اقتصاد کیش

روزنامه

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 B۳، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۶۵۶۰۷۹۱۷
eghtesadekish@yahoo.com

چهارشنبه ۳۱ شهریور ۱۴۰۰، ۱۵ صفر ۱۴۴۳ ، ۲۲ سپتامبر ۲۰۲۱، شماره ۳۸۱۷ (۱۲۰۱ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای هرمزگان:

۲۹ دشت آبی در هرمزگان دارای بیلان منفی هستند

اقتصاد کیش - مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای هرمزگان با بیان اینکه ۲۹ دشت آبی هرمزگان دارای بیلان منفی هستند، گفت: بیلان منفی یعنی میزان برداشت آب از دشت، بیشتر از ورودی آن باشد.

جمشید عیدانی اظهار کرد: وضعیت منابع زیر زمینی و دشت‌های استان هرمزگان مطلوب نیست و بیلان بسیاری از دشت‌ها منفی است.مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای استان هرمزگان با بیان اینکه میزان برداشت مجاز در پروانه بهره‌برداری مشخص است، تصریح کرد: لازم است که تمام بهره‌برداران میزان برداشت خود را کنترل کنند.عیدانی با ذکر این نکته که با نصب کنتور می‌توان برداشت را مدیریت کرد، بیان داشت: تا کنون حدود سه هزار و ۸۰۰ کنتور هوشمند روی چاه‌های استان هرمزگان برای کنترل برداشت نصب شده است.متاسفانه برخی از بهره‌برداران برای تمدید پروانه بهره‌برداری آب خود را تمدید نکرده‌اند که باعث بروز مشکلاتی برای آن‌ها خواهد شد.از بهره‌برداران محترم درخواست دارم که در شرایط آبی پیش رو الگوی مصرف و الگوی کشت را رعایت کنند تا بتوانیم تابستان سخت پیش رو را با کمترین خسارت پیش‌رو بگذاریم.بررسی کارشناسان شرکت نشان دهنده افت ۶۵ سانتی‌متری سطح آب زیر زمینی دشت‌های استان هرمزگان است که این امر تاثیر خود را روی عمق چاه‌های کشاورزی خواهد گذاشت.

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۲۷ ـ طلوع آفتاب: ۵:۴۲ ـ اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۶ ـ غروب آفتاب: ۱۷:۵۰ ـ اذان مغرب: ۱۸:۰۶

	کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندرچارک	پارسیان
▲	۳۶	۳۸	۳۵	۳۸	۳۸	۳۹	۳۷	۳۹
▼	۲۹	۲۷	۲۹	۲۷	۲۷	۲۱	۲۶	۲۶

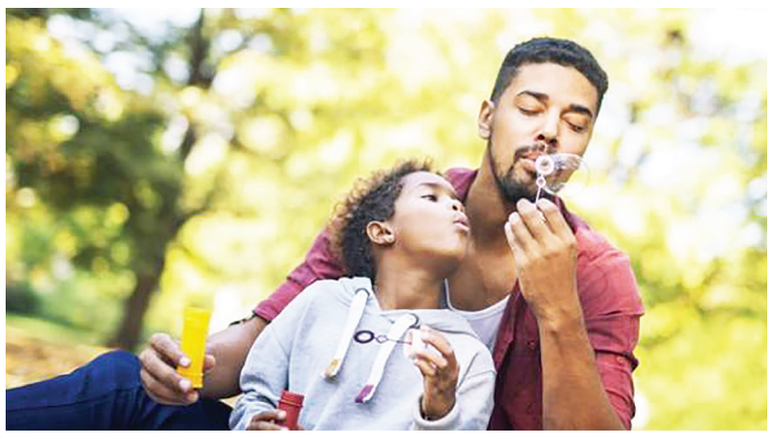
نکات روانشناسی برای یک ارتباط موفق:

کلید ارتباط موفق، بستر مشترک است

برای یک ارتباط یا مذاکره موفق بستر مشترک پیدا کنید. این بستر مشترک شامل «وجه اشتراک» و «شبیه‌سازی در عملکردها و رفتارها» است. باید دو سوی ارتباط در انرژی شخصی هم‌سطح یکدیگر رفتار کنند؛ باید بتوانید انرژی‌تان را با طرف مقابل تقسیم کنید. وضعیت بدن‌تان را با طرف مقابل هماهنگ کنید؛ فاصله‌تان را تنظیم کنید، نه بسیار دور و نه بسیار نزدیک. لحن و صدایتان مانند طرف مقابل باشد؛ اگر او محکم صحبت کرد، شما هم محکم صحبت کنید.

