زورق

معاً لأجل الطفولة

العدد «1» | 1 آب 2013

مجلة شهرية - تُعنى بالطفل وتصدر عن مجلة الغربال في كفرنبل

في هذا العدد:

- رحلة ورقية
- مسرح خيال الظل
- أسد البحار: أحمد بن ماجد
- جدّوع صديقنا
- مغامرات القبطان الصغير: أوغاريت
- حكاية السنافر والشبح الصغير

والكثير من المواضيع المفيدة والتسالي الممتعة...

سنمضي معاً

الـزوق جاهـزٌ لندفعـه بلطـفٍ مـن الضفّـة إلى المـاء ، تأمّلـوه وهـو يرقـص مـن شـدّة الفـرح ، بألوانـه الزّاهيـة ، عـلى سـطح المـاء الذّي استقبله برذاذ ناعم منعش .

إنـه زورقكـم ، زورق الطّفولـة .. كلّ واحـدٍ منكـم سـيكون قبطانـاً، وسـيبحر في مغامـرة مثـيرة شـيّقة .

لـكلّ طفـلٍ زورق ، فليمسـك المجدافـين ، وليحـدّد جهـة الإبحـار مستكشـفاً هـذا العـالم .

الماء هو الحلم ، والمجدافان هما : الفكرة .. والطموح .

سـترافقكم النّـوارس والأسـماك البرّاقـة والدّلافـين اللطيفـة ، احترسـوا .. قـد يفاجئكـم سـمك القـرش ، أوتتعرّضـون لـدوار البحر .

أعرف أنّكم شجعان ، يقظون .. وأذكياء .

وأعـرف أنّ الشّـمس البرتقاليـة ، قبّلـت خـدّ البحـر قبلـة الصبـاح ، وارتفعـت لتهـدي العيـون خِصَـلَ شـعرها الوضّـاء .

وأعرف أنّني أطلت ، وأنّكم متشوّقون جدّاً للإبحار.

هـا أنـا ألـوّح لكـم بكلتـا يـدي، ألـوّح لأحلامكـم الملونـة التّـي ترفـرف فـوق زوارقكـم كالأشرعة.

أصدقائي الصغار، نرحب بكم في زورقكم..

وننتظر مساهماتكم ورسوماتكم وصوركم لننشرها في أعدادنا القادمة...

يمكنكم إرسال رسائلكم على العناوين:

https://www.facebook.com/zawrakmag

أو عبر البريد الإلكتروني:

info@algherbal.com

كما يمكنكم تسليم مشاركاتكم للموزعين في المناطق المختلفة

هُناك

تأليف: خير الدين عبيد

أَيا أبتِ.. أَتسمحُ لي بمفتاحِ لبابِ الدارْ؟
كبرتُ أنا.. وفي الأُفُقِ تُلَوِّحُ لي يَدُ البَحَّارْ
وتلمعُ في أناملهِ خواتِمُ كلُّها أسرارْ

* *

سأرحلُ ساعةً وأعودْ.. فلا تقلقْ
تأخَّرنا، أنا والحلمُ عن ميعادنا المعهودْ
ليحضننا معاً زورقْ
يعوم هناك في زبَدٍ يشعُّ كأنَّهُ الزنبقْ
وأشرعةٌ ملونةٌ
وسربُ نوارسٍ حلَّقْ
سأمضي نحوَها لحناً.. وأسبحُ في المدى الأزرقْ

* *

تعالَ إِلَيَّ يا جسدي
بصوتِ الماءِ نادَتني ملامحُ وجهيَ التَّائِهْ
وكانَ يعومُ فوقَ الموجِ.. تُرْقِصُهُ مراياهُ
و يُغريني بِأندائِهْ
قفزتُ إليهِ أُمْسِكُهُ
فذابَ تشكَّلتْ سَمَكَةْ
وغُصْنا نحوَ أصدافٍ وغاباتٍ من المرجانْ
وطفنا نحوَ موجاتٍ تعودُ تقبِّل الشطآنْ
تسابقنا.. توارَينا.. أُلامسها.. تُلاحقني
وتُمْسِكُنا معاً شَبَكَةْ

* *

وعدتُ.. بِفَيْضِ أفراحي.. وصارَ القلبُ مفتاحي
وقلتُ: أبي.. أنا آسفْ
دُوارُ البحرِ أَخَّرَني وحُمْرةُ أفْقِهِ الرَّاعِفْ
وأصدافٌ وأسماكٌ وموجٌ فوقَها راجِفْ
أنا آسفْ.. أنا آسفْ

* *

رحلة ورقية

تأليف: خير الدين عبيد

- وقوف.
- جلوس.

