

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۰۶ - طلوع آفتاب: ۶:۲۵ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۵۳ - غروب آفتاب: ۱۹:۲۰ - اذان مغرب: ۱۹:۳۶

| کیش | بندر عباس | قشم | بندر لنگه | میناب | بستک | بندر چارک | پارسیان |
|------|-----------|------|-----------|-------|------|-----------|---------|
| ▲ ۳۰ | ▲ ۳۲ | ▲ ۲۹ | ▲ ۳۳ | ▲ ۳۳ | ▲ ۳۷ | ▲ ۳۲ | ▲ ۳۵ |
| ▼ ۲۳ | ▼ ۲۱ | ▼ ۲۳ | ▼ ۲۲ | ▼ ۱۹ | ▼ ۱۸ | ▼ ۲۱ | ▼ ۲۲ |

سبک زندگی

انجام فعالیت های داوطلبانه با سبک زندگی ما چه می کند؟



هورمون دوپامین می شود که هورمون شیمیایی مرتبط با شادی و احساس خوب است. در واقع فعالیت های داوطلبانه با ترشح هر چه بیشتر هورمون های سروتونین و دوپامین، افسردگی را نیز از شما دور می کند.

طول عمر طولانی تر: طبق نظریه روانشناسان انجام اقدامات داوطلبانه تأثیرات بسیار بیشتری از ورزش و رژیم غذایی سالم در افزایش طول عمر دارد. در واقع اینطور فعالیت ها با فعال نگه داشتن ذهن و بدن به طور همزمان به حفظ سلامت کلی بدن و افزایش طول عمر کمک می کنند.

کاهش فشار خون: در نشریه هافینگتون پست اینطور منتشر شده است که فعالیت های داوطلبانه برای حفظ سلامت قلب و کاهش فشار خون بسیار موثرند. شواهد بسیار قوی وجود دارد که داشتن ارتباطات اجتماعی قوی خطر ابتلا به فشار

مزایای فعالیت های داوطلبانه به شما، خانواده تان، و جامعه خود را می برد. انجام فعالیت داوطلبانه درستی می تواند به شما در رسیدن به جامعه یادگیری مهارت های جدید، و حتی پیشرفت به شما در رسیدن به جامعه یادگیری مهارت های جدید، و حتی پیشرفت حرفه ای کمک کند. فردا داوطلب همچنین می تواند به حفاظت از سلامت ذهنی و فیزیکی خود کمک کند. مزایای فعالیت های داوطلبانه به شما، خانواده تان، و جامعه خود را می برد.

کودک و نوجوان

نشانه های یک کودک نابغه



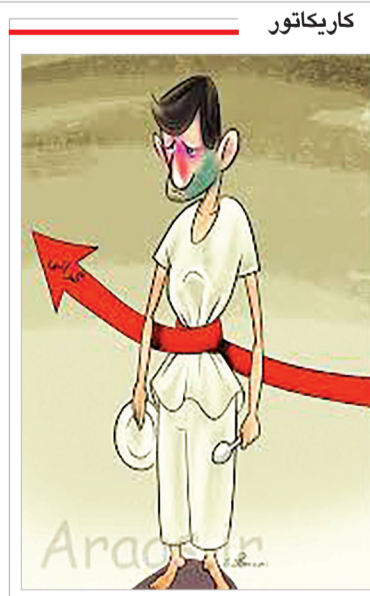
همه والدین به فرزند خود به چشم یک نابغه نگاه میکنند و البته که همه کودکان باهوش هستند ولی کودکان نابغه دارای ویژگی های منحصر به فردی میباشند. علامت و نشانه هایی که یک کودک نابغه دارد عبارتند از:

مسابقه از طریق نقاط عطف: یکی از اولین نشانه هایی که ممکن است نوع شما را بالا ببرد و به زودی در زندگی کودک شما ظاهر شود، راه رسیدن به نقاط عطف رشد قبل از پیش بینی میباشد که میتواند نشانه ای که برای کودک شما آماده است باشد تا به چالش کشیده شود.

Eboni hollirt عضو هیئت مدیره گوهی ششده در کودکان و نوجوانان توسعه یافته و رفتاری میگوید بسیاری از والدین کودکان با استعداد پیشرفت هایی را در دوران اولیه آنها پیش بینی میکنند. به ویژه مهارت های زبان که به صورت خاصی قابل مشاهده هستند. که اکثر کودکان با استعداد اغلب از واژگان سخت و پیچیده ای استفاده میکنند.

شناسایی الگوهای اولیه: نابغه های بزرگ در سن خیلی کم تشخیص و تکرار را شروع میکنند اما منظور فقط رنگ های ساده و الگوهای شکل و ... نیست. نورانجان در ادای دکترای Super baby نشان میدهد کودکان باهوش نه تنها الگوها و اشکال را بازی ها و فعالیت ها متوجه میشوند بلکه میتوانند رفتارهای تکراری، اقدامات و فعالیت ها را راحت تر از همتایان خود ببینند.