کودک و نوجوان

ایده های بازی با کودکان مخصوص والدین شاغل



والدین شاغل زمان زیادی را در بیرون از خانه سپری می کنند و پس از بازگشت از محیط کار علاوه بر انجام کارهای خانه باید وظایف خود در قبال کودکشان را در پیش بگیرند. بازی والدین با کودک سبب رشد اجتماعی، پیشگیری از افسردگی و محکم تر شدن رابطه کودک با خانواده می شود.

بازی های سرگرم کننده مخصوص بچه ها

مادران شاغل و بی حوصله می توانند با کارهای معرفی شده در این بخش از خانواده پلاس نمناک بچه هایشان را سرگرم کنند و به انجام فعالیت های خود بپردازند:

۱.اگر وقت بازی با کودک را ندارید از او بخواهید نقاشی بکشد و نقاشی خود را رنگ کرده و به شما نشان دهد، سپس نقاشی او را به دیوار بزنید.

۲.نقشه‌ای را در اختیار کودک قرار دهید و از او بخواهید کوه ها، پل ها، رودخانه ها یا پارک ها را مشخص کند.

۳. یک کتاب برای او بخرید و از او بخواهید با صدای بلند داستان کتاب را برای شما تعریف کند.

۴.از کودک بخواهید کاردستی درست کند. کودکان به درست کردن کاردستی علاقه دارند، مقداری مقوا، چسب و قیچی در اختیار او قرار دهید و از او بخواهید کاردستی مثلا کلاه یا کارت تبریک درست کند. توجه کنید اگر کودک خردسال است قیچی در اختیار او قرار ندهید.

۵. برای او پازل تهیه کنید و از او بخواهید آن را مرتب نماید و پس از درست کردن پازل برای او جایزه کوچکی تهیه کنید.

۶. می توانید برای کودکتان خمیر بازی، اسلایم، گل بهداشتی تهیه کنید و از او بخواهید چیزهای مختلفی درست نموده و به شما نشان دهد.

۷. کتاب رنگ آمیزی برای کودک بخرید و به او نشان دهید که چگونه بدون بیرون زدگی اشکال را رنگ کند.

۸. روی کاغذی برای کودک پرچم کشورمان را نقاشی کنید و از او بخواهید پرچم را رنگ کند و سپس پرچم را روی تکه چوبی بزنید. حالا از او بخواهید با زمزمه آهنگ مورد علاقه اش رژه برود.

۹.انجام کارهای خانه برای برخی کودکان لذت بخش است. کودک خود را در انجام کار خانه مشارکت دهید و با بازی و خنده این کار را لذت بخش کنید. با توجه به سن کودک و همین طور توانایی و علاقه ای که به این کار دارد، می توانید وظایف مختلفی را به او بسپارید.

۱۰.از فرزندتان بخواهید در پخت غذا و آماده کردن کیک یا دسر به شما کمک کند. شاید این کار از نظر بزرگ ترها تفریح و سرگرمی نباشد اما بچه ها از انجام دادن آن لذت می برند و حس خوبی خواهند داشت.

۱۱. ظرف های مختلفی را در اختیار فرزندتان قرار دهید و به او کمک کنید با استفاده از قاشقی چوبی برای خودش آهنگ زیبایی بسازد.

۱۲.نمایش عروسکی اجرا کنید.شخصیت‌های داستان می توانند عروسک های فرزندتان یا نقاشی هایی که کشیده و دور آن را بریده اید باشند. اگر خودتان کار دارید از کودک بخواهید برای شما نمایش اجرا کند.

۱۳. بازی با سایه ها برای بچه ها لذت بخش است. چراغ های اضافه را خاموش کنید و روی دیوار با سایه اشکال مختلف بسازید. از کودک بخواهید در این کار شرکت کند.

۱۴.آلبوم های عکس را بیاورید و باهم عکس ها را ببینید و خاطرات قدیم خانوادگی را برای بچه ها تعریف کنید و به آن ها بگویید وقتی بچه بودید، در تعطیلات تابستانی چه کارهایی انجام می دادید و چه طور خودتان را سرگرم می کردید.

۱۵.بچه ها بازی با حباب را خیلی دوست دارند. در یک ظرف کوچک کمی آب صابون درست کنید و طریقه درست کردن حباب را به کودک نشان دهید.

آموزش آشپزی

خورشت گل کلم

مواد لازم:

پیاز بزرگ: ۱ عدد
گل کلم کوچک: ۱ عدد
آبغوره: ۱ قاشق غذاخوری
روغن مایع: به اندازه کافی
گوشت خورشتی: ۳۰۰ گرم
رب گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری
نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و دارچین: به اندازه کافی

طرز تهیه:

ابتدا پیاز را به صورت نگینی ریز خرد کنید، سپس قابلمه‌ای را که برای پخت خورشت در نظر گرفته اید روی حرارت قرار دهید و مقداری روغن مایع داخل آن بریزید. اجازه دهید روغن کمی داغ شود سپس پیاز خرد شده را اضافه کنید و کمی تفت دهید.

