

# اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۱۵:۵۰ - طلوع آفتاب: ۳۶:۰۶ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۰ - غروب آفتاب: ۰۴:۱۷ - اذان مغرب: ۲۲:۱۷

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۴	▲ ۲۶	▲ ۲۵	▲ ۲۵	▲ ۲۷	▲ ۲۳	▲ ۲۵	▲ ۲۵
▼ ۱۹	▼ ۱۵	▼ ۱۷	▼ ۱۷	▼ ۱۳	▼ ۹	▼ ۱۷	▼ ۱۹

سبک زندگی

## اعتیاد و نقش اعضای خانواده در حمایت از فرد

اگر فرد معتاد در خانواده‌ای وجود دارد، تک تک اعضای خانواده نقش مهمی در اثرگذاری اعتیاد بر این فرد دارند.

هنگامی که یکی از اعضای خانواده با سوء مصرف مواد مخدر دست و پنجه نرم می‌کند، باید توسط چند نفر از بستگان و از همه مهم‌تر اعضای خانواده خود حمایت شود. به اعضای گرایش فرد به اعتیاد، شش نقش کارآمد وجود دارد که هر یک از اعضای خانواده برای حفظ تعادل و وضعیت عادی خانه باید در نظر داشته باشند، چراکه هر نقشی می‌تواند نگاه بهتری در مورد تأثیر سوء مصرف مواد مخدر بر خانواده داشته باشد.

**فرد معتاد**

فرد معتاد مصادف می‌شود در زندگی فرد را دارد و در درجه اول اهمیت قرار دارد و در نتیجه، همین مسئله باعث آسیب رساندن، نقش بازی کردن و دروغ گفتن و وی به اعضای خانواده نزدیکان خود می‌شود، چرا که این افراد تمایل دارند دیگران را به خاطر مشکلاتشان سرزنش کنند و در نهایت، خود را در افرادی که بیشتر به آن‌ها اهمیت می‌دهند گنجانند. به همین خاطر، بسیاری از معتادان نمی‌خواهند

مصرف مواد مخدر را متوقف کنند و این می‌تواند باعث کینه و عصبانیت اعضای خانواده آن‌ها شود.

**فعال‌کننده**

فعال‌کننده معمولاً همسر فرد معتاد، شریک زندگی یا بزرگترین فرزند خانواده است که در بعضی موارد، حتی کودک نیز می‌تواند نزدیک‌ترین فرد به مصرف‌کننده باشد. فعال‌کننده یا کسی که برای ماده مخدر فرد معتاد پول تهیه می‌کند، تمایل دارد تمام کارها را انجام دهد، به عنوان مثال، خانه را تمیز کند، قبض‌ها را پرداخت کند و از رفتن بچه‌ها به مدرسه اطمینان حاصل کند و حتی ممکن است برای جلب رضایت وی به مواد مخدر و مشروبات الکلی او نیز پول دهد. این رفتار، احساسات درونی خیانت، خشم و صدمه‌ای را که معتاد وارد کرده، پوشش داده است.

**قهرمان**

قهرمان (معمولاً بزرگترین فرزند) فردی است که بیش از حد تلاش می‌کند و سخت‌کوش است و به طور معمول در مدرسه بالاترین نمره را کسب می‌کند. قهرمان برای پوشاندن احساس گناه، نارسایی، اضطراب و استرسی که درون خود احساس می‌کند، این گونه عمل می‌کند. قهرمان سعی می‌کند احساس عادی بودن را در خانواده منتقل کند و

حساس می‌کند باید مسئولیت بیشتری را به عهده بگیرد، اما عمل کردن در این سطح می‌تواند استرس زیادی را به او وارد کند و در نتیجه اضطراب زیادی برای وی ایجاد کند.

**قربانی**

عضو سرکش خانواده، کودکی که مرتباً پرخاشگری می‌کند و خود را از آشفته‌گی در خانه دور می‌کند و همیشه در خانه و در حضور فرد معتاد به عنوان قربانی شناخته می‌شود. قربانیان به دلیل مشکلات خانوادگی مورد سرزنش قرار می‌گیرند و آن‌ها اغلب با معتاد به خاطر قیام دادن آن‌ها در این موقبت ناراحت می‌شوند. هر چه این قربانیان رشد می‌کنند، یا قاتل مشکلات بیشتری پیدا می‌کنند، به طوری که زنان در این گونه رفتار، تمایل به رفتارهای جنسی پرخطر دارند و مردان نیز نسبت به خانواده خود با رفتاری می‌کنند.

