

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۵۳ - طلوع آفتاب: ۶:۱۵ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۵۱ - غروب آفتاب: ۱۹:۲۷ - اذان مغرب: ۱۹:۴۴

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۳	▲ ۳۳	▲ ۳۰	▲ ۳۴	▲ ۳۶	▲ ۳۷	▲ ۳۵	▲ ۳۶
▼ ۲۴	▼ ۲۳	▼ ۲۵	▼ ۲۳	▼ ۲۲	▼ ۱۸	▼ ۲۲	▼ ۲۳

مشارکت بخش خصوصی ایران در تامین تجهیزات جام جهانی ۲۰۲۲ قطر



رییس اتاق مشترک بازرگانی ایران و قطر اعلام کرد: تیم اقتصادی کیش - رییس اتاق مشترک بازرگانی ایران و قطر گفت: بخشی از وسایل ساختمانی و تجهیزات مورد نیاز این کشور برای برگزاری جام جهانی فوتبال ۲۰۲۲ توسط ایران تامین می شود. «علنان موسی پور» با اشاره به برگزاری مسابقات جام جهانی فوتبال ۲۰۲۲ در قطر، تصریح کرد: در حال حاضر بسیاری از تجهیزات مورد نیاز و وسایل ساختمانی برای آماده سازی این کشور برای برگزاری این رویداد جهانی توسط بخش خصوصی ایران تامین می شود. موسی پور بیان اینکه برای پذیرش گردشگر نیز امکانات مورد نیاز قطر برای

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
مجامع 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: ۴۴۴۲۹۶۹۶ - ۴۴۴۲۹۶۹۹ (۰۷۸)
فکس: ۴۴۴۲۹۶۸۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای
خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۹۱۷-۶۵۱۰
eghtesadekesh@yahoo.com

یکشنبه ۱۲ اردیبهشت ۱۴۰۰، ۱۹ رمضان ۱۴۴۲، ۲۰ می ۲۰۲۱، شماره ۳۷۲۳ (۱۱۰۷ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

دعای روز نوزدهم ماه مبارک رمضان
اللهم وقره فیه خطی من برکاته وسهل سبیلی الی خیراته ولا تحرمنی قبول حسناته یا هادی الی الحق المبین.
خدایا زیاد بگردان در آن بهره مرا از برکاتش وآسان کن راه مرا به سوی خیرهایش ومحروم نکن ما را از پذیرفتن نیکی هایش ای راهنمای به سوی حق آشکار

آموزش آشپزی

بورک ترکی

مواد لازم:
خمیر یوفکا: مقدار لازم
سبب زمینی: ۳ عدد
پیاز: ۱ عدد
روغن زیتون: مقداری
پنیر خامه ای: ۱۰۰ گرم
پنیر پیتزا: ۱۰۰ گرم
زرد تخم مرغ: ۱ عدد
نمک و فلفل: به مقدار لازم
طرز تهیه:

- سبب زمینی ها را بپزید، پیاز را خرد کنید و در مقداری روغن تفت دهید تا طلایی شود.
- سبب سبب زمینی های پخته را ریز خرد کنید (با رنده کنید) و به پیاز اضافه کنید. کمی نمک و فلفل بزنید و پس از کمی تفت دادن از روی حرارت بردارید.
- پس از اینکه مواد را از روی حرارت برداشته پنبه ها را اضافه و کمی مخلوط کنید.
- خمیرها را به نوبت باز کنید و روی خمیرها کمی زرده مالدیسبب مقدار از مخلوط آماده داخل خمیر بزنید. لبه دیگر خمیر را بر گردانید و برای اتصال لبه های خمیر کمی زرده تخم مرغ بزنید (زرده تخم مرغ مانند چسب عمل می کند).
- کف سینی را چرب کنید سپس خمیرهای آماده را

عکس روز

عکس: اشرف زابلی

زیبایی های کیش

پانیز

مرکز خرید بین المللی

شب معنوی قدر، شب های نزول قرآن، شب های توبه و آموزش گناهان گرامی باد.