پس از اینکه پیاز شفاف و نرم شد مقداری زردچوبه به آن اضافه کنید و تفت دادن را ادامه دهید تا زمانی که پیاز و زردچوبه یکدست شوند. گوشت خورشتی را به صورت قورمه‌ای خرد کنید و به قابلمه اضافه کنید.

رب گوجه فرنگی را به همراه مقداری دارچین و فلفل سیاه اضافه کنید و مواد را مجددا تفت دهید تا رب گوجه فرنگی هم سرخ شود و طعم خامی آن گرفته شود.

چند لیوان آب جوش به قابلمه اضافه کنید و در آن را بگذارید. حرارت زیر قابلمه را ملایم کنید تا گوشت به آرامی بپزد.

گل کلم را به قطعات دلخواه خرد کنید. مقدار کمی روغن در یک تابه بریزید و گل کلم را تفت دهید تا طلایی شود. پس از اینکه گوشت به طور کامل پخت، گل کلم را به همراه مقداری نمک و آبغوره به خورش اضافه کنید و اجازه دهید خورش جا بیفتد. در صورتی که می خواهید خورشت‌تان کمی ترش تر شود می توانید از ۱ قاشق سوپخوری گردلیمو عمانی هم استفاده کنید.

عکس روز

برداشت خرما از نخلستان های جنوب

عکس: افسانه جعفری

سبک زندگی

ازدواج مجدد، لزوم توجه به شرایط و خواسته‌ها

افراد از زندگی گذشته خود، تجربیات تلخ و شیرینی دارند و با کوله باری از تجربیات و احساسات متفاوت، ممکن است زندگی مشترک جدیدی را آغاز کنند، اما قرار نیست که زندگی جدید مشابه با زندگی قبلیشان باشد.

افراد باید از زندگی مشترک قبلی خود به طور کامل دل بکنند و بر این باور باشند که زندگی پیش رو هیچ وجه اشتراکی با روزهای گذشته ندارد و با یک فرد و شرایط جدید وارد زندگی مشترک جدید شده‌اند.

مهرنوش دارینی روانشناس خانواده درباره نگاه‌های منفی برای ازدواج مجدد گفت: افرادی که ازدواج مجدد برایشان پیش می آید دو دسته هستند. دسته اول، افرادی که به دلیل فوت همسرشان تنها می شوند و دسته دوم، افرادی که طلاق گرفته اند.

وی بیان کرد: افرادی که صاحب فرزند نیستند به مراتب مشکلات کمتری را برای ازدواج مجدد، پیش رو دارند، ولی این به این معنا نیست که فرد به ازدواج مجدد نباید فکر کند. در مورد پدیده طلاق و جداشدن زمانی که ارتباط دو نفر به هر دلیلی ناپایدار شود، افراد ممکن است به تصمیم یک طرفه یا دو طرفه برسند مبنی بر اینکه به ادامه زندگی مشترکشان خاتمه می دهند.

این روانشناس ادامه داد: یکی از عوامل بازدارنده ازدواج مجدد زوجین، فرزندان هستند. برخی از زوجین زندگی را با طلاق عاطفی جلو می برند و زیر یک سقف زندگی می کنند، اما عشق و محبتی بین خانواده‌ها جاری نیست.

دارینی تصریح کرد: ازدواج مجدد، درباره فردی که از همسرش جدا شده با فردی که همسرش فوت شده بسیار متفاوت است. کسی که همسر خود را از دست می دهد، انتخابی برای از دست ندادن همسر به علت فوت نداشته و جامعه پذیرا تر است و نگاه جامعه به این صورت است که فرد تقصیری نداشته است، اما زمانی که طلاق مطرح می شود، علت ناپایداری رابطه قبلی طرف مقابل بسیار مهم می شود.

وی ادامه داد: افرادی که جدا می شوند باید به نکاتی توجه کنند. بعضی از افراد مجددا به رابطه قبلی خود می خواهند برگردند. زمانی که فرد مجددا به زندگی قبلی خود باز می گردد، این سوال در ذهن ایجاد می شود که آیا آن دلایل دیگر مطرح نیست یا دیگر مهم نیست.

دارینی مطرح کرد: غالبا در ازدواج مجدد افراد به دنبال کسی می گردند که نقایص شریک زندگی قبلیشان را نداشته باشند و این قضیه هم می تواند مثبت و هم منفی باشد.

این روانشناس افزود: دلیل نکته مثبت این است که فرد دنبال شخص کامل تری می گردد و دلیل نکته منفی این است که فرد بقیه جوانب را نمی بیند، دقیقا به نقطه آسیب خورده خودش توجه می کند و به دنبال فردی با آن مختصات و ویژگی هاست.