وضعَ معلّمُ الرّسمِ حقيبته على الطّاولة، نظر إلى التلاميذ، وجد وجوهَهم كئيبةً.

- ما بكمْ؟
- تأجّلت رحلتُنا اليومَ بسبب المطر.
- لا تزعلوا. الآن سنذهبُ في رحلة.
- والمطر؟
- لن يبلّلَنا المطر!!

وفتح حقيبتَه، أخرجَ أوراقاً ملوّنةً، وعيونُ التّلاميذِ تنظرُ إليه مُتعجّبة! أمسكَ ورقةً حمراءَ، وراحَ يثنيها من الوسط، من الزّوايا، على شكل مربع، ثمَّ مثّلث، ثمَّ.....

- يبتسم قائلاً: هذا هو العنقاء.
- يصيحُ التلاميذ: الطّائر الخرافيّ؟!
- لا تضيّعوا الوقت. اصعَدوا على ظهره... تمسّكوا ببعضكم... لا تخافوا، سألفّ رقبتَه بساعديّ، ونطيرُ إلى البحر.

كان طائراً رائعاً، جناحاه كشراعين... ومنقارُه كسهم.

ركبَ التّلاميذُ مع المعلّمِ على ظهر العنقاء... وطاروا.

الغيومُ حولَهم كندف القطن...

قوسُ قزح كقلادةٍ على صدر السماء... أمّا اللّقالقُ المهاجرةُ فتشبهُ رتلاً من الجنود.

أحسّوا برطوبة البحر... نزلوا.

كانتِ الورقةُ الثانيةُ ذاتُ اللّونِ الأبيض، قد تحوّلتْ إلى زورقٍ بين أصابعِ المعلّم.

- هيّا... جَدّفوا بأيديكم، سنسافر إلى الجزيرة.

بدأ التّلاميذ بالتجديف، الأمواجُ تؤرجحُهم... والسّمكاتُ الصغيرة تدغدغ الأصابع المغموسةِ في الماء، وطيورُ النورس تحلّق فوقهم مغنّيةً:

- واق... واق، واق... واق.
- فيغنّون: هيلا... هب، هيلا... هب.

يصلُون إلى الجزيرة المحدّبة كظهر سلحفاة، الخضراءِ كشجرةِ جوز. يستقبلُهم ولدٌ زنجي بضحكةٍ رنّانة، وقفزاتٍ رشيقة.

لقد صنعَه المعلّمُ من الورقة الثالثة السّوداء، إنّه لا يلبَسُ شيئاً، عارٍ تماماً كشجرةِ الشّتاء.

رسمَ المعلّمُ ورقةَ توتٍ بدلاً من السّروال، قال: الآن. العبوا مع صديقكم ورقة.

ركضَ التّلاميذُ مع ورقة حول الجزيرة، تسلّقوا الأشجارَ، أمسكوا حبالَ اللّيف وتأرجحوا مثلَ طرزان، كسروا جوزاتِ الهند التي رمتْها قرودُ الجزيرة، سال ماؤها على أصابعهم، فتلامعتْ.

استمروا باللعب... حتّى غروبِ الشّمس، وعندما بحثوا عن معلّمهم، وجدُوه قد انتهى من ثني الورقةِ الأخيرةِ ذاتِ اللّونِ النّحاسي، محوّلاً إيّاها إلى جرس.

وقبلَ أن يحرّكَ المعلّمُ الجرس بيده، سمع التلاميذُ رنيناً، أفاقوا من أحلامهم، لكنّهم لم يستطيعوا التمييزَ بين رنينِ جرس المدرسة الذي يعلنُ انتهاءَ الحصّة، وبين رنينِ الجرس المصنوعِ من الورق الملوّن، والذي أعلنَ انتهاءَ أجملِ رحلةٍ ورقيّة.

