

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۷- طلوع آفتاب: ۶:۴۳- اذان ظهر امروز: ۱۲:۴۷- غروب آفتاب: ۱۸:۵۲- اذان مغرب: ۱۹:۰۸

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
 ۳۶ ▲ ۲۹ ▼	 ۳۷ ▲ ۲۸ ▼	 ۳۴ ▲ ۳۰ ▼	 ۳۸ ▲ ۲۸ ▼	 ۳۸ ▲ ۲۷ ▼	 ۴۰ ▲ ۲۲ ▼	 ۳۸ ▲ ۲۷ ▼	 ۳۹ ▲ ۲۶ ▼

کودک و نوجوان

نکاتی که والدین پیش از باز شدن مدارس باید بدانند



باشند.

بندهای کیف باید از جنس ابر و یا پنبه باشد و چیزی های سنگین در قسمت پایین کوله و پشتش قرار بگیرد.

کفش و کتانی مناسب انتخاب کنید

والدین باید در خرید کفش مدرسه دقت کنند. خرید کتونی و کفش بزرگ باعث می شود پا، داخل کفش، ثابت نداشته باشدو عضلات اضافه تر ی در اندام تحتانی سعی کنند پا را در کفش نگه دارند پس کفش باید کاملاً اندازه پا باشد.

کفی کفش، تخت نباشد و حدود سه سانتی متر پاشنه داشته باشد و در طول روز و پیساده روی فراوان در مدرسه، پاها را آزرده نکند.

کفی کفش باید قابلیت ارتجاعی مناسبی داشته و قوس داخلی کفش طوری باشد که قوس داخلی پارا پیوشاند.

در انتخاب لوازم التحریر دقت کنید

سعی کنید برای خرید لوازم التحریر دقت کنید. بهتر است که جاماده ای که خریداری می کنید، کوچک و قابل حمل باشد. مداد های ساده برای دانش آموزان ابتدایی نسبت به مداد های نوکی و کاغذی دارای الویت بالاتری هستند. چرا که راحت تر تر اشنیده می شوند و کاربری آن راحت تر است.

سبک زندگی

تبعات وابستگی زوجین به خانواده پس از ازدواج

خانواده‌ها به یکدیگر به قدری زیاد است که نمی توانند از این فضا فاصله بگیرند.

وی ادامه داد: زمانی که فردی تصمیم به ازدواج می گیرد باید این سوال را از خود بپرسد، برای اینکه می خواهد ازدواج کند آیا آمادگی زندگی مستقل را دارد؟ زندگی مستقل به این معنا نیست که افراد با خانواده خود قطع ارتباط کنند، حال اگر هنوز به آن استقلال فردی رسیده اید باید روی این مسأله کمی دقت و کار کنید.

دارینی مطرح کرد: وابستگی به معنای نداشتن تحمل و توانایی دوری از فرد یا افرادی است که به آن‌ها دلبسته هستید و یا رفتار عادت‌ی نسبت به آن‌ها دارید؛ بنابراین ریشه وابستگی به داخل خانواده به لحاظ ویژگی‌های شخصیتی افراد بر می گردد.

این روانشناس تصریح کرد: دلبستگی‌های حل نشده دوران کودکی و جملاتی که والدین به فرزندانشان می‌گویند، می‌تواند یکی از ریشه‌هایی باشد که وابستگی را تقویت می‌کند و مسبب می‌شود که افراد نتوانند از یکدیگر فاصله بگیرند.

دارینی بیان کرد: اگر دلیل وابستگی شناسایی شود، راحت‌تر می‌توان به راهکارها و درمان پرداخت. راز

برخی از خانواده‌ها، به دلیل سبک‌های تربیتی فرزندان‌ی وابسته به خانواده تربیت می‌کنند. فرزندان این خانواده‌ها در تصمیم‌گیری استقلال ندارند و قدرت استدلال و منطق آن‌ها ضعیف است.

پس از ازدواج از زوجین انتظار می‌رود که زندگی مستقلی داشته باشند و بر اساس تصمیمات خود نرفته برای زندگی خودشان تصمیم بگیرند، اما به دلیل مشکل وابستگی به خانواده این امر اتفاق نمی‌افتد و باعث شکست آن‌ها می‌شود.

تربیت مهم‌ترین دلیل ایجاد شخصیت فرزندان است. والدین ممکن است به علت زحمات‌های گذشته و کمبودهای روحی، فرزندانشان را وابسته به خود تربیت کنند.