**مسئول‌شادی**

مسئول شادی خانواده با طنزهای خود است. تسکین خانواده با طنزهای خود است. وقتی معتاد در خانه باعث ایجاد ناراحتی می‌شود، می‌تواند روی این فرد حساب کرد تا بتواند شادی را در خانواده ترویج دهد. این فرد معمولاً نیازهای خود را فدای تأمین نیازهای خانواده برای ایجاد شادی می‌کند و وقتی بزرگ می‌شود،

بیمه ناهولادت خانواده

باروزی ۹۶۰ تومان، در حوادث تا سقف ۲۵۰ میلیون تومان بیمه باشید

دفتر امیرزاده کد ۲۱۸۵۶ بیمه آسیا مشاور تلفنی بیمه ای شما در برج صدف کیش ۰۹۱۲۲۱۱۸۶۳۲ ۰۷۶۴۴۴۵۳۶۷۰

✓ صدور انواع بیمه نامه غیر حضوری در هر ساعتی که بخواهید بیمه نامه

هر چهره ای بالبخند زیباتر می شود

بهر آسایش لبخند بزنید

پنجشنبه ۲۷ آذر ۱۳۹۹، ۲۰ جمادی الاول ۱۴۴۲، ۱۷ دسامبر ۲۰۲۰، شماره ۳۶۲۴ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۴۰۰۰ تومان

نکته

تمام افکار خود را روی کاری که دارید انجام می دهید متمرکز کنید؛ پرتوهای خورشید تا متمرکز نشوند نمی سوزانند ...

«گراهام بل»

آموزش آشپزی

### «مریای گل نسترن»

مواد لازم:

میوه گل نسترن ۱۰۰۰ گرم  
شکر ۵۰۰ گرم  
آلبیمو ۱ قاشق غذاخوری  
گلاب ۱ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

ابتدا میوه های گل نسترن را به خوبی شسته و درون ظرف پر از آب ریخته و مواد اضافی و آشغال هایسی که روی ظرف قرار می گیرد را خارج کرده و سپس آب آن را عوض کنید و روی شعله قرار دهید.

مقداری آب را اضافه کنید که تمام میوه های نسترن را پوشش دهد)

سپس منتظر شوید تا نسترن ها به خوبی بپزد و در این میان کف هایی که روی قابلمه تشکیل می شود را خارج کنید و وقتی احساس کردید میوه ها پخته و خیلی نرم شدن شعله را خاموش کنید و اجازه دهید سرد شود و سپس آن را از صافی عبور دهید تا دانه های میوه نسترن را خارج شود.

آبی که از پختن نسترن ها به وجود آمده را درون توریه یا کیسه های پارچه ای ریخته یعنی به نحوی آن را تنسویه کرده و مواد اضافی آن را گرفته و فقط آب خالص را جدا کرده و کنار می گذاریم.

آب بدست آمده را با شکر موجود درون قابلمه

عکس روز

بازار تهران در آستانه شب یلدا

## پانیز: بازار خانواده ها

بازار پانیز

پانیز: بازار خانواده ها

پرندگان جزیره

بلبل خرمای دمگاه سرخ: در شانزدهم اسفند ماه سال ۱۳۸۵ تعداد ۱۲-۱۰ قطعه بلبل خرمای دمگاه سرخ در سواحل شمال شرق جزیره کیش توسط گروه کارشناسی دفتر امور حیات وحش و آبریزان مشاهده شد. این پرنده از راسته کنتشک سمانان و خانواده بلبل خرمای است که در بوته زارها، جنگلهای باز، دشتهای زمینهای کشاورزی و نواحی شهری پراکنش دارد. طول بدن آن تقریباً ۲۰ سانتی متر و وزن آن بین ۴۵-۳۳ گرم است. پرنده ای تیره با شکم و دمگاه سفید و پوشش های مشخص قرمز رنگ در زیر دمگاه، سر و تاج کوچک سیاه رنگ، دم قهوه ای بلند با حاشیه سفید در انتهای آن می باشد.