مُزاح

بابا .. بابا ، طار العصفور من القفص
طار ؟! كيف .. غير معقول
لماذا كذبت ؟ ها هو يغرّد
آه يا أذني ، لم أكذب ، كنتُ أمزح

يا ويلي ، احترق المطبخ
ماما .. ماما ، الطنجرة فوق الغاز صارت سوداء
النار هادئة ، والطنجرة تلمع ، لماذا تكذب ؟
أه يا أذني ، لم أكذب ، كنت أمزح

شعر دميتي الذهبي مقصوص !
سمر .. سمر ، من قصّ شعر دميتك الأشقر ؟
كذّاب . ها هو شعرها واصل لقدميها
آه يا أذني ، لم أكن أكذب ، كنت أمزح

أسرتي كلها تتهمني بالكذب ، أنا لا أكذب ، كنت أمازحهم فقط .
لكن ما الفرق بين الكذب والمزاح ؟ آااخ يا أذني

معلومات مسرحية:
مسرح خيال الظل

تأليف: عبد القادر عبد اللي

يعتبر مسرح خيال الظل واحداً من أنواع المسرح الذي انتشر في العصور القديمة، وانتقل من جيل إلى جيل للمحافظة على هذا الفن الأصيل. تختلف الروايات حول أصل هذا المسرح، ويحاول كل شعب أن ينسبه إليه، وإن دل هذا على شيء فهو يدل على اعتزاز الشعوب بهذا الفن، وحبهم له. من الحكايات الطريفة التي تُروى عن أصول هذا الفن، هي أسطورة صينية تعود إلى سنة (١٢١ ق.م)، حيث تحكي أن الإمبراطور «ويو» قد سيطر عليه حزن عميق إثر وفاة زوجته التي كان يحبها حبا كبيراً، ولم تفلح كل المساعي التي بُذلت لتسليته والترفيه عنه. وقد حاول فنان صيني أن يرفه عن الإمبراطور باختياره لسيدة شديدة الشبه بالإمبراطورة المتوفاة، وجعلها تمر أمام ستارة بيضاء على بُعد مناسب من الإمبراطور، وادعى له أن هذا هو طيف الإمبراطورة الحبيبة. وقد نجح بذلك في الترويح عن الإمبراطور بهذا الشكل.

عرف العرب هذا النوع من الفن في العصر العباسي، وانتشر وازدهر في عهد الدولة الفاطمية، وأعجب به السلطان العثماني فنقله إلى اسطنبول. وقد أصبح أحد التقاليد الأساسية لأمسيات رمضان، إذا يذهب الناس بعد صلاة العشاء إلى المقهى، ويستمتعون بالعروض الطريفة التي كانت تُقدم، وكان لكل مقهى مسرح، وسمي في الشام بتحريف بسيط «مرسح»، وقد استخدم في فترة الانتداب الفرنسي لسورية في انتقادات المسؤولين المتعاملين مع الفرنسيين، وفضحهم. وشكل هذا المسرح أساس المسرح الناقد، والتمثيليات الكوميدية الساخرة من العادات والتصرفات السيئة في المجتمع.

يعتمد هذا الفن على دمى مصنوعة من الجلد القاسي أو الورق المقوى. تُرسم الدمية على قطعة الجلد أو المقوى، وتقص بواسطة المشرط، بحيث تترك فراغات تعطي شكل الشخصية، ثم تُلون بألوان مناسبة، ولكن يجب أن تكون الألوان قوية بحيث تظهر من خلف الشاشة الرقيقة التي تحرك خلفها تلك الدمى بواسطة قضبان رفيعة، وضوء مسلط على تلك الشاشة. يمكن للأطفال والمربين أن يصمموا شخصياتهم الخاصة بعد اطلاعهم على الشخصيات التي كانت تستخدم سابقاً.

ويعتمد أداء الحوار على التلاعب بالصوت الإنساني، ويرافق بمؤثرات صوتية مختلفة، ويمكن إضافة الأغاني والحوار الغنائي الذي يخدم الهدف من العمل المسرحي.

أسد البحار.. أحمد بن ماجد

د. وصفي عبدالقادر

لم يقتنع الصّغير بزورق من ورق ملوّن، يضعه بلطف في نهر خياله، ويلّوّح له مودّعاً بكفّيه،منشداً:

أيّها النهر لا تَسِرْ
وانتظرني لأتبعكْ
أنا أخبرت والدي
أنّني ذاهب معكْ
فانتظرني لأتبعكْ

بل كان يقف طويلاً أمام البحر، يتأمّل زرقته، وموجه، واتساعه، ويسأل النّوارس عمّا يوجد في المدى البعيد، هناك خلف البحر، حيث تغيب الشمس.

