

زندگی در ده ما
مردم ما، زندگی شان را
از صدای باد می گیرند
شیوه های آسمانی را
از پرستو یاد می گیرند
مردم ما، با صدای آب
غصه را از قلب می شویند
چشمه را وقتی که می بینند
یک سلام گرم می گویند
مردم ما شاپرک ها را
عاشقانه دوست می دارند
روی سنگ و کوه هم حتی،
دانه های عشق می کارند
مردم ما دوستی ها را،
مثل بوی یاس می دانند
با گروه کبک ها در کوه
هم صدا آواز می خوانند

مردم ما مهربان هستند،
در ده ما زندگی زیباست
مثل شبنم روی یک گل برگ
آسمان در چشمشان پیدااست.

ماهنامه فرهنگی تربیتی
کلاسهای آموزش خانواده

دبستان غیر انتفاعی

یاسین

دی ماه ۱۳۸۴

مدرس کلاسها:

نسترن گلابیان

یاد فدا آرام بفش قلبهاست.

اولیاء عزیز، یاران صمیمی سلام

خوشحال و سعادت مندیم از اینکه در این ماه، ماه دو عید بزرگ قربان و عید غدیر مجدداً با شما گفت و گو می کنیم و حرفهای دلمان را با شما در میان می گذاریم باشد که این صحبتها تلاشی باشد در جهت رسیدن به اهداف تربیتی و آموزشی.

سرماخوردگی، بیماری فصل

با فرا رسیدن فصل سرما و تغییرات فصلی، شاهد همه گیر شدن سرماخوردگی هستیم. سرماخوردگی و گلودرد یک عفوت حاد ویروسی در قسمت مجرای فوقانی است که از طریق هوا مانند عطسه کردن یا تماس با فردی به فرد دیگر سرایت می کند. حال نکاتی را در ارتباط با درمان هرچه سریعتر بیماری بیاموزیم:

۱- نوشیدن مایعات مختلف مانند آب میوه، چای و ...

۲- معجون عسل به اضافه لیموترش به همراه یک لیوان آب جوش در سرماخوردگی با منشا سرما مفید واقع می گردد.

۳- آب آناناس در تسکین التهاب گلو مفید است.

۴- سیر علاوه بر خواص دارویی و تغذیه ای به واسطه داشتن مواد ضد ویروسی مورد خوبی برای مصرف چه در هنگام سلامت و چه در زمان سرماخوردگی است.

همراه با کودک خود لذت ببرید؛

آیا می خواهید فرزندتان در مدرسه موفق شود؟

آیا می خواهید استعداد خواندن در او شکوفا شود؟

«پس از همین الان به فکر او باشید و با ما همراه شوید.»
خواندن مداوم و مستمر کتابهای مختلف به کودکان کمک می کند تا در مدرسه بهتر مطالعه کنند. از سن شش ماهگی هر روز برای کودکان کتاب بخوانید. خواندن و بازی کردن با کتاب ها راهی بسیار شگفت انگیز است تا زمان لذت بخشی را با او بگذرانید. بچه ها باید زبان را از انسان بشنوند تا درباره زبان و استفاده هایش بیشتر بیاموزند. تلویزیون برای آنها فقط مهمه و سر و صدا است. به

کلماتی که روی تابلوها در منزل یا جاهای دیگری که او را با خود می برید، اشاره کنید همانقدر که با او صحبت می کنید حرفهایش را بشنوید. زمانی که از منزل خارج می شوید (برای مسافرت، مطب دکتر و یا جاهای دیگر) کتاب و ابزار نوشتن فرزندان را با خود همراه داشته باشید

این امر فعالیتی بسیار لذت بخش و سرگرم کننده برای او است. به کودکان یاد بدهید که مطالعه مهم است. با خواندن کتاب، روزنامه، و مجله نمونه خوبی برای او باشید. دیدن تلویزیون را برای خود و او محدود کنید. بهتر است تلویزیون را خاموش کنید و زمان بیشتری را صرف در آغوش کشیدن فرزندان و خواندن کتاب برای او بکنید. زمان و توجهی که شما برای او صرف می کنید فایده های زیادی دارد. چیزی فراتر از کمک کردن به او برای آماده شدن و موفقیت در مدرسه.

