

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۳۲ - طلوع آفتاب: ۵:۴۷ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۳ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۹ - اذان مغرب: ۱۷:۵۶

| کیش | بندر عباس | قشم | بندر لنگه | میناب | بستک | بندر چارک | پارسیان |
|------|-----------|------|-----------|-------|------|-----------|---------|
| ▲ ۳۶ | ▲ ۳۸ | ▲ ۳۴ | ▲ ۳۸ | ▲ ۴۱ | ▲ ۴۲ | ▲ ۳۹ | ▲ ۳۹ |
| ▼ ۲۹ | ▼ ۲۸ | ▼ ۳۰ | ▼ ۲۸ | ▼ ۲۶ | ▼ ۲۳ | ▼ ۲۷ | ▼ ۲۷ |

کیفیت پساب خروجی تصفیه خانه فاضلاب بندر عباس به حد استاندارد رسید



اقتصاد کیش - مدیرعامل شرکت تامین و توسعه زیر ساخت خلیج فارس گفت: پس از یک دوره ۱۰ ساله کیفیت پساب خروجی تصفیه خانه فاضلاب بندر عباس به حد استاندارد رسید. دکتر شهروز شجاعی در جریان بازدید میدانی منصور آرمی نماینده مدیر پساب در مجلس شورای اسلامی از روند اجرای پروژه سامان دهی پساب فاضلاب، با اعلام این مطلب اظهار کرد: با تشکیل شرکت زیر ساخت خلیج فارس مأموریت سامان دهی پساب فاضلاب شهر و انتقال آن به صنایع غرب بندر عباس را عالی رتبه

شنبه ۱۰ مهر ۱۴۰۰، ۲۵ صفر ۱۴۴۳، ۲۰ اکتبر ۲۰۲۱، شماره ۳۸۲۲ (۱۲۰۶ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکات و دانش‌سناسی برای یک ارتباط موفق: دو بار گوش کنیم، یک بار حرف بزنیم. می‌گویند به یک دلیلی خدا دو گوش و یک دهان به ما داده است. دلیل آن این است که باید دوبرابر آنچه که حرف می‌زنیم، گوش دهیم. در ارتباط با مهارت های مردمی، این یعنی وقتی فرد مقابلمان صحبت می‌کند، باید همه توجهمان را به او بدهیم. نباید غرق این فکر شویم که بعد از آن ما چه باید بگوییم یا بعد از آن می‌افتد یا هر فکر بی ارتباط دیگری. تمرکز کنیم، اطلاعاتی که ارائه می‌شود را جذب کرده و راهی برای دنبال کردن صحبت او با پرسیدن یک سؤال مرتبط با موضوع پیدا کنیم.

آموزش آشپزی نان روغنی بر ساق کرمانشاهی



مواد لازم: ۱ عدد تخم مرغ، ۱ کیلوگرم شکر، ۱ لیوان شیر، به میزان لازم نمک و زردچوبه، یک قاشق غذاخوری روغن جامد، به میزان لازم پرز تهیه: برای درست کردن نان روغنی شیرین، همه مواد را با هم مخلوط کنید تا خمیری شکل شود.

عکس روز



به مناسبت روز آتش نشانی

صنایع چوبی

حلاج کیش



کلیه سفارشات MDF، چوبی دکوراسیون غرفه و منزل آدرس: جزیره کیش - شهرک صنعتی درفت سبز - صنعت ششم - پلاک R61 تلفن: ۷۷۹۸۲۵۲