بدأ «أحمد» رحلة الاستكشاف، فصاحب والده في رحلاته البحريّة وهو لم يتجاوز العشر سنين، وقاد تحت إشرافه أوّل رحلة وهو في سن السّابعة عشرة، تعلّم البحّار الصّغير الفلك والرياضيّات والجغرافيا جنباً إلى جنب مع التاريخ والأدب، وألّف أكثر من ثلاثين كتاباً في (علم البحار) الذي لم يكن معروفاً من قبل، كما استحدث أدوات ملاحيّة جديدة أهمّها اختراعه «البوصلة البحريّة» المقسّمة إلى ٢٢ درجة والتي ماتزال مستعملة حتى الآن.

هو ملاّح وجغرافي عربي مسلم، اسمه أحمد بن ماجد النجدي، نِسبة إلى منطقة نجد من الجزيرة العربية، كنيته «ابن ماجد» ولقّبه «أسد البحار» ولد في رأس الخيمة عام ٨٤٠ هجريّة - ١٤٩٨م.

بَرَع في الفلك والملاحة والجغرافيا، ينتسب إلى عائلة من البحّارة، وكان خبيراً ملاحيّاً في البحر الأحمر وخليج عدن والمحيط الهندي وبحر الصين (هو بحر يقع في جنوب الصين، وهو جزء من المحيط الهادي).

ارتبط اسمه بالرحلة الشهيرة حول (رأس الرجاء الصالح) إلى الهند، حيث قام ابن ماجد بمساعدة «فاسكو دي جاما» لاكتشاف طريق جديد موصل إلى الهند.

ولأسد البحار الفضل في إرساء قواعد الملاحة للعالم، فقد بقيت آراؤه وأفكاره في مجال الملاحة سائدة في كلّ من البحر الأحمر والخليج العربي وبحر الصين حتى سنة ٩٠٣هجريّة.

وكان العرب قد عرفوا آلات ملاحيّة وفلكية لتحديد خطوط العرض معتمدين في ذلك على معرفتهم بمواقع النجوم، وكان من هذه الآلات «الكمال» و«البليستي» و«اللوح» والأخيرة هي التي أذهلت «فاسكو دي جاما» حين رآها مع أحمد بن ماجد، وهي آلة من الخشب تقسم عليها دائرة الأفق إلى الجهات الأربع الأصليّة، ويقسم كل مابين جهتين إلى أقسام صغيرة وتستخدم لمعرفة اتجاه الرياح ومن أين تهب.

تأليف: خطيب بدلة

جدوع الطَويل الهَبيل
قصص غريبة عن طفل عمره سبعةٌ وخمسون عاماً

جدوع صديقنا

حينما كنا صغاراً لفى علينا رجل لا نعرف اسمه الأصلي، ولكن أهل الحارة ينادونه باسم «جدوع». وكانوا يُمعنون في السخرية منه فيطلقون عليه اسم «جدوع الطويل الهبيل»، وربما كانوا على حق في ذلك، فجدوع كان طويلاً ونحيفاً، على عكس عقله الذي كان صغيراً إلى درجة أننا نحن الأطفال كنا نبدو أعقلَ منه، وأكثرَ حكمة.

في البداية توجسنا منه خيفة، لأن أهالينا كانوا يوصوننا، قبل أن نغادر المنزل، قائلين:

- إياكم واللعب مع الأشخاص الأكبر منكم!ولكن زميلنا «وائل» قدم لنا وجهة نظر مقنعة، إذ قال:

- أهلنا يقصدون ألا نعاشر مَن هم أكبرُ منا بالعقل ومستوى التفكير، وأما جدوع فعقله صغير جداً! فتعالوا نجعله صديقاً لنا، ولن نندم بالتأكيد.

وهذا ما كان. أصبح جدوع صديقنا، لا بل أصبح هو محور مجموعتنا كلها، وحينما كان يقف في وسطنا كان يبدو مثل العمود الهوائي الذي يزرعونه في مكان مرتفع لأجل تقوية إرسال الراديو والتلفزيون وأجهزة الهاتف النقالة!

اشتهر جدوع فيما بعد بالأكاذيب التي كان يؤلفها ويسردها على مسامعنا. ومع أن الكذب عادة ذميمة، إلا أن أكاذيب جدوع كان لها نكهة خاصة، بمعنى آخر: هي أكاذيب غير مؤذية، بل تفيد الآخرين بكونها تبعث على الضحك.

