

اقتصاد کیش

روزنامه

قابل توجه کیشوندان محترم

بولینگ مریم بارعایت

ضوابط شورای سلامت همه روزه

از ساعت ۱۰ صبح یکسره باز است



اقتصاد کیش

خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: اسحق ارزانی
قائم مقام مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
باجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۸)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۹۱۷-۶۵۲
eGhtesadekish@yahoo.com

شنبه ۲۴ خرداد ۱۳۹۹، ۲۱ شوال ۱۴۴۱، ۱۳ ژوئن ۲۰۲۰، شماره (۸۹۲ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۴۰۰۰ تومان

آبزیان خلیج فارس

خانواده: DREPANEIDAE
نام محلی: عروس ماهی
بدن نقره ای با نوارهای کم رنگ یات لکه هایی در نیم بخش بالایی بدن است.
طول ماهی ۴۰ سانتیمتر



آموزش آشپزی


پاناکوتا؛ خامه پخته شده

شود، قبل از جوشیده شدن خامه، وانیل را اضافه کرده آن را از روی شعله بردارید.
شیر و ژلاتین را خوب هم بزنید و از صافی عبور دهید تا تکه های ژلاتین داخل آن باقی نماند و حالا مخلوط شیر و ژلاتین را با مخلوط خامه ترکیب کرده و در قالب های مورد نظرتان بریزید.
دسر را به مدت ۵ تا ۶ ساعت در یخچال بگذارید تا خوب ببندد و روی دسر را میتوانید با توت فرنگی یا گیلاس و تمشک تزیین کنید.
نکات تکمیلی در مورد پاناکوتا
پاناکوتا جزو دسرهای مدرن میباشد
زمان آماده سازی مواد اولیه و مایحتاج آن حدودا ۴۰ نفر مناسب میباشد.



عکس روز

صنایع دستی بانوان کیش



بختابند، با او خوشحالی کنید و زمانی که ناراحت است با او ناراحت شوید و به او بفهمانید درکش می کنید تا هر وقت نیاز به یک ممد داشت به سراغ شما بیاید.
فرزندتان را لایق بزرگ تکندید
برخی از والدین تمام نیازهای فرزند خود را برطرف می کنند بدین طریق که او هر چه بخواهد برایش میاها، معلم، همکاران و باقی افراد با او اینگونه برخورد نمی کنند و شرایط برایش تغییر می کند.
بنابراین فرزندتان دچار مشکل می شود زیرا دیگران نمی توانند مانند شما از خود گذشگی کرده و همه چیز را برایش فراهم کنند.
بیش از حد به فرزندتان کمک نکندید
یکی از بزرگ ترین اشتباهات والدین این است که اجازه نمی دهند فرزندشان خود کارهایش را انجام دهد و بدین صورت که آینده فرزند را تابه می سازند.
برخی از والدین هنگامی که کودکشان به مدرسه می رود و معلم و برای آموزش مهارت های لازم در نوشتن و خواندن به او تکلیف می دهد، معمولاً تکالیف فرزندانشان را انجام می دهد چون تصور می کنند آنها بسیار کوچک هستند و از انجام دادن این تکالیف خسته می شوند.
کودکتان را با واقعیت ها آشنا کنید
پنهان کردن واقعیت ها از کودک باعث به خطر افتادن سلامت روحی و روانی آنها در آینده می شود. بنابراین لازم است با توجه به سن و سال کودک و فهم و درک برخی از مسایل زندگی را به او یاد دهید زیرا سراسر خوشبختی و راحتی نیست و مشکلاتی دارد.
در برابر بی احترامی فرزندتان قاطعانه عمل کنید
هرگز به فرزندتان اجازه ندهید با شما یا هر فرد دیگری گستاخانه صحبت کند یا از زبان آزاردهنده استفاده نماید. اگر او چنین زبانی را به کار برد قاطعانه به او یادآوری کنید که هیچگونه بی احترامی را تحمل نخواهید کرد.

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۳۱ - طلوع آفتاب: ۶:۰۰ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۵۴ - غروب آفتاب: ۱۹:۴۸ - اذان مغرب: ۲۰:۰۶

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	سیریک	جاسک
۴۰	۴۰	۳۶	۳۸	۴۳	۴۳	۳۸	۳۵
۲۸	۲۸	۲۹	۲۸	۲۶	۲۴	۲۷	۳۰