عذرخواهی

دله تحلیل کنید:
اگر می توانستید به موقعیت قبیل برگردید چه کار می کردید؟ این تمرین به کودک اجازه می دهد تا راه های دیگری را برای حل و فصل تعارض بیاندیشد. اگر چه درست است که طوفان مغزی وضعیت فعلی را حل نمی کند اما روشی خوب برای مدیریت احساسات در آینده خواهد بود.
تکرار نکردن اشتباه از مهمترین شرط های یک عذرخواهی واقعی است:
به کودک خود بگویید اگر کار بدی انجام داده و بابت آن عذرخواهی می کند نباید این کار خود را دوباره تکرار کند زیرا یکی از مهمترین شرط های یک عذرخواهی واقعی تصمیم جدی برای تکرار نکردن کار اشتباه هست

Paniz
INTERNATIONAL MALL

مدیریت زمان بهتر با استفاده از لیست وظایف

سبک زندگی

برای رسیدن به موقع به اهداف خود، باید با تنظیم یک لیست وظایف، خودتان را قدم به قدم به هدفتان نزدیکتر کنید.
برای رسیدن به اهداف خود و تبدیل شدن به همه آنچه که می توانید به آن تبدیل شوید، باید وقت خود را مدیریت کنید.
به طور کلی، روانشناسان بر این باور هستند که "احساس کنترل"، کلید خوشبینی، اعتماد به نفس، قدرت و رفاه شخصی است و احساس کنترل، تنها زمانی امکان پذیر است که مهارت های عالی مدیریت زمان را تمرین کنید.
گزینه ها و تصمیم ها
اگر یک روی سکه، موفقیت توانایی تعیین اهداف واضح و روشن برای خود باشد، روی دیگر همان سکه، توانایی این است که به خود و کارهایتان نظم داده و با ارزش ترین کارهای خود را در هر دقیقه ای از هر روز انجام دهید تا به اهداف خود برسید چرا که انتخابها و تصمیمات شما با هم ترکیب شده اند تا تمام زندگی شما تا این لحظه را به وجود آورند.
برای تغییر یا بهبود زندگی خود به هر روشی، باید تصمیمات جدیدی بگیرید. کسه این تصمیمات، بیشتر باید با آنچه که واقعا هستید و آنچه را که عمیقاً می خواهید، همسو باشند.
کار درست برای انجام دادن
تنها راهی که می توانید برای درست یا غلط بودن، اهمیت بیشتر و کمتر، کم یا زیاد بودن یک کار تعیین کنید، این است که ابتدا هدف خود را در آن لحظه خاص مشخص کنید و از آن مرحله به بعد، می توانید تمام فعالیت های خود را به فعالیت های "A" یا "B" تقسیم کنید.
فعالیت "A" چیزی است که شما را به سمت هدف هدایت می کند و هر چه سریع تر و مستقیم تر انجام شود، بهتر است، اما فعالیت "B" فعالیتی است که شما را به سمت هدفی که برای شما مهم است، سوق نمی دهد.

مدیریت زمان را با لیست وظایف خود آغاز کنید. ابزار اصلی مدیریت زمان، وظیفه ای است که بر اساس اولویت سزاسازمانده شده و به عنوان ابزاری ثابت برای مدیریت شخصی استفاده می شود و واقعیت این است که شما نمی توانید زمان را مدیریت کنید، بلکه شما فقط می توانید خودتان را مدیریت کنید. به همین دلیل، مدیریت زمان مستلزم انضباط شخصی، کنترل خود و تسلط بر خود است و در حقیقت، مدیریت زمان نیازمند این است که شما بهترین انتخابها و تصمیمات لازم را برای افزایش کیفیت زندگی و کار خود انجام دهید و سپس، تصمیمات خود را پیگیری کنید که در این میان، دانستن مهارت های مدیریت زمان که برای شما مفید هستند، سرعت زندگی شما را بهبود می بخشد و بر میزان کار شما تأثیر مثبت می گذارند.
برای دستیابی به اهداف خود از برنامه ریزی پیشرفته استفاده کنید.
از همین امروز، برنامه یک هفته آینده خود را تنظیم کنید و برای هر روزتان، از شب قبل برنامه ریزی کنید