ذات يوم، وبينما نحن عائدون من المدرسة إذ التقينا بجدوع الذي كان يحمل في يده كيساً مملوءاً بالحصى، ويضع حول خصره شعباً يابساً مربوطاً بمطاطتين طويلتين حمراوين تنتهيان بجلدة عرضانية مخصصة لاحتواء الحصاة وقذفها

في الهواء.

سألناه: ما هذه يا جدوع؟

قال: هذه نقيفة.

قلنا: لماذا تحمل النقيفة يا جدوع؟

قال: لقد أصبحت صياداً للزرازير.

وحكى لنا كيف أنه خرج البارحة إلى الصيد، وكان معه خمسون حصاة، وبالمصادفة وجد خمسين زرزوراً تصطف على أحد أسلاك الهاتف الهوائية! تناول جدوع حصاة من جعبته ووضعها في النقيفة وسدد على الزرزور الأول فأصابه إصابة قاتلة، وأوقعه على الأرض، ثم وضع حصاة ثانية وقذف بها الزرزور الثاني، فقتله،.. وهكذا، كل حصاة يقذفها يُسقط بها زرزوراً حتى أسقط الزرازير جميعها.

قال له صديقنا الأمين:

- ولكن الزرازير طيور سوداء جميلة ونحن الأطفال نحبها ونرأف بها ولا يجوز أن نضربها بالنقيفة ونقتلها يا جدوع.

ضحك صديقنا وائل وقال للأمين:

- وهل صدقت أن جدوع اصطاد الزرازير؟

اعترض جدوع فقال:

- عيب يا وائل، هل أنا كاذب؟

قال وائل: طبعاً أنت كاذب، والدليل أن الإنسان حينما يقذف حصاة باتجاه مجموعة من الزرازير الواقفة على سلك الهاتف الهوائي فإنها تخاف وتطير هاربة، فكيف اصطدت الزرازير كلها بعد أن طارت؟

كان من عادة جدوع حينما تُفتضح إحدى أكاذيبه أن يحك رأسه باحثاً عن أكذوبة أخرى. وهذا ما فعله حينما فضح وائل كذبتَه، وسرعان ما قال:

- وائل على حق، ولكن مجموعة الزرازير التي رأيتها كانت مختلفة عن الزرازير التي تعرفونها.

قلت له: ماذا تقصد بهذا الكلام يا جدوع؟

قال: أقصد أن الزرازير التي صادفتها كانت كئيبة ويائسة من حياتها وتريد الانتحار! لذلك، حينما كنت أضرب إحداها وأسقطها، تتقدم الثانية وتقف مكانها وتشرِّع لي رقبتها لكي أضربها وأسقطها!

ضحكنا كثيراً على أكذوبة جدوع حول (الزرازير اليائسة)!

وتعلمنا منها حكمة تفيد أن الاعتداء على الطيور وقذفها بالحصى هو أمر سيء، وحمدنا الله على أن «جدوع» كان كاذباً فلم يصب أيا من الزرازير بأذى.

مغامرات القبطان الصغير
أوغاريت

تأليف: محمد السلوم

كان القبطان الصّغير يبدو كشراع، وهو يقف على زورقه الملوّن، وموجات شاطئ البحر الأبيض المتوسط تُراقصه بعذوبة، كان يضحك فرحاً، لأنّ طيور النّورس دلّته على موقع يدعى: أوغاريت أو رأس شمرا أو عمريت.

عاش قبطاننا الصغير مع أصدقائه النوارس يوماً جميلاً في المملكة القديمة الواقعة على تلّ أثري اسمه: رأس شمرة، نسبة إلى نبات «الشمرة» الذي مازال يكسوه كزغب الفراخ، وقال لأصدقائه الصغار بعد عودته، وقد أهداهم أصدافاً مدهشة: معنى «أوغاريت» الحقل، باللغة الأكّدية، وهي تبعد عن مدينة اللاذقية ١٢كم، تمّ اكتشافها في عام ١٩٢٨ على يد أحد الفلاحين بالصدفة، ولكنها كانت معروفة قبل اكتشافها، فقد ورد ذِكرها في نصوص مملكة ماري.

