

■ ■ ■

سؤال: بعد از وقوع زلزله در منطقه‌ای، غالباً در مدت کمی ده‌ها پس‌لرزه رخ می‌دهد، حکم نماز آیات در این موارد چیست؟
جواب: هر زلزله‌ای، چه شدید و چه خفیف، اگر زلزله مستقلی محسوب شود، نماز آیات جداگانه‌ای دارد.

بازی‌های مناسب کودکان

بازی با پازل یا جورچین، چیستان و بازی‌های کاردتی، بازی‌های فکری هستند. بازی‌های آزمایشی، کودک را با طبیعت و محیط اطراف آشنا می‌کنند و مخصوص دوره‌ی سنی سه تا پنج سال هستند.

بازی‌های گروهی و بازی‌های آزاد برای گروه سنی پنج تا هفت سال مناسب‌اند. در بازی‌های آزاد کودک دخالت نکنیم. همچنین او را به کاری که علاقه ندارد، وادار نسازیم.



بازی‌های کودکان، باید با سن آنان متناسب باشد. برای کودکان یک تا دو ساله بازی‌های حسی مفید است، زیرا حواس لامسه، بویایی، چشایی، بینایی و شنوایی آنان تقویت می‌شود. از دیگر بازی‌های مناسب این دوره، بازی‌های حرکتی است. این بازی‌ها مهارت استفاده از دست‌ها، پاها و به طور کلی اندام‌ها را در کودکان افزایش می‌دهند. گروه دیگری از بازی‌ها به رشد کلامی کودکان کمک می‌کنند.

این بازی‌ها، مخصوص کودکان یک تا دو ساله است. موجب می‌شوند تا کودک بتواند به خوبی کلمه‌ها را بیان کند و مهارت سخن گفتن را به دست آورد. بازی‌ها در این دوره برای کودکان بسیار لذت‌بخش است.

بازی‌های تقلیدی و فکری بیشتر مخصوص دوره‌ی سنی دو تا سه سالگی است. در بازی تقلیدی، کودک از خیال‌پردازی استفاده می‌کند. این بازی‌ها فرصت خوبی است تا کودک با محیط اطراف خود و دنیای بزرگسالان آشنا شود. در بازی‌های فکری، کودک از تجربه‌های خود استفاده می‌کند. این نوع بازی‌ها، ذهن کودکان را تقویت می‌کند.

فرصت دوم

ماهنامه‌ی آموزشی، فرهنگی و خبری
سازمان نهضت سوادآموزی
مهر ۱۳۹۸ ■ سال پنجم ■ شماره ۶۱

صاحب امتیاز: سازمان نهضت سوادآموزی
مدیر مسئول: در حال تغییر
سردبیر: اسماعیل برقی
شورای نویسندگان: عابدین بازگیر، لیلا رضایی، رسول سیف، مصطفی عطاران، عبدالرضا کریمزاده، ابوالفضل معصوم پور، منیرالسادات موسوی
ناظر چاپ: محمد فتاحی زاده
طراح و صفحه آرا: یحیی حسین‌مردی
لیتوگرافی و چاپ: مجتمع چاپ ایماژ
شمارگان: ۱۰۰۰۰ نسخه

نشانی: تهران، خیابان شهید دکتر فاطمی، بعد از سه راه کاج، پلاک ۱۲۷، کدپستی: ۱۴۱۴۷۱۳۶۸۱، صندوق پستی: ۱۴۱۵۵۶۳۷۸ / تلفن: ۰۲۱۸۳۷۸۱ / شماره: ۰۲۱۸۸۱۶۳۳۸۰
نشانی پایگاه اطلاع رسانی سازمان نهضت سوادآموزی: www.Lmoiran.ir/fa

- نشریه فرصت دوم آماده دریافت مقاله‌ها و نقد صاحب نظران است.
- نشریه در اصلاح، ویرایش و تلخیص مقاله‌ها، تا جایی که به اصل دیدگاه مؤلفان خدشه وارد نشود، آزاد است.
- مطالب به صورت تایپ شده و از طریق پایگاه اطلاع رسانی سازمان ارسال شود.
- مطالب تا حد امکان کاربردی و ساده سازی شده، باشد.

