

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۳۴ - طلوع آفتاب: ۵:۵۰ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۱ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۳ - اذان مغرب: ۱۷:۵۰

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	سیریک	جاسک
▲ ۳۶	▲ ۳۷	▲ ۳۳	▲ ۳۶	▲ ۳۸	▲ ۳۷	▲ ۳۵	▲ ۳۳
▼ ۲۸	▼ ۲۴	▼ ۲۷	▼ ۲۷	▼ ۲۲	▼ ۲۰	▼ ۲۳	▼ ۲۸

نمایندگان روزنامه اقتصاد کیش در شهرهای استان هرمزگان

بندرعباس:	حسین فریدونی	۰۹۱۷۷۶۱۹۴۱۷
جزیره قشم:	مجید ترخان	۰۹۳۶۹۹۵۵۶۱۵
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

کودک و نوجوان

گام های مهم برای تربیت صحیح کودک

تربیت کودک نقش مهمی در شخصیت و آینده کودک دارد و سبب رشد فکری او می شود. والدین شایسته های متفاوتی برای تربیت کودکان خود دارند که به کارگیری هر شیوه بر روی شخصیت کودک در آینده تاثیر گذار است.

در این بخش شما را با نکاتی مهم برای تربیت فرزند خوب آشنا خواهیم کرد.

به دنبال ریشه بعضی رفتارها باشید

اگر رفتار ناشایستی از کودکان سرزد و دوباره کودک آن را تکرار نمود، بخشی از تلاش خود را برای علت یابی آن معطوف کنید.

پشایند واقعه یا ساده ای روی کودکان اثر گذاشته و او در واکنش به آن دست به رفتارهای نادرست و غیرقابل توجیه 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 وقتی کودک کار مثبتی می کند کار خویش را مورد تحسین قرار دهید.

الگوی خوبی باشید تا فرزندانتان بیاموزند از خشونت دوری کنند

برخی از والدین برای تربیت فرزندانشان از تنبیه بدنی استفاده می کنند و با کمک زدن، سرزنش کردن و تحقیر کردن فرزندانشان آنها را از کارهای اشتباه باز می دارند.

باید بدانید که تنها این کارها به کودکان می آموزد که برای حل مشکلات می توانند با دیگران چنین رفتارهایی داشته باشند پس هرگز برای تربیت فرزندانتان از تنبیه بدنی استفاده نکنید.

از زمان تولد کودک با لحن آرام با او صحبت کنید و هرگز سر او داد نکشید حتی هنگامی که از دستش عصبانی می شوید زیرا داد زدن شما برای او عادی می شود و در آینده شما را برای تربیت او دچار مشکل می سازد.

اینکه او یاد می گیرد همیشه برای رسیدن به اهدافش فریاد بکشد و با دیگران دعوا کند. کسانی که با کودکان آرام و بدون خشونت برخورد می کنند بهتر می توانند کودک خود را تربیت کنند.

حتماً هر روز برای فرزندانتان کتاب بخوانید

از همان ابتدای کودکی یعنی زمانی که کودکان ۶ ماهه است برای او کتاب بخوانید. شما می توانید با این کار مطالعه را برای او به یکی از بهترین عادات تبدیل کنید و اهمیت مطالعه را به او بیاموزید. با آشنا کردن فرزندتان با کتابخوانی می توانید آینده بهتری را برایش رقم بزنید.

مراقب آن چه کودکان می بیند و می شنود باشید. بسیاری از والدین زمانی که ناراحتی از دست فرزندانشان برای باز یافتن آرامش او را مقابل تلویزیون می نشاندند.

در این زمان به آن چه که فرزندتان می بیند دقت کنید حتی اگر فرزندتان بسیار کوچک است، باید بدانید آن چه می بیند و می شنود، روی چهره های کوچک نیز تاثیر می گذارد. پس بهتر است برنامه های آموزنده را برای دیدن فرزندتان انتخاب کنید.

به او عشق بدهید

با فرزند خود به نحوی صحبت کنید که او بداند برایتان مهم است و در هر شرایطی او را عاشقانه دوست خواهد داشت. از همان سال های کودکی برای فرزندتان وقت بگذارید و به صحبت هایش با دقت گوش دهید و حسن ارشمنندی و اعتماد به نفس را در او ایجاد کنید.

به فرزندتان ثابت کنید که همواره تحت حمایت شماست اما طوری رفتار نکنید که پیش از حد به شما وابسته شود. در هر سن با توجه توانایی هایش به او مسوولیت دهید و از او حمایت کنید.

بسیار فرزندتان همراهی کنید، بسا او بخندد، با او خوشحالی کنید و زمانی که ناراحت است با او ناراحت

نکته

وقتی زندگی سهل و ساده شد، باید همه ی ما، چه فقیر و چه غنی، حواس مان را جمع کنیم، اگر نه برای رویارویی با سختی هایی که دیر یا زود به سراغ مان می آیند، آماده نخواهیم بود.

«النور روزولت»

آموزش آشپزی

ته چین کوفته قلقلی

روغن: به میزان کافی
روغن تهیه:

برای شروع ابتدا برنج را بشویید و چند ساعت با کمی آب و نمک خیس دهید. بعد آبکش کنید. سپس داخل ظرفی گوشت چرخ کرده را با کمی نمک، فلفل و مقداری زعفران مخلوط کنید و کمی با دست ورز دهید. گوشت ها رو به صورت قلقلی های کوچک در بیابورید و داخل تابه روغن سرخ کنید. هویج ها را به صورت رنده و یا خلاتی خرد کنید و کمی تفت دهید تا سرخ شوند. سبب زمینی های نگینی خرد شده را هم سرخ کنید. در این مرحله تخم مرغ ها را به همراه ماست و زعفران مخلوط کنید و بعد مقداری از برنج آبکش شده را به آن اضافه کنید. ته تابه یا قابلمه تان را مقداری روغن پرزیزید و مایه ته چین را کف ظرفتان پرزیزید و سطح آن را صاف کنید. بعد

مواد لازم:

برنج: ۵ پیمانه
ماست: ۶ ق غ سر پر
تخم مرغ کامل: ۱ عدد
۱ عدد زرده زعفران: به مقدار دلخواه
هویج: به مقدار دلخواه
سبب زمینی نگینی خرد شده: ریزه به مقدار دلخواه
گوشت چرخ کرده: ۲۵۰ گرم
پیاز: ۱ عدد
نمک و فلفل: به میزان کافی
زرشک، خلال پسته و بادام: برای تزیین

عکس روز

عکس از روابط عمومی شرکت عمران، آب و خدمات کیش

بازدید مدیر عامل شرکت عمران و خدمات از سمپوزیوم مجسمه سازی کیش



پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش ۴۴۴۲۴۹۶۹
گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش ۴۴۴۲۴۹۹۹