وقال: لم تُظهر الحفريات حتى الآن سوى ثلث المدينة، وأهم ما ظهر منها القصر الملكي الفخم، وتحصينات المدينة، ومسكن الحاكم، وقصر الملكة، وأقسام كبيرة من أحياء المدينة، كحي المعابد والمكتبة، وعدد كبير من القبور، بالإضافة لمنشآت اقتصادية مثل معصرة الزيتون، لأنّ الأوغاريتيون اشتهروا بزراعة الزيتون والعنب والحبوب، ورأيت قصراً لإدارة التجارة الخارجية والحوانيت والأدوات المستخدمة في تلك الحقبة، وقد عُثر على وحدات للوزن تشهد على التبادل التجاري المحلي، وهناك نصوص تُعَدّد الحِرَفْ والمهن التي كانوا يمارسونها، وأخرى تُبيّن تنظيم الحرفيين والمزارعين في تعاونيات وشبه نقابات.

ثُمّ فتح كتاباً، ووعَدَهم بأن يُهديه لهم، وقرأ: كانت أوغاريت مركز نشاط تجاري بحري هام بسبب مرفئها، وكان لها أسطول تجاريّ، و تبادل برّي يتم عن طريق القوافل، وكانت تصدّر الزّيت والخمر والحبوب والصوف المصبوغ والخشب، وتستورد بعض المواد الاستهلاكية وبعض القطع الفنية المصنوعة من العاج والحلي وأوعية نفيسة.

ومن أهمّ اكتشافاتها أقدم أبجدية في العالم، وتضم ثلاثين حرفاً، وهي تشبه إلى حدّ كبير اللغة العربية، إلاّ أنها تُكتب من اليسار إلى اليمين، وعثر فيها على ما يزيد عن ثلاثة آلاف لوح فخاري، تحكي عن الأساطير والطّقوس الدينية، ونصائح وحكم، بالإضافة لوثائق قانونية محلية ومعاهدات دولية، وهناك لوح كبير يحوي أسماء الأسماك والطيور المعروفة آنذاك وأنواع الأقمشة وأشهر السنة.

وتشهد القطع الفنية الأثرية المكتشفة على ذوق الفنانين الأوغاريتيين ومهارتهم، وأهم القطع الفنية المكتشفة قطع رائعة من العاج المنحوت في القصر الملكي، وأوانٍ من الذهب ذات رسوم جميلة، وأسلحة مشغولة، وقطع زينة وتماثيل ومجوهرات وتُعَدّ الأختام الأسطوانية التي تحمل رسوماً غاية في الدّقة والرّوعة أهمّ ما يميّز أوغاريت.

ولهذا كله تعتبر أوغاريت من أهمّ حضارات البشرية، وأبجديتها أكبر عطاء للحضارة والعالم.

ثمّ أغلق قبطاننا الصّغير كتابه، وفتح فمه متثائباً، فالرحلة كانت شاقّة، لكنّها ممتعة كالحلم الجميل.

دنيا المعارف

التين

التين من الثمار المشهورة والمفضّلة عبر التاريخ. وهي فاكهة كان لها التقدير منذ قديم الزمان بشكله الجاف والغض الأخضر.

موطنه الأصلي بلاد فارس وسوريا ولبنان، استعمله الفينيقيون في رحلاتهم البحرية والبرية، وحالياً يزرع في كل حوض بلاد البحر المتوسط وفي معظم المناطق الدافئة والمعتدلة، وقد ظهر التين في الرسومات والنقوش والمنحوتات التي اكتشفت في سوريا.

الرمّـــان

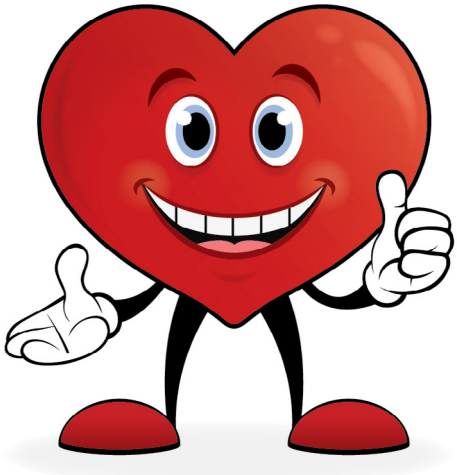
ربّما نبتت أوّل شجرة رمّان في شمال أفريقيا، استعمله الأطبّاء القدماء في اليونان والهند والصين كطارد للديدان، أمّا أبو قراط (وهو أبو الطب القديم) فقد استعمله لمعالجة أمراض المعدة، ويعتقد أنّه يقوّي عضلة القلب ويعطي الإنسان مزاجاً جيّداً.