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

احساس ارزشمندی و راههای تقویت آن

مسئولیت پذیر است. ۲- شخصی که به احساس ارزشمندی درونی رسیده، پذیرفته که شرایط فعلی ش با شرایط مطلوبی که مدنظرش است فاصله دارد اما این فاصله با تلاش و حرکت پرکردنی است. یک نفر این فاصله را در یک هفته بر می‌کند، فرد دیگر در یک ماه یا در یک سال. ولی قابل پر کردن است. انسانی که احساس ارزشمندی می‌کند می‌گوید این شرایط موجود است و این شرایط مطلوب من؛ و من مسئولیت دارم که در جهت خواسته ها و رشد خودم حرکت کنم. به عنوان مثال من تحصیلاتم دیپلم است، همیشه دوست داشتم یک پزشکی شوم. پزشکی برای من شرایط مطلوب است. من باید برای رسیدن به این خواسته تلاش کنم. اگر حرکتی در این جهت انجام ندهم تنها یک نفر مقرر است و کم گذاشته و او خود من هستم. ۳- در حرکت از شرایط موجود به شرایط مطلوب، انسانی که احساس ارزشمندی می‌کند تهاروی خودش حساب می‌کند، نه هیچ کس دیگری. از دیگران کمک می‌گیرد که البته بالاترین آن‌ها خدا است، ولی فقط روی نیروها و توان خودش، و هر آنچه که خدا به او داده است حساب می‌کند. راههای افزایش احساس ارزشمندی فهرستی از استعدادها و مهارت‌هایتان

رفتار مناسب در مقابل بی رغبتی کودک در انجام تکالیف مدرسه چیست؟

یک روانشناس در مورد تکنیک‌های ترغیب کودک که به انجام تکالیف مدرسه توضیحاتی ارائه داد. فاطمه کوهپایه زاده روانشناس درباره دلایل بی رغبتی کودکان در انجام تکالیف مدرسه گفت: بوالدین زمان مشخصی را برای انجام تکالیف تعیین کنید، کودک نیز باید در تصمیم گیری شرکت کند. این زمان نباید با زمان برنامه‌های تلویزیونی مورد علاقه کودک و زمان فعالیت‌های فیزیکی او تداخل کند تا کودک مجبور نشود یکی را انتخاب کند. به کودک بگویید این زمان ممکن است گاهی تغییر کند. می‌توان مکانی ویژه برای انجام تکالیف تعیین کنید. مکانی که ساکت باشد و نور کافی داشته باشد. مکان مستقلی را برای کتاب‌های او اختصاص دهید و به استقلال او احترام بگذارید. این روانشناس با بیان اینکه به نحوه درس خواندن وی نظارت کرده و آن را تقویت کنید، گفت: علت درس نخواندن کودک خود را شناسایی کنید و برای رفع آن بکوشید. این علت‌ها می‌تواند شامل ضعف در تمرکز، خستگی، اضطراب، افسردگی، درک نکردن مفهوم تکالیف شب، فراموش کاری، مشکل بودن تکالیف، فضای متشنج خانواده و در صورت لزوم برای رفع آن، از مشاور کمک بگیرید. کوهپایه زاده بیان کرد: برای کودکانی که به جای درس خواندن بازی میکنند از خود بازی یا فعالیت‌های مورد علاقه وی به عنوان پاداشی برای انجام تکالیف استفاده

تأنگاه که نیازمند یادگیری هستی، جوینده دانش باش؛ این معنای همه زندگی ات است. هنری داهرتی

بهار

اصلاح آشیانه به دست من و تو نیست
توفیر آب و دانه به دست من و تو نیست
گر کارها به وفق مرادت نشد مریخ
چون اختیار خانه به دست من و تو نیست
در کارهای رفته ممکن داوری کران
جز قصه و فسانه به دست من و تو نیست
خامش نشین که تعبیه ظم این جهان
از حکمتست یا نه به دست من و تو نیست
گر سندان باش تا گذرد خوش دوروز عمر
گر داندن زمانه به دست من و تو نیست
خوش باش و عشق و رز و غنیمت شمار عمر
کاین دهر جاودانه به دست من و تو نیست
ره ناپدید و غیب ندانستی «بهار»
می خور جز این بهانه به دست من و تو نیست

کاریکاتور