معرفی شهدای سوادآموزی



شهید: محمد باقر رستمی مهر

تاریخ و محل تولد: ۱۳۴۲ | تبریز

تاریخ شهادت: ۱۳۶۵/۱۰/۲۲

محل شهادت: شلمچه

شغل قبل از شهادت: آموزشیار

شهید محمد باقر رستمی مهر، سال ۱۳۴۲ در خانواده‌ای مذهبی در شهر تبریز متولد شد. هوش او به حدی بود که دوران دبستان و راهنمایی را با رتبه‌ی اول در مدارس بیست و نهم بهمن و سردار ملی با موفقیت گذراند. با توجه به علاقه‌ی وی به درس ریاضی و هندسه، دوران دبیرستان را در رشته‌ی ریاضی و فیزیک به پایان رساند. پس از دریافت دیپلم، به خدمت سربازی اعزام شد.

شهید پس از خدمت سربازی با شرکت در دوره‌های آموزشی و روش تدریس، شغل آموزشی را برای خود انتخاب کرد. این کار را برای لیبیک‌گویی به فرمان حضرت امام خمینی (رحمت الله علیه) برای مبارزه با جهل و بی‌سوادی می‌دانست. کارش را در نهضت سوادآموزی شروع کرد. همزمان با تدریس، آماده‌ی شرکت در کنکور سراسری شد. در سال ۱۳۶۴ در رشته‌ی نقشه برداری در دانشگاه تبریز قبول شد. با توجه به ادامه‌ی جنگ تحمیلی و تأکید حضرت امام خمینی (رحمت الله علیه) برای حضور در مناطق عملیاتی، در همان سال ورود به دانشگاه، به جبهه‌های حق علیه باطل اعزام شد. پس از چندین دوره حضور در خط مقدم مناطق عملیاتی، در دی ماه ۱۳۶۵ در عملیات غرور آفرین کربلای پنج در منطقه‌ی شلمچه به درجه‌ی رفیع شهادت نایل شد.

روحش شاد و یادش گرامی باد.

پاسخ جدول شماره‌ی ۶۰

۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
ب	ا	ن	ط	خ	ر	س	س	۱
ه	ر	ا	م	و	ا	و	س	۲
م	د	م	ا	م	ج	ک	ک	۳
ن	م	ق	م	و	ا	ه	ه	۴
ر	د	ی	د	ر	خ	ت	ر	۵
گ	ا	ش	ف	ا	ر	ب	ا	۶
ل	ش	ر	ک	م	ب	ا	ب	۷
ا	ح	ن	ر	ک	و	م	م	۸
ب	ر	ا	ش	ا	م	م	ا	۹



۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

								۱
								۲
								۳
								۴
								۵
								۶
								۷
								۸
								۹

افقی (از راست به چپ):

- ۱) آن را بیشتر با کره مصرف می‌کنند. - وسیله‌ی پوست کندن میوه
- ۲) شرم - جد پدری یا مادری
- ۳) یکی از حروف اضافه در زبان فارسی - حیوان نجیب - خیر نیست. (۴) نام کشور عزیزمان
- ۵) قسمتی از چیزی را داشتن - نزدیک نیست. (۶) ابله و احمق
- ۷) مخالف زیاد - اسم - در زبان عربی به معنی «نه» است.
- ۸) درخت انگور - قسمتی از پا
- ۹) غریب نیست - وسیله‌ی انتقال آب

عمودی (از بالا به پایین):

- ۱) لطف و مهربانی - یگانه، بی‌همتا (۲) تزویر و دورنگی - یکی از حبوب
- ۳) تکرار آن پدر می‌شود. - یکی از فلزات - منطقه‌ای خوش آب و هوا نزدیک تهران
- ۴) اعتقاد به خداوند
- ۵) دختر نیست. - وسیله‌ی درو کردن (۶) یکی از آجیل‌ها
- ۷) اشاره به دور - نان خودمانی - صورت
- ۸) در صورت مردان می‌روید. - کسی که نمی‌تواند حرف بزند.
- ۹) برای برطرف شدن بیماری می‌خوریم. - هسته‌ی میوه

جدول