العنب

العنب فاكهة لذيذة الطعم جميلة الشكل كثريّات الجواهر، يساهم في خفض ضغط الدم المرتفع ويعتبر مدرّاً للبول، وتؤكّد الأبحاث أنّ المدن التي يعتمد سكّانها في الأكل على العنب الطازج تقل إصابتهم بالأمراض السرطانية.

يجب التشديد على غسل العنب لإزالة آثار البخ بالمبيدات.

ويصنع من أوراقه (اليبرق واليالينجة) اللذيذتين.



القلب ..مضخّة معجزة

عضلة تعمل طوال العمر، تضخ الدم لجميع أجزاء الجسم حاملاً الأكسجين والغذاء.

ينبض القلب ١٤٠مرة عند المولود، و(١٠٠) نبضة في عمر الثلاث سنوات، و(٨٠) نبضة في الدقيقة عند الإنسان البالغ.

ممارسة الرياضة تزيد دقاته ليحصل على الطاقة اللازمة، ويمكن لقلبين أن يجهزا قوة كافية لتحريك شاحنة حول العالم مدّة سنتين.

حكاية السنافر والشبح الصغير

ووو ووو ووو
!
؟
هل.. هل.. سمعتم ذلك الصوت؟ ماذا كان؟
إنه.. إنه... شبح ح ح!
أنا أخبرتكم أنه توجد أشباح هنا!
؟
عوو عوو عوو
أنا لا أسمع أي شيء الآن
لقد أخاف بوبي الشبح!
لا! انظروا!
ووو ووو
بوم! إنه الذي كان يسنفر هناك!
هذا هو شبحكم! هي! هي! هي!
واو! لقد كنت خائفاً!
سنفروا معي! مع وجود بوبي، لن نخاف شيئاً!
واو! إنه درج شديد السنفرة!
إنه صندوق قديم! ربما بداخله كنز!
آآآآآ....
انتبهوا، الصندوق ينفتح!
!
بووو!

يتبع...

ضحك وتسالي

تلميذ لزميله: هل الهند بعيدة؟
الزميل: لا أظن.. ففي صفنا تلميذ هندي يأتي إلى المدرسة كل صباح على دراجته!

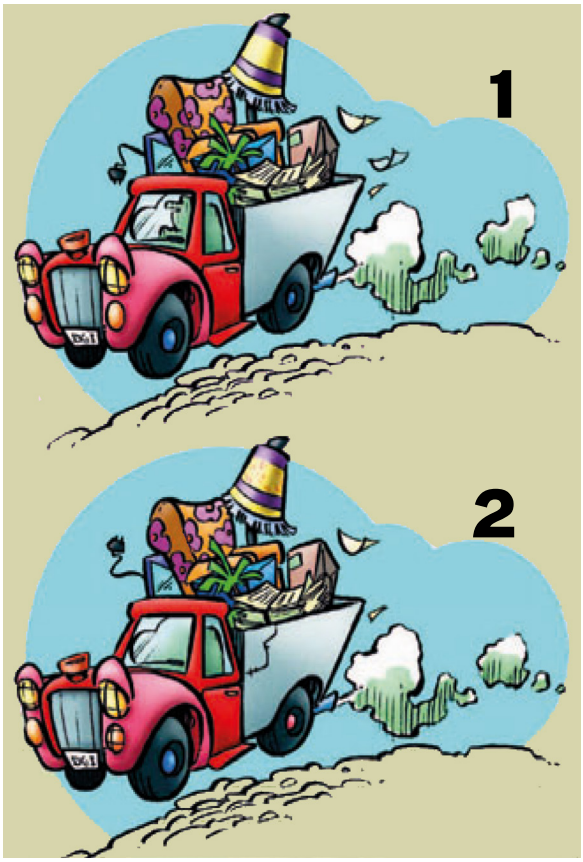
الابن: هل تعلم يا أبي أنني الوحيد الذي أجاب على سؤال المعلم اليوم!
الأب: وما هو السؤال؟
الابن: من الذي لم يكتب الوظيفة!!

قال الطفل: ماما.. أعطيني نقوداً حتى أعطيها لرجل مسكين يصيح في الشارع.
فرحت الأم لقلب طفلها الطيب، ثم سألته: ولماذا يزعق هذا الرجل يا ولدي.
قال الطفل: «إنه يصيح.. بوظة... بوظة...»!!