ما چمدان شما را مملو از سود، کیفیت و رضایت می کنیم

## خرید خود را شیرین کنید

مدیریت: ۰۷۶۴-۴۴۲۰۰۰۰ | اطلاعات: ۰۷۶۴-۴۴۲۰۰۲۱

## نکاتی برای استفاده ایمن کودکان از اینترنت

اگر تا قبل از کرونا از کارشناسان می پرسیدید که کودکان چگونه باید از اینترنت و اپلیکیشن ها استفاده کنند، پاسخ نسبتاً مشخصی داشتند: اینکه بچه ها تا ۱۳ سالگی گوشی تلفن یا چیزی شبیه به آن را در شبکه های اجتماعی حساب کاربری نداشته باشند. علت این هم به توان ذهنی و روانی کودکان برمی گردد که تا قبل از ۱۳ سالگی توانایی تحلیل حد و مرزها و استفاده درست از شبکه های اجتماعی و فضای دیجیتال را ندارند. اما کرونا همه چیز را تغییر داد.

با قرنطینه شدن مادر خانه و تعطیل شدن مدارس و کودکستان ها و فضاهای بازی، بچه ها نیاز به تفریح و سرگرمی هایی دارند که بخش زیادی از آن را در فضای مجازی جستجو می کنند. بچه های هشت ساله ثبت به دست هستند و بچه های ۵ ساله و حتی کمتر از آن نیز خیلی از ماجرا عقب نیستند. همه پرنده های قبلی ما به هم ریخته است. اگر مانع بچه ها سویم حوصله شان سر می رود و اگر آن‌ها را در حال خود بگذاریم برای آن‌ها مسائل و مشکلات روحی پدید آورده ایم، وضعیت سختی است چون

و فضای خصوصی باشند. اما وقتی کودکان زیر ۱۳ سال در حال استفاده از وسایل دیجیتال هستند بهتر است از اتاق دربسته و دور از چشم شما نباشند. تاریخ انجام بازی ها و استفاده از برنامه ها در وسایل دیجیتال بررسی کنید تا کودکان زیر ۱۳ سال دور از چشم شما وارد فضاهای بازی و فضای مجازی نشوند.

**۳. استفاده در زمانی مشخص**

والدین غالباً برای اینکه از دست بچه ها خلاص شوند ابزارهای دیجیتال را به کار می گیرند. برای مثال وقتی جلسه ای دارید و یا خودتان سرگرم کاری هستید که امکان نظارت بر الگوی استفاده فرزندان از فضای مجازی و ابزارهای دیجیتال را ندارید بهتر است اجازه استفاده از این وسایل را به فرزندان ندهید. زمان هایی را برای استفاده از وسایل دیجیتال تعیین کنید که خودتان حواس جمع باشید و بتوانید بر استفاده فرزندان از وسایل دیجیتال نظارت کنید.

**۴. یک قرار داد تنظیم کنید**

خیلی ها تصور می کنند که فقط باید بسه کودک امر و نهی کنند. توجه

نمی توان با یک کودک خردسال در مورد محتوای نامطلوب فضای مجازی صحبت کرد و به او فهماند که از چه چیز باید استفاده کند و از چه نباید. در ادامه نکاتی را بیان می کنیم که ممکن است برای شما مفید باشد.

**۱. قانون عمل کنید**

از فرزندان بخواهید که بدون اجازه شما از وسایل دیجیتال استفاده نکنند. برای این کار می توانید روی وسیله دیجیتال قفل یا رمز بگذارید و خودتان آن را برای فرزندان باز کنید. این قواعد را خودتان هم رعایت کنید و بسازی به هر جهت با آن‌ها برخورد نکنید. به شکل یکنواخت و پیش بینی پذیر با فرزندان رفتار کنید. برای مثال اگر تعیین کرده اید از ساعات خاصی از روز حق استفاده از وسایل دیجیتال وجود دارد و یا استفاده از آن‌ها را مقید به انجام تکالیف درسی کرده اید به صورت یک با هم و دو عمل نکنید. همه بر فغان بمانند.

**۲. استفاده همراه با نظارت**

احترام به حریم خصوصی کودکان بسیار مهم است. کودکان حق دارند هنگام انجام تکالیف یا سرگرمی های رایج خود در اتاق ها

کاریکاتور

در حاشیه بازار داغ کسب شب یلدا

هر سرو که در چمن در آید در خدمت قامت نگویند باد چشمی که نه فتنه تو باشد چون گوهر اشک غرق خون باد چشم تو ز بهر دلربایی در کردن سحر ذوقتون باد هر جا که دلیست در غم تو بی صبر و قرار و بی سکون باد قد همه دلبران عالم پیش الف قدت چو نون باد هر دل که ز عشق توست خالی از حلقه وصل تو برون باد لعل تو که هست جان حافظ دور از لب مردمان دون باد

# صنایع چوب

## حلاج کیش

کلید سفارشات MDF، چوبی دکوراسیون غرفه و منزل

تلفن: ۷۶۹۸۲۵۲