

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۱۱ - طلوع آفتاب: ۶:۳۰ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۵۶ - غروب آفتاب: ۱۹:۳۳ - اذان مغرب: ۱۹:۴۰

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	سیریک	جاسک
▲ ۳۷ ▼ ۳۱	▲ ۳۶ ▼ ۳۱	▲ ۳۴ ▼ ۳۱	▲ ۳۸ ▼ ۳۲	▲ ۳۸ ▼ ۲۹	▲ ۴۰ ▼ ۲۵	▲ ۳۶ ▼ ۲۸	▲ ۳۲ ▼ ۲۹

سبک زندگی

پنج گام برای اینکه کنترل زندگی تان رو به دست بگیرید

در فرهنگ امروز، مهارت های رهبری اهمیت زیادی دارد. مادریان و وزیر نظر می گیریم، تقلید می کنیم و توصیه های افراد معتبری که سخت کار کردن و به مثال واقعی برای ما هستند و دنبال می کنیم. اما این فقط مسائل نیستند که به رهبری و هدایت نیاز دارند، بلکه قدرتمندترین بخشی که به رهبری نیاز دارد زندگی خودتونه.

آخرین باری که احساس می کردی روی زندگی تون کاملا کنترل دارید، همگام با اهداف پیش می روی و همه ی قسمت های مهم زندگی تون رو سر و سامون دادید، کی بود؟

دلیل مطرح کردن این سوال، این نیست که حالتون رو بد کنیم، چنین کاری ساده نیست (واقع گرایانه هم نیست) و نمیشه همیشه با تمام قوا کار کرد، اما اینو باید بدونید و یادتون باشه که شما کنترل زندگی رو به دست دارید. این زندگی شماسست و شما مسئول هستید تا مطمئن بشید براساس استانداردهایی که دارید، همه چیز خوب پیش میره یا نه!

آیا شما رهبر زندگی خودتون هستی؟

دلایل فکر می کنید هنوز برای رسیدن به این ذهنیت، باید تلاش کنید، فکر می کنید این توصیه ها کمکتون کنن:

هدف گذاری کنید.

تمام رهبران بزرگ، هدف گذاری می کنند. اونا نقاط قطعی که می خوان بدست بیان رو شناسایی می کنند، سپس اهداف عملی خاصی که کمکتون می کنه به اونجا برسین رو می سازن. چه بخواید به سازمان و هدایت کنید، چه زندگی خودتون رو، باید به آینده نگاه کنید و تصمیم بگیرید که هدفتون چیه، بعد بپذیرید چطور میشه به اونجا رسید. از حالا براساس اینکه شش ماه دیگه،

کودک و نوجوان

با کودکی که اشتباهش را نمی پذیرد چه کنیم؟

شاید شما هم با این موقعیت برخورد کرده باشید. که کودک شما کار اشتباهی را انجام دهد و بعد چون کسی شاهد آن نبوده از قبول مسوولیت کاری که کرده شانه خالی کند و حتی به دروغ بگوید که آن را انجام نداده است. خیلی از مواقع والدین مطمئن هستند که کودکشان مقصر موضوع یا فاعل کار اشتباه است اما وقتی با دروغویی و انکار او مواجه می شوند درمی مانند که چه رفتاری در این شرایط مناسب است؟

آیا باید کسود کرد یا هم به خاطر دروغویی و هم به خاطر کار زشتش تنبیه کرد؟ آیا بهتر است که کودک را وادار به اعتراف کنید تا دروغ بگوید یا او را تبدیل به یک عادت نشود؟ از چه راهی می توان به این نتیجه رسید؟

پرشنش های مان را با دکتر پورشایگان، روانشناس کودک و نوجوان در میان می گذاریم و او توضیح می دهد:

ابتدا بگذارید این موضوع را تا ذکر بدهم که وظیفه هر پدر و مادری آموزش کودک است و نه تنبیه او. ابزارهای تنبیه و تشویق باید در راستای آموزش کودک به کار گرفته شود نه در جهت تلافی کار کودک و دروغویی او. پس در وهله اول شما باید سعی کنید که کودک را متوجه دروغویی خود بکنید و به او توضیح دهید که دروغویی زشتی کار او را دوچندان می کند.

این روانشناس کودک و نوجوان در ادامه می گوید:

اگر کودک شما به کاری که انجام داده است اعتراف نمی کند و دروغ می گوید نباید با روش های اشتباه او را وادار به اعتراف کنید. به عنوان مثال، برخی از والدین برای اینکه از انجام کار اشتباه توسط کودک خود مطمئن شوند، اعتماد او را جلب کرده و به او احساس در امان بودن می دهند و می گویند: «اگر فلان کار را انجام داده ای ایرادی ندارد...» تا کودک به کار اشتباه خود اعتراف کند.

اما این روش نادرستی برای اعتراف گرفتن از کودک است. زیرا در اغلب موارد والدین سر قولی که داده اند، باقی نمی ماندند.