ساعد الفأر في الوصول إلى قطعة الجبن

فقد سعيد ظله، ساعده في العثور عليه

بين الرسمين ٨ فوارق حاول ايجادها



لوّن وتعلّم

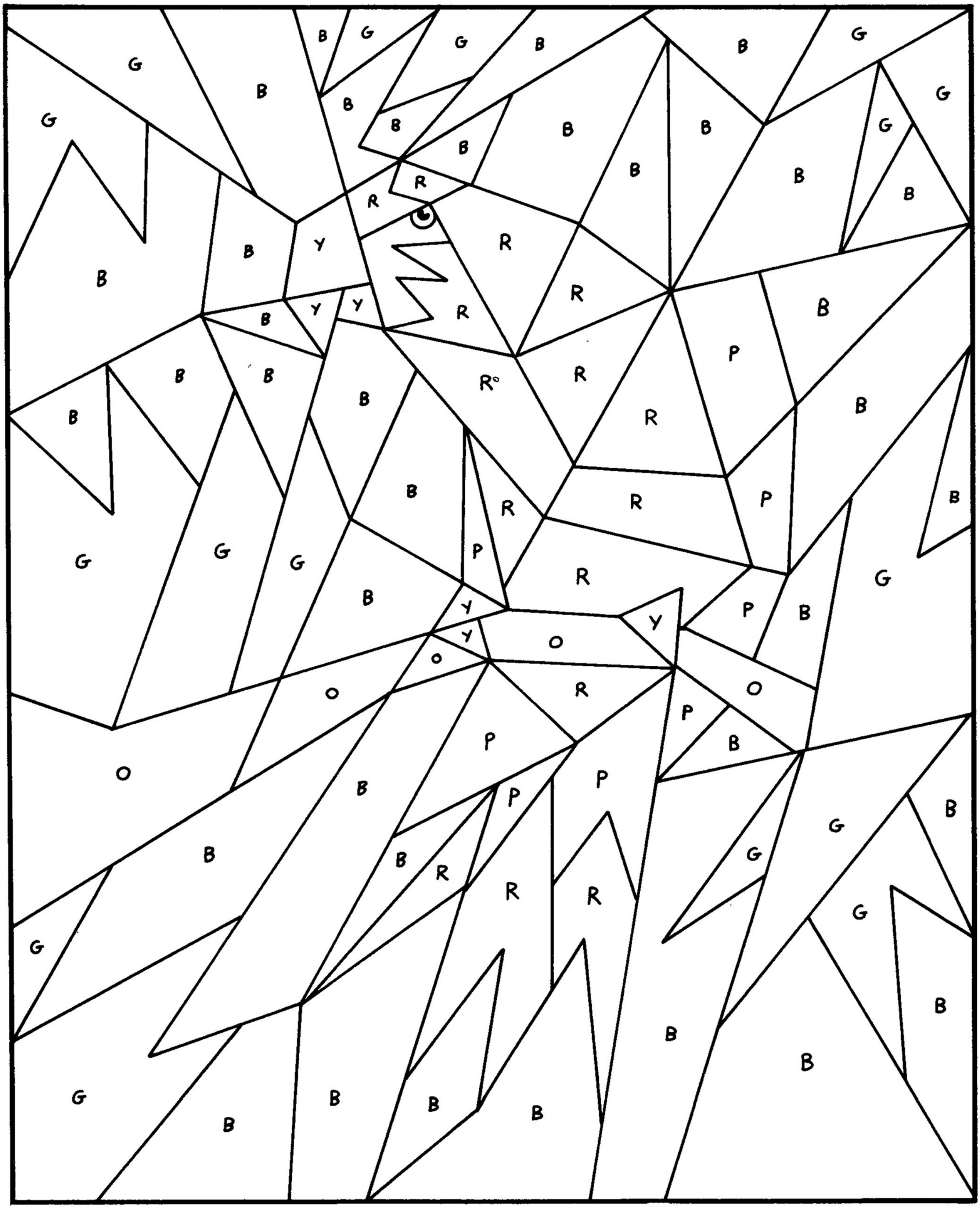
لإكمال هذه الصورة؛ قم بتلوين جميع الأشكال وفق التالي:

المساحات التي تحمل الحرف R بالأحمر - المساحات التي تحمل الحرف Y بالأصفر

المساحات التي تحمل الحرف G بالأخضر - المساحات التي تحمل الحرف B بالأزرق

المساحات التي تحمل الحرف P بالبنفسجي - المساحات التي تحمل الحرف O بالبني

واستمتع برؤية صديقنا الجميل...



رسوم: عبدالله بيوش

Designer By Mohamed Saleem ALkhateib