(این قسمت را آقایان بخوانند)

مگه‌نه به قلب همسر فود راه بیابیه

- ۱- عقل و احساس اگر همراه شوند یک شخصیت متعادل می سازند، زیادی «منطقی» نباشید که خانمها را گریزان می کنید.
- ۲- خیلی ها می گویند مردها باید به زنها سلام کنند، عقیده شما چیه؟
- ۳- گل خریدن را فراموش نکنید تا مجبور نشوید بهای بالاتری را برای طلا بپردازید.
- ۴- یک شام دونفره در یک رستوران خلوت، او را به یاد دوران نامزدیش می اندازد، «خاطره ها» را تکرار کنید تا در خاطرش بماند.
- ۵- روز آشنایی، سالگرد ازدواج، روز تولد و روز مادر را با شاخه گلی و هدیه ای هرچند کوچک به او تبریک بگوئید همه چیز را یک باره فراموش نکنید.
- ۶- اگر او اشتباهی کرد و به صورت «غیر مستقیم» عذرخواهی کرد، او را وادار به اعتراف نکنید.

۷- اگر از همسرتان به موقع «قدرشناسی» کنید و از ویتامین «توجه» سود جوئید، هرگز «غرغر» او را نخواهید شنید.

۸- قبل از اینکه از خانه بیرون بروید از او بپرسید آیا چیزی لازم ندارد؟

۹- از گفتن کلمه «دوستت دارم» غافل نشوید، نگوئید چون می داند که دوستش دارم پس لازم نیست به زبان بیاورم، زنها با مردها فرق دارند.

۱۰- گاهی برای او چایی بریزید و هر وقت چایی به دستتان داد تماشایش کنید.

۱۱- پای همسر خود را از خانه پدر و مادرش «نبرید» که هرگز شما را نخواهد بخشید.

۱۲- نزد او از زنان دیگر تعریف نکنید «حسادتش» گل می کند.

۱۳- فرصت به او بدهید که گاهی خودش را لوس کند، اجازه دهید گاهی شما را به جای پدرش بگیرد.

۱۴- زنان نیاز دارند که «ارزش» کار آنها دیده شود و بر زبان آورده شود. (این دومی مهم تر است)

۵- بچه ها را به وسیله این جمله تهدید نکنید: «صبر کن پدرت برسد خانه»

۶- به یاد او نیاورید که موهایش ریخته و یا سفید شده است.

۷- سعی کنید گاهی بدون بچه ها با او سفر بروید.

۸- یاد بگیرید که در یک بازی و یا یک ورزش با او همراه شوید.

۹- سعی کنید گاهی با یکی از کارهای جالب خود او را اغافلگیر (سورپرایز) کنید (مثلاً تولدش یا خرید بلیط مسابقه ورزشی مورد علاقه اش) اینها نمک زندگی است.

۱۰- با هم باشید، از با هم بودن لذت ببرید ولی اگر او خواست تنها باشد، این فرصت را برایش فراهم کنید.

۱۱- روز پدر را برای او به بهترین نحو اجرا کنید.

۱۲- سعی کنید که به خانواده او عادت کنید.

۱۳- از او در کنار بچه ها، عکس بگیرید.

۱۴- به کودکان خود یاد دهید که به پدر خود احترام بگذارند.

۱۵- وقتی حوصله هیچ کاری را ندارد نصیحتش نکنید. بگذارید با خودش خلوت کند.

۱۶- پس از استفاده از حمام حتماً آن را تمیز کنید، نمی دانید این کار چقدر خوش آیند خانم هاست.

ادامه دارد...

این قسمت را خانم ها بخوانند

«پگونه به قلب همسر خود راه بیابیم»

۱- وقتی با همسرتان به مهمانی می روید، همیشه با او باشید.

۲- به او نگوئید که خواستگاران زیادی داشته اید.

۳- به او فرصت بدهید تا دلش برای شما تنگ شود، آویزان او نباشید.

۴- وقتی او از شما می پرسد: «چه اتفاقی افتاده» نگوئید «هیچی» و بعد انتظار داشته باشید که او علم غیب داشته باشد.

جان استوارت میل:

نیروی یک فرد با ایمان برابر است با نیروی ۹۹ نفر که فقط علاقه دارند.

۱۵- عشق ورزشی را بهتر بیاموزید تا زندگی شما شادابیش را از دست ندهد.

۱۶- گاهی به او بگویید که عاشقش هستید و بدون او کامل نبودید.

۱۷- عطر مورد علاقه او را استفاده کنید.

۱۸- زمانی که او بیمار است، خیلی به شما احتیاج دارد، یادتان باشد داروهای او را به موقع بدهید.

۱۹- با یکدیگر برای پیاده روی به پارک بروید.

۲۰- هنگامی که او مشغول شنیدن داستانی یا دیدن فیلمی است به او آخر داستان را نگویید.

ادامه دارد...

راز موفقیت از دیدگاه فلاسفه بزرگ

سقراط:

- آن که می خواهد دنیا را تکان دهد خودش باید نخست حرکت بکند.

- برای آن که خودت را بیابی به خودت بیندیش