



معاون میراث فرهنگی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان:

## مرمت قلعه تاریخی مغویه بندر لنگه به ۴۰۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز دارد

حشتی هرمزگان که در دوره قاجاریه اهمیت تجاری داشته مرمت شود و حتی این مرمت می تواند مشارکتی باشد. قلعه مغویه به شماره ۲۳۳۰ در سال ۱۳۷۷ در فهرست آثار ملی کشور به ثبت رسیده است.

اقتصاد کیش - معاون میراث فرهنگی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان گفت: برای مرمت قلعه تاریخی مغویه بندر لنگه ۴۰۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز است. وی ادامه داد: البته وراثان این قلعه که در یکی از کشورهای حاشیه خلیج فارس ساکن هستند، خواست شده که 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  
با مجوز 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: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۶۹ (۰۷۸)  
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸  
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴  
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صادش، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی  
شرکت چاپ ریحان ۶۵۰۷۹۱۷  
eightsadekish@yahoo.com

سه شنبه ۲۸ اردیبهشت ۱۴۰۰، ۶ شوال ۱۴۴۲، ۱۸، ۲۰۲۱، شماره ۳۷۳۴ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

قاعده ۲ از چهل قاعده شمس تبریزی

پیمودن راه حق کار دل است، نه کار عقل. راهنمایت همیشه دلت باشد، نه سری که بالای شانه هایت است. از کسانی باش که به نفس خود آگاهند، نه از کسانی که نفس خود را نادیده می گیرند.

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۶	▲ ۴۱	▲ ۳۶	▲ ۴۰	▲ ۴۴	▲ ۴۳	▲ ۴۰	▲ ۴۳
▼ ۲۸	▼ ۲۷	▼ ۲۸	▼ ۲۸	▼ ۲۷	▼ ۲۴	▼ ۲۷	▼ ۲۸

سبک زندگی

## چگونه حریم خصوصی خود را برای دیگران تعریف کنیم؟

تعریف حریم شخصی برای دیگران کار بسیار مهمی بوده که با رعایت برخی اصول قابل انجام است مانند توانایی نه گفتن، مشخص کردن رفتارهای قابل قبول و داشتن آزادی شخصی اشاره کرد.

حریم خصوصی در روابط اجتماعی کنجکاری در ذات همه انسانها وجود دارد، اما انسانها باید یاد بگیرند که برخی مواقع باید بر کنجکاری خود غلبه کنند و به حریم خصوصی دیگران احترام بگذارند مانند:

در اماکن عمومی مثل مترو و اتوبوس به مردم و صفحات موبایل و روزنامه آنها خیره نشوند.

در روابط و تصمیم گیری های دیگران دخالت نکنند، بهتر است تا قبل از اینکه از شما نظر خواهی نکرده اند در مورد زندگی شخصی دیگران نظر ندهند.

قبل از ملاقات با دیگران حتما به آنها اطلاع دهید و بی خبر به خانه کسی نروید، چرا که مهمان ناخوانده باعث رنجش صاحبخانه می شود.

حریم خصوصی میان والدین و فرزندان حریم شخصی میان والدین و فرزندان همواره با مشکلاتی مواجه است. معمولا والدین به بهانه اینکه "من تجربه بیشتری دارم!" حق انتخاب را از فرزندان خود می گیرند و نظرات خود را به آنها تحمیل می کنند. در صورت نارضایتی و مخالفت فرزندان، دلخوری هایی میان آنها به وجود می آید. بهتر است که والدین حریم خصوصی فرزندان خود را قبول و به جای تحمیل نظرات خود، به گفت و گو و قانع کردن آنها بپردازند. از مهم ترین حریم های خصوصی فرزندان می توان به اتاق آنها اشاره کرد که مخصوصا برای نوجوانان بسیار مهم می باشد، لذا لازم است که والدین بدون اجازه وارد

اتاق فرزندان خود نشوند و وسایل آنها را جابجا نکنند.

حریم خصوصی میان زن و شوهر

حریم شخصی نقش بسیار مهمی در رضایت زن و شوهر از یکدیگر و زندگی مشترک آنها دارد. در صورتی که یکی از زوجین کنترل گر و دیگری آزادی طلب باشد، مشکلات زیادی در رابطه با حریم شخصی برای آنها پیش می آید مانند کجا می روی؟، چرا گفتم؟، چرا جواب نداری؟ و... که ممکن است به معنی نقض حریم شخصی محسوب شود، البته حریم شخصی در زندگی مشترک یک موضوع حساس و بسیار مهم است.

مهرداد ثابت روانشناس درباره حریم خصوصی و زمان نقض یا حفظ آن اظهار کرد: حریم شخصی یعنی فرد یا گروهی اطلاعات مربوط به خود را از دیگران مجزا کند، اما این حریم صرفا شامل اطلاعات نمی شود و محتوای حریم خصوصی در میان فرهنگ و جوامع مختلف متفاوت بوده، اما قاعده مشترکی دارد و لزوما تابع قوانین دولتی یا بین المللی نیست و هر فردی حریم شخصی اش را خود تعیین می کند.

وی با اشاره به مبحثی در روانشناسی مبنی بر اینکه هر چه اضطراب آدمها بیشتر باشد حریم شخصی آنها وسیع تر است، افزود: در اتوبوس کنار شما کسی می نشیند، احساس خوبی ندارد و حس می کند کسی وارد حریم خصوصی شما شده، میزان این احساس آزار دهنده هر چه بیشتر باشد نشان دهنده وسعت حریم شخصی شما است.

وی ادامه داد: در گذشته حریم شخصی افراد با ورود به حیاط خانه همسایه، بالا رفتن از دیوار مردم، حمله و دزدی در نیمه شب و... نقض می

### آموزش آشپزی

## خورشت بامیه

**مواد لازم:**  
بامیه ۲۰۰ گرم  
گوشت گوسفندی ۵۰۰ گرم  
پیاز: ۱ عدد  
آبلیمو: ۴ قاشق غذاخوری  
رب گوجه فرنگی: در صورت علاقه  
روغن، نمک و فلفل: به مقدار لازم  
سیر: ۳ حبه  
طرز تهیه:  
پیاز خرد شده را با مقداری تفت می دهیم و تکه های گوشت را به آن اضافه می کنیم. بعد از این که گوشت کمی تفت خورد و سفید رنگ شد، ۳ لیوان آب روی آن می ریزیم و می گذاریم جوش بیاید. سپس شعله را کمی کم می کنیم تا آرام آرام گوشت بپزد. وقتی که گوشت تقریبا پخت، اگر خواستیم کمی رب به آن اضافه می کنیم و در غیر این صورت تنها آبلیمو (می توانیم از آبغوره هم استفاده کنیم) را اضافه می کنیم. سپس سیر را هم به آن اضافه کنیم. (اگر از بوی سیر بدتان می آید می توانید سیر را با پوست داخل خورشت بپزاندید)  
بامیه ها را بشوید و کمی از سر بامیه ها جدا کنید (دقت کنید سر بامیه ها باز نشود چون خورشت لیز و بد مزه خواهد شد). پس از آنکه گوشت پخته شد، بامیه، نمک و فلفل را به خورشت اضافه کنید و اجازه دهید جوش

### عکس روز

## عکس: مرتضی استاد زاده

بندرعباس

# ضد عفونی و آماده سازی مدارس کیش جهت امتحانات دانش آموزان به همت شرکت عمران، آب و خدمات کیش