کودک و نوجوان چگونه معذرت خواهی کردن به کودک را بیاموزید؟

موقعیت کودک را تجزیه و تحلیل کنید:
با کودک خود در مورد اوضاع و شرایط صحبت کنید و بگذارید احساساتش را آزادانه نشان دهد. هنگامی که فرزند شما آرام شد وقت آن است که اتفاقی که رخ داده است را تحلیل کنید و احساس خود را بیان کند که دقیقاً چه اتفاقی افتاده است. هنگام درگیری بیان احساسات مهم است و در واقع محرک اقدامات کودک خواهد بود.
دلایل کودک برای انجام کار اشتباه را از او بپرسید:
از کودک خود بپرسید چرا این کار اشتباه را انجام داده است. پرسیدن دلایل از کودک برای انجام کار اشتباهی که مرتکب شده اند، انگیزه بیشتری برای بخشیده شدن به کودک خواهد داد.
کودک را به همدلی تشویق کنید و به فرزندتان آموزش دهید چگونه عذرخواهی کند:
اکنون که شما می دانید چه اتفاقی افتاده است و چرا فرزندتان به آن واکنش نشان داده است از او بپرسید که اگر جای کودک دیگری بود چه احساسی داشت. حتی می توانید آن ها را از وضعیت مشابهی که تجربه کرده است به یاد آورد. هدف آن است که کودک خود را در جای کودک دیگری قرار دهید تا اشتباه خود را بفهمد. برایش زمانی تعیین کنید تا به اشتباهش فکر کند:
کودک شما نباید پس از انجام کار اشتباهی برای فرار از

برای عذرخواهی کردن ابتدا شما باید مسئولیت اقدامات خود را بر عهده بگیرید و احساسات دیگران را درک کنید. جلوی کودک از او بابت رفتار اشتباهی که انجام داده اید عذرخواهی کنید.
هرگز از جملاتی چون: «من از عذرخواهی کن و بیا من حرف زنم» و یا «منتظر ام از عذرخواهی کنی» استفاده نکنید. گاهی اوقات کلماتی را می گوید که به آن ها حتی فکر نکرده اید.
با اعتقاد شما بر این است که کودک باید اجباراً عذرخواهی کند؟ حقیقت این است که نباید فرزند را به زور مجبور به انجام کاری کنید زیرا او می آموزد که ناچار باید از والدین خود بیروی کند.
هدف نهایی آن است که کودک مسئولیت اشتباهات خود را بر عهده گیرد و کار اشتباهی که انجام داده است را بپذیرد.
به فرزندتان کمک کنید تا آرام شود:
در اکثر مواقع زمانی که کودک باید معذرت خواهی کند عصبانیت او خارج از کنترل می شود. در عوض نفس عمیقی بکشید و به فرزند خود نزدیک شوید و او را از محلی که درگیری رخ داده است خارج کنید. به او اجازه دهید تا آرام شود سپس با صحبت کردن به او عذرخواهی کردن را بیاموزید.

کاریکاتور

ملک الشعرا یبهار

سبل خون آلود اشکم بی خبر گیرد تو را
خون مردم، آخر ای پیدادر، گیرد تو را
ای شکر لب، آب چشمم نیک در یابد تو را
وی قصب پوش آتش دل زود در گیرد تو را
ورگریزی زین دو طوفان چون پری بر آسمان
بر فراز آسمان آه سحر گیرد تو را
باخبر کردم تو را خون ضعیفان را مریز
زان که خون بی گناهان بی خبر گیرد تو را
نفرت مردم به مانند سگ درنده است
گر تو از پیش گریزی زود تر گیرد تو را
کن حذر زان دم که دست عاشق دلمرده ای
همچو قاتل در میان رهگذر گیرد تو را
ای خدنگ غمزه جانان ز تنهایی مثال
مرغ دل چون جوچه زیر بال و پر گیرد تو را
خاک زیر و رو ندارد پیش عزم عاشقان
هر کجا باشد بهار آخر به بر گیرد تو را

نکته

شور زیستن ترانه ای است که عشق می سراید، شور زیستن همان عشق است که به حرکت در آمده است؛ عشق و شور زندگی هنگامی نصیب تان می شود که آتش عشق را گرامی بدارید و بیاموزید که همواره آن را روشن و فروزان نگه دارید.
باربارادی آنجلیس

صنایع چوب

حلاج کیش

کلید سفارشات
MDF، چوبی
دکوراسیون غرفه و منزل
تلفن: ۷۴۹۸۲۵۲