کودکان باهوش همه چیز را متوجه میشوند: مانند: تویوسی که در زمان صبحانه از آنجا عبور میکند چند تا آجر در درون اسباب



کاریکاتور

حافظ

مرا مهر سه چشمان ز سر بیرون نخواهد شد
قضای آسمان است این و دیگرگون نخواهد شد
رقیب آزارها فرمود و جای آشتی نگذاشت
مگر آه سحر خیزان سوی گردون نخواهد شد
مرا روز ازل کاری به جز رندی نفرمودند
هر آن قسمت که آن جا رفت از آن افزون نخواهد شد
خدا را محبت ما را به فریاد دف و نی بخش
که ساز شرع از این افسانه بی قانون نخواهد شد
مجال من همین باشد که پنهان عشق او ورزم
کنار و بوس و آغوش چه گویم چون نخواهد شد
شراب لعل و جای امن و یار مهربان ساقی
دلاکی به شود کارت اگر اکنون نخواهد شد
مشوی ای دیده نقش عم ز لوح سینه حافظ
که زخم تیغ دلدار است و رنگ خون نخواهد شد

اقتصاد کیش | پروتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش | گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش | روزنامه

عضو هیات رئیسه مجلس شورای اسلامی اعلام کرد:

طرح ممنوعیت ورود خبرنگاران آمریکایی و انگلیسی اعلام وصول شد



سرویس سیاسی - عضو هیات رئیسه مجلس شورای اسلامی از اعلام وصول طرح ممنوعیت ورود خبرنگاران آمریکایی و انگلیسی حامی تحریم به ایران خبر داد.

در جلسه علنی روز گذشته مجلس شورای اسلامی «سید ناصر موسوی لاریجانی» اعلام کرد که طرح ممنوعیت ورود خبرنگاران و رسانه های آمریکایی و انگلیسی حامی تحریم به کشور ایران و طرح نحوه مواجهه با قانع کننده نبودن پاسخ وزیر اعلام وصول شد.

عضو هیات رئیسه مجلس شورای اسلامی افزود:

دوشنبه ۳۰ فروردین ۱۴۰۰، ۶ رمضان ۱۴۴۲، ۱۹ آوریل ۲۰۲۱، شماره ۳۷۱۴ (۱۰۹۸ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

دعای روز ششم ماه مبارک رمضان

اللهم لا تخذلني فيه لتعرض مَعْصِكَ ولا تُضْرِبني بسياطِ نَقْمَتِكَ وَزُحْرُخني فيه من موجِبَاتِ سَخَطِكَ بِمَنَكِ يا اَبَدِيكَ يا مُتَّهِي رَغْبَةَ الرَّاغِبِينَ. خدایا و مگذار مرا در این روز در پی نافرمانیت روم و من مرا با تازیانه کيفر و دور ویرکنار بدار از موجبات خشمست بحق احسان و نعمتهای بی شمار تو ای حد نهایی علاقه و اشتیاق مشتاقان.

آموزش آشپزی

گوش فیل



مواد لازم:
تخم مرغ: ۱ عدد
شیر: نصف لیوان
شریت: ۲ قاشق غذاخوری
پکینگ پودر: ۱ قاشق مرباخوری
ماست: ۱ قاشق مرباخوری
روغن جامد: ۲ قاشق غذاخوری

آموزش:
کمی وانیل، هل، زعفران (در صورت تمایل) و گلاب بگذارید روی شعله تا جوش آید و آفتاب بجوشد تا قوام یابد. سپس شربت به دست آمده را کنار بگذارید تا خوب سرد شود.
تخم مرغ، شسیر و روغن را با هم مخلوط کنید، سپس ماست و دو قاشق شریت و پکینگ پودر را اضافه و در آخر به آرامی آرد را بیفزایید، خوب به هم بزنید و با دست ورز دهید تا خمیر گوش فیل آماده شود.
زمانی که خمیر دیگر به دست نچسبید، آرد کافی است. یک تا دو ساعت خمیر را کنار بگذارید. سپس با وردنه آن را صاف کنید و لوزی لوزی ببرید. می توانید وسط لوزی ها را نیز جمع کنید یا همین طور ساده در ظرف گودی که روغن مایع در آن ریخته و خوب داغ شده دو لیوان شکر را در یک لیوان آب حل کنید به همراه

عکس روز



عکاس: اشرف زابلی

صنایع چوبی حلاج کیش

کلید سفارشات
MDF، چوبی
دکوراسیون غرفه
و منزل
آدرس: جزیره کیش - شهرک صنعتی
درفت سبز - صنعت ششم - پلاک R61
تلفن: ۷۴۹۸۲۵۲۰

اقتصاد کیش | پروتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش | گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش | روزنامه