سبک زندگی

۸ وسیله ای که افراد موفق در خانه دارند

آرام کار کنند، جایی که هیچ عاملی برای حواس پرتی وجود ندارد و به خوبی می توانند بر کارهای خود تمرکز کنند. فواید این روش بالا رفتن سرعت کار است. به جای نشستن ۴ ساعته جلوی تلویزیون می توانند در عرض ۲ ساعت کارهایتان را با تمرکز انجام دهید.
یادداشت اهداف در دفترچه
افراد در زندگی ۳ نوع هدف دارند:
• اهداف بلند مدت مانند تصمیم هایی در آغاز سال
• اهداف کوتاه مدت مانند پروژه های چند هفته ای
• اهداف روزانه که به سادگی قابل انجام هستند.
بهترین راه برای برنامه ریزی و پیش برد تمامی این اهداف تهیه یک دفترچه یادداشت است که در آن این اهداف را بنویسید و به آنها عمل کنید. از یک دفترچه یادداشت کوچک و قابل حمل در کیف پول، استفاده کنید.
میز و صندلی کار مناسب
هنگامی که ساعت ها پشت میز کار خود می نشینید، شیوه صحیح درست نشستن را نمی دانید اما باید بدانید بدن سالم منجر به ذهن سالم، خلاق و فعال می شود. بنابراین نهایت دقت خود را در انتخاب میز و صندلی کار به خرج دهید.
نمایش تصویری اهداف
نمایش تصویری اهداف به شما کمک می کند تا تمرکز و تسلط بیشتری بر آن داشته باشید، شما می توانید برای این کار یک وایت بورد تهیه کنید و مراحل پیشرفت اهدافتان را روی آن با جدول نشان دهید.
یخچالی پر از مواد غذایی سالم
از آزمایشات زندگی هر فرد خوردن مواد غذایی سالم است، چیزی که افراد موفق به خوبی آن را درک می کنند. زیرا مصرف مواد غذایی سالم منجر به ذهنی سالم می شود.

تربیت فرزندانی خوب و موفق نیازمند برخوردی معتدنه و در عین حال صمیمانه با فرزند است که باعث می شود کودک مستقل و با اخلاق وارد جامعه شود.
تربیت کودک نقش مهمی در شخصیت و آینده کودک دارد و سبب رشد فکری او می شود. والدین شیوه های متفاوتی برای تربیت کودک خود دارند که به کارگیری هر شیوه بر روی شخصیت کودک در آینده تاثیر گذار است.
به دنبال ریشه بعضی رفتارها باشید
اگر رفتار ناشایستی از کودکتان سرزد دوباره کودک آن را تکرار نمود، بخشی از تلاش خود را برای علت یابی آن معطوف کنید. شاید واقعه یا حادثه ای روی کودک اثر گذاشته و او در واکنش به آن دست به رفتارهای نادرست و غیر قابل توجهی می زند. بنابراین با شناسایی ریشه این مشکلات سعی کنید بهتر به او کمک کنید.
تشویق رفتارهای مثبت
بهترین کار برای ادامه رفتارهای مثبت، پذیرش رفتارهای مثبت و تشویق او است. یعنی اینکه وقتی کودک کار مثبتی می کند کار خوش را مورد تحسین قرار دهید.
الگوی خوبی باشید
تا فرزندانتان بیاورند از خشونت دوری کنند
برخی از والدین برای تربیت فرزندشان از تشویق بهانه استفاده می کنند و بسا سخت زدن، سرزنش کردن و تحقیر کردن فرزندشان آنها را از کارهای اشتباه بازمی دارند. باید بدانید که تنها این کارها به کودک آن می آموزد که برای حل مشکلات می توانه با دیگران چنین رفتارهایی داشته باشند پس هرگز برای تربیت فرزندانتان از

شرکت فاخر آسانبر کیش

طراحی، فروش و نصب انواع آسانسور تعمیر و نگهداری
۳۰٪ تخفیف سرویس و نگهداری آسانسور ویژه هتل ها و بازارها و مجتمع های مسکونی
«با مجوز رسمی از سازمان منطقه آزاد کیش»



کیش نوش

تولید آب معدنی طبیعی با دستگاه R.O (اسمز معکوس) استریل به وسیله ازن بدون اضافه نمودن مواد شیمیایی و با گالن پرکن تمام اتوماتیک با مرحله استریل دارای پروانه بهره برداری و بهداشت تایید شده سیستم توسط W.H.O

شرکت تولیدی و بخش آب معدنی

جزیره کیش - منطقه صنعتی درخت سبز - خیابان سوم - شماره ۸
تلفن کارخانه: ۴۴۴۷۳۴۲۲ - ۴۴۴۷۳۴۲۱ - فکس: ۴۴۴۷۳۴۲۰



کارتکاور

آفتدر که از دست دادن چیزی، ما را افسرده می کند، از داشتن همان چیز احساس خوشبختی نمی کنیم... و این ذات آدمیزاد است...!

ژان پل سارتر



لطفا در خانه بمانید!

ستاد پیشگیری از شیوع کرونا