وی بیان کرد: اینکه افراد فکر می کنند که شانس زندگی مجدد را از دست داده اند، غلط است. بسیاری از افراد دچار ترس می شوند و یکی از ریشه‌های ترس از ازدواج مجدد به فرهنگ جامعه باز می گردد. ازدواج مجدد یک بار روانی شدیدتری را برای فرد ایجاد می کند. ازدواج زود هنگام پس از جدایی یکی از خطاهای رایج است.

این روانشناس درباره اینکه ممکن است در ازدواج مجدد، فرد انتظارات بیشتری از زندگی داشته باشد گفت: برای زندگی مجدد یک جور وسواس در انتخاب ایجاد می شود و یا یکی از مشکلاتی که وجود دارد پیش داوری است و با کوچکترین رفتار فرد جدیدی که وارد زندگی شده است، اگر شباهتی ببیند که در فرد قبلی هم وجود داشته، ممکن است گمان کند که آن فرد هم مثل فرد قبلی می ماند.

وی افزود: اگر ازدواج قبلی تان با شکست مواجه شده است، خیلی سریع به فکر رابطه جدید نیفتید. تلخی ها و شیرینی هایی که با همسر قبلی داشته اید را نباید به همسر فعلی تعمیم دهید که این کار بدون شک دردسر آفرین خواهد شد، زیرا هیچ کدام از این مقایسه‌ها به آن سرانجامی که باب میل فرد است نخواهد رسید و همین باعث تردید در تصمیمی گیری می شود.

کاریکاتور

خواجوی کرمانی

رام را گر برگ گل باشد نبیند ویس را
ور سلیمان ملک خواهد ننگرد بلقیس را
زنده جاوید گردد کشته شمشیر عشق
زانکه از کشتن بقا حاصل شود جرجیس را
جان بده تا محرم خلوتگه جانان شوی
تا نمیرد کی به جنت ره دهند ادریس را
گر نه در هر جوهری از عشق بودی شمه‌ئی
کی کشش بودی به آهن سنگ مغناطیس را
همچو خورشید ار برآید ماه بی مهرم ببام
مهر بفزاید ز ماه طلعتش برجیس را
دامن محمل براندازی مه محمل نشین
یا بگو با ساربان تا باز دارد عیس را
چون بتلبیسم بدام آوردی اکنون چاره نیست
بگذر از تزویر و بگذار ای پسر تلبیس را
تا نپنداری که گویم لاله چون رخسار تست
کی به گل نسبت کند رامین جمال ویس را
خواجو ار در بزم خوبان از می یاقوت رنگ
کاس را خواهی که پر باشد تهی کن کیس را

نکته

زندگی بسیار مسحور کننده است فقط باید با عینک مناسبی به آن نگریست.

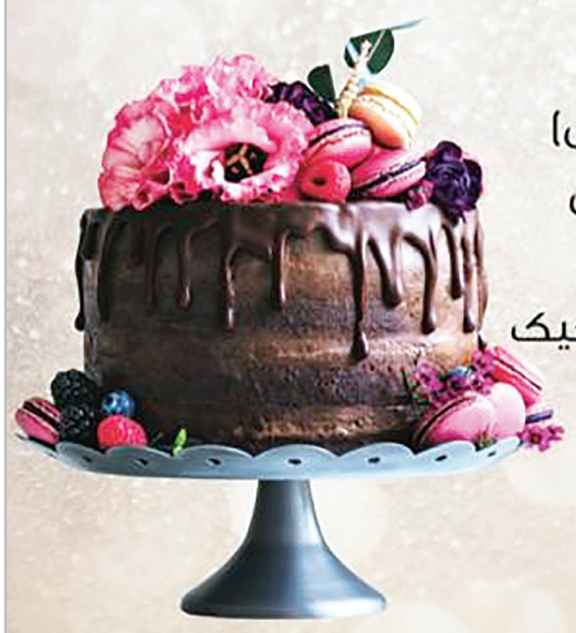
دوما

دوره های تخصصی آموزش غیرحضوری کیک

بهار

- پخت کیک شکلاتی و وانیلی
- برش اصولی کیک
- فیلینگ گذاری کیک
- زیرسازی و آستر کشی کیک
- خامه کشی اصولی (بدون پلکسی)
- کار با چاپ خوراکی و غیرخوراکی
- کار با انواع رنگها
- روش صحیح رنگ کردن تیره کیک
- کار با ماسوره های پر کاربرد
- آموزش دریپ سس
- گل آرائی کیک
- آموزش نکدکیک
- رفع اشکال دائمی به همراه آموزش جدیدترین تکنیک ها

برگزاری این دوره در کانال واتس اپ می باشد



0917 078 1085 cake_bahar_maragh

بیمه معلم
نمایندگی چارکی زاده کد: ۶۰۶

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