مهرنوش دارینی روانشناس در ارتباط با موضوع وابستگی زوج‌ها به والدین بعد از ازدواج گفت: زمانی که دو نفر تصمیم به ازدواج می‌گیرند، اولین مسیر را در جهت یک زندگی مستقل طی می‌کنند و گام اول را برمی دارند. تقویت وابستگی‌ها مقداری می‌تواند از طرف خود فرزندان یا خانواده صورت گیرد. گاهی اوقات میزان وابستگی و دلبستگی برخی از فرزندان و

کاریکاتور



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 - ۴۴۴۳۴۹۹۹ (۰۷۱)
فکس: ۴۴۴۳۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۲۸۴-۴۴۴۲۰
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۱۷-۶۵۲۰۷ eghtesadekish@yahoo.com

اقتصاد کیش - سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی استان هرمزگان:
علوم پزشکی استان هرمزگان گفت: والدین می‌توانند برای دریافت واکسن فرزندان‌شان در سامانه salamat.gov.ir ثبت نام کنند که پس از ایمی‌ن کامل دانش آموزان مدارس بازگشایی می‌شوند. وی با اشاره به آغاز ثبت نام دانش آموزان در گروه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال در استان بیان کرد: والدین می‌توانند برای دریافت واکسن فرزندان‌شان در

سامانه salamat.gov.ir ثبت نام کنند که پس از ایمی‌ن کامل دانش آموزان مدارس بازگشایی می‌شوند. نام دانش آموزان و دریافت سهمیه واکسن، در مراکز جداگانه‌ای مدارس بازگشایی می‌شود، اظهار کرد: والدین برای آغاز سال تحصیلی ایمن برای دانش آموزان، نسبت به ثبت نام فرزندان‌شان اقدام کنند.

سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی استان هرمزگان:

برای آغاز سال تحصیلی ایمن، نسبت به ثبت نام فرزندان‌تان در سامانه سلامت اقدام کنید



سه‌شنبه ۳۰ شهریور ۱۴۰۰، صفر ۱۴۴۳، ۲۱ سپتامبر ۲۰۲۱، شماره ۳۸۱۶ (۱۲۰۰ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکات روانشناسی برای یک ارتباط موفق:

روش‌های چانه‌زنی را بیاموزید

برای چانه‌زنی باید قبل از هر چیز حسن‌جویی کنید و نقاط قوت طرف مقابل را بگویید. سپس از تکنیک جابه‌جایی و تعویض استفاده کنید؛

یعنی بگویید «پس اگر شما... ما هم...». در آخر هم از فرصت استراحت استفاده کنید.

آموزش آشپزی

ته چین گوشت

مواد لازم:

پیاز: یک عدد

روغن: به مقدار لازم

گوشت: ۶۰۰ گرم

نمک و زردچوبه و فلفل: به مقدار لازم

برنج: ۴ پیمانه

تخم مرغ: دو عدد

ماست چکیده: ۸ قاشق غذاخوری

کره: ۲۰۰ گرم

زعفران دم‌کرده: ۴ قاشق غذاخوری

خلال بادام و خلال پسته برای تزیین: به مقدار لازم

طرز تهیه:

پیازها را درون روغن تفت دهید تا نرم شوند. سپس گوشت را به آنها بیفزایید و تفت دهید. بعد از اینکه گوشت تغییر رنگ داده مخلوط پیاز و گوشت و زردچوبه و فلفل سیاه و آب و زعفران دم‌کرده را بیفزایید و اجازه دهید تا گوشت به مدت ۲ ساعت پخته شود و در اواخر پخت گوشت به آن نمک اضافه کنید. فر را روی دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد تنظیم کنید تا به خوبی گرم شود.

سپس برنج را آبکش کنید. درون ظرفی دیگر تخم مرغ‌ها را بشکنید و ماست و ادویه‌ها و کره و زعفران دم‌کرده را به تخم مرغ‌ها بیفزایید و آنها را هم بزیند. سپس برنج را درون مخلوط تخم مرغ‌ها بریزید و آن را هم بزیند. در مرحله آخر مقداری روغن درون ظرف مخصوص فر بریزید و نصف

عکس روز



عکس : اشرف زابلی

کیش زیبا

گروه هتل های تاپ تورز











تتgroup.ir
@Toptours_Group
www.ttgroup.ir
021-8586

مشاوره و صدور انواع بیمه نامه‌ها
بندر عباس، اوقاف، پاساژ آسمان
تلفن: ۳۳۶۷۸۶۳۸ موبایل: ۰۹۱۷۷۶۴۱۲۲۱



نماینده‌ی چارکی زاده‌ی ۶۰۶