و به محض اینکه کودک به کار

فایندگان روزنامه اقتصاد کیش در شهرهای استان هرمزگان

بندرعباس:	حسین فریدونی	۰۹۱۷۷۶۱۹۴۶۷
جزیره قشم:	مجید ترخان	۰۹۳۶۹۹۰۵۰۶۱۵
بندر لنگه:	محمد حمیرانی	۴۴۲۴۰۲۸۳
بندر چارک:	مجید قایدی پور	۰۹۱۷۷۶۲۷۰۳۹
بستک:	جاسم عبادی	۰۹۱۷۳۶۲۷۱۴۷
پارسیان:	علی غنی پور	۰۹۱۷۷۶۴۱۲۰۵
بندر خمیر:	محمد خوش گر	۰۹۱۷۶۸۷۰۹۸۴

یکشنبه ۲ شهریور ۱۳۹۹، ۲۳ آگوست ۲۰۲۰، شماره ۲۰۲۰، شماره ۹۴۰ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۴۰۰۰ تومان

برای موفقیت باید از ۳ مرحله گذشت:
ابتدا مورد تمسخر واقع میشوی
سپس با خشونت به مخالفت با تو میپردازند
سرانجام به تو ایمان می آورند

«آرتور شوپنهاور»

آموزش آشپزی

کلوچه رولتی



مواد لازم:
آرد: ۳ پیمانه
خمیر مایه: ۱ قاشق غذا خوری
شکر: ۲ قاشق غذا خوری
شیر خشک: ۱ قاشق غذا خوری
بیکینگ پودر: ۱ قاشق چای خوری
کنجد: ۲ قاشق غذا خوری
نمک: به میزان لازم
روغن مایه: ۲/۳ پیمانه
تخم مرغ: ۱ عدد
آب ولرم: ۲/۱ پیمانه
ماست: ۱ قاشق غذا خوری

طرز تهیه:
این مواد را نیز باهمزن خوب مخلوط کرده و کم کم روی مخلوط آرد بریزید. با دست مخلوط را زیر و رو کنید البته نه خیلی زیاد در حدی که مواد با هم مخلوط شود. مواد را پوشانده در جای گرم به مدت یک ساعت قرار دهید.
خمیر را با وردنه پهن کرده و خرمای چرخ کرده که با کمی کره ذوب شده و هل پودری مخلوط شده را در یک طرف خمیر باز شده قرار می دهیم روی خرمای می توانید گردو یا پسته خرد شده بریزید سپس خمیر را به صورت رولی بپیچید روی رول را تخم مرغ بمالید و کمی کنجد بپاشید.
سپس تکه تکه کرده و در سینی فر با فاصله بچینید و با حرارت ۱۶۰ در مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه درون فر قرار دهید تا آماده خوردن شود.

عکس روز



برگزاری مراسم عزاداری محرم در کیش بار عایت پرو تکل های بهداشتی



نصب و راه اندازی دوربینهای مدار بسته پشتیبانی دوربینهای مدار بسته رفع اشکال

سرعت در هر لحظه

Tyamnet
www.webotel.ir
www.tyam.com

تیام رایان کیش

۰۷۶ ۴۴۴ ۲۰۰ ۶۶
۰۷۱ ۳۶۹۰۴



نماینده شرکت ارتباطات ثابت آوا رولند
دارای مجوز سرویس شماره ۲۹-۱۰۰۰-۹۵
از سازمان تنظیم مقررات ارتباطات رادیویی

پوشش گیاهی جزیره کیش

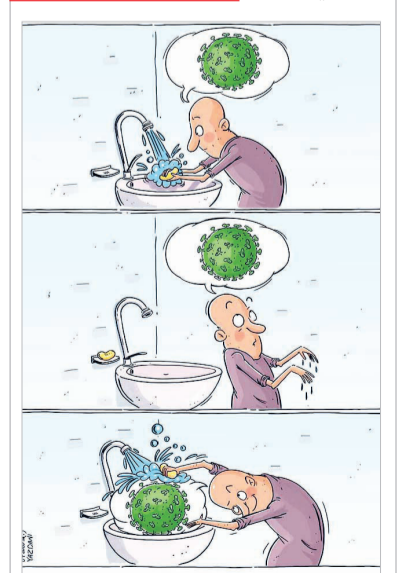
درخت کهور: به سبب محکم بودن درخت کهور از آن در ساخت کشتی استفاده می شود و تا ارتفاع ۱۵ متری رشد کرده و سنی معادل ۵۰۰ تا ۶۰۰ سال دارد. این درخت تراکم بسیار زیادی دارد که بصورت پراکنده در قسمتهای مختلف جزیره کیش مخصوصاً در قسمتهای مرکزی و جنوبی جزیره کیش دیده می شود. برگ بسیار ریزی دارد که یکی از اصلی ترین غذاهای آهو های موجود در کیش می باشد



فال حافظ

درد ما را نیست درمان الغیاب
هجر ما را نیست پایان الغیاب
دین و دل بردند و قصد جان کنند
الغیاب از جور خوبان الغیاب
در بهای بوسه ای جانی طلب
می کنند این دلستانان الغیاب
خون ما خوردند این کافردلان
ای مسلمانان چه درمان الغیاب
همچو حافظ روز و شب بی خوشتن
گشتم سوزان و گریان الغیاب

کاریکاتور



دنبال کنید



اقتصاد کیش رادر صفحه EGHTEADKISH

اقتصاد کیش رادر صفحه