

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۰۷ - طلوع آفتاب: ۶:۲۸ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۴ - غروب آفتاب: ۱۷:۰۱ - اذان مغرب: ۱۹:۱۷

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۶	▲ ۲۸	▲ ۲۶	▲ ۲۷	▲ ۲۸	▲ ۲۷	▲ ۲۷	▲ ۲۷
▼ ۲۱	▼ ۱۶	▼ ۱۹	▼ ۱۷	▼ ۱۳	▼ ۱۱	▼ ۱۶	▼ ۱۴

رئیس فراکسیون زنان مجلس شورای اسلامی: طرح صیانت با مشورت فعالان کسب و کارهای مجازی اصلاح می شود

سرویس سیاسی - رئیس فراکسیون زنان مجلس شورای اسلامی گفت: طرح صیانت با مشورت فعالان کسب و کارهای مجازی، طرح اصلاح خواهد شد. «طرح حمایت از کاربران در فضای مجازی به جهت توجه به منافع عمومی و مشورت با فعالان کسب و کارهای مجازی، اصلاح می شود. فراتر از این، رئیس فراکسیون زنان مجلس شورای اسلامی گفت: «اعتماد مردم یکی از پایه های اصلی قانونگذاری و شرط اثربخشی سیاست گذاری است. با ارجاع طرح حمایت از کاربران در فضای مجازی به مرکز پژوهش های مجلس به جهت توجه به منافع عمومی»

رئیس فراکسیون زنان مجلس شورای اسلامی گفت: «طرح حمایت از کاربران در فضای مجازی به جهت توجه به منافع عمومی و مشورت با فعالان کسب و کارهای مجازی، طرح اصلاح خواهد شد. «طرح حمایت از کاربران در فضای مجازی به جهت توجه به منافع عمومی و مشورت با فعالان کسب و کارهای مجازی، اصلاح می شود. فراتر از این، رئیس فراکسیون زنان مجلس شورای اسلامی گفت: «اعتماد مردم یکی از پایه های اصلی قانونگذاری و شرط اثربخشی سیاست گذاری است. با ارجاع طرح حمایت از کاربران در فضای مجازی به مرکز پژوهش های مجلس به جهت توجه به منافع عمومی»

شنبه ۱۳ آذر ۱۴۰۰، ۲۸ ربیع الثانی ۱۴۴۳، ۴ دسامبر ۲۰۲۱، شماره ۳۸۶۴ (۱۲۴۸ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

کسی که تا به حال عمل اشتباهی انجام نداده، هیچ کار تازه ای انجام نداده است.

آلبرت انیشتین

آموزش آشپزی

کله جوش اصفهانی

مواد لازم:
کسبک: ۲۰۰ گرم
پياز: ۱ عدد بزرگ
مغز گردو خرد شده: ۲ قاشق غذا خوری
نعناع خشک شده: ۲ قاشق غذا خوری
نمک، زردچوبه و فلفل سیاه: به مقدار لازم

دستور تهیه:
پيازهای خرد شده را درون تابه بریزید و هم بزنید تا تفت بخورند. و بافت آن ها نرم شود. بعد از اینکه پيازها طلایی شدند. مقداری نمک و زردچوبه به پياز اضافه کنید و خوب آن ها را هم بزنید تا مواد کاملا یکدست شوند. مقداری مواد در این حال تفت دهید و در ادامه گردوی خرد شده را به تابه اضافه کنید و بار دیگر مواد را هم بزنید یا یکدیگر تفت دهید. برای آماده کردن نعناع خشک، یک تابه جداگانه را تهیه کنید و مقداری روغن در آن بریزید و بر روی اجاق گاز با شعله ملایم قرار دهید تا داغ شود. سپس نعناع را به تابه اضافه کنید و تفت دهید. دقت کنید که نعناع را نباید زیاد در روغن سرخ کرده را به آن اضافه کنید و هم بزنید. بعد از رقیق شدن کسبک آن را به قابلمه اضافه کنید و اجازه دهید چند قل بخورد. کله جوش را به همراه پياز داغ و گردو تزیین کنید و میل نمایید.

عکس روز

پویش مردمی بذرکاری برای احیای جنگل های زاگرس

سبک زندگی

چگونه از آدم‌های با انرژی منفی دور بمانیم؟

یک چرخه ادامه پیدا می کند، چرا که شما هیچ نقشی در ایجاد این جریان ندارید. اگر احساس می کنید که مدام در حال دفاع کردن از خود در برابر اتهامات یا سوالاتی هستید که در دست نیستند، ممکن است تحت فرافکنی یادتان باشد که شما مجبور نیستید توضیح دهید، توجیه کنید یا از خودتان دفاع کنید.

۳. کاری می کنید که خودتان را به آن‌ها ثابت کنید
یکی از ۱۰ عادت آدم‌های سمی این است که مرتباً شما را در موقعیتی قرار خواهند داد که مجبور خواهید بود بین آن‌ها و چیز دیگری دست به انتخاب کنید و شما همیشه به انتخاب کردن آن‌ها احساس تعهد خواهید داشت. آن‌ها منتظر می ماند تا شما احساس تعهد کنید، آن وقت قضاوت را آشکار خواهند کرد تا اگر من و واقعاً برای تو اهمیت داشتم از کلاس ورزشیت می گذشتی و وقتت را با من می گذراندی. مشکل ماجرا این است که هیچ وقت کافی نخواهد بود.

۴. هرگز معذرت خواهی نمی کنند
واقعیت این است که آن‌ها پیش از آن که عذرخواهی کنند دروغ خواهند گفت، پس بحث کردن هیچ فایده ای ندارد. سعی ما را بر آن تغییر می دهند، نحوه وقوع آن را عوض می کنند و موضوع را آن چنان متقاعد کننده تعریف می کنند که خودشان هم چرندیاتشان را باور می کنند.

۵. زمان بحران‌ها حاضرند و زمان شادی غایب
آدم‌های سمی برای آن که بگویند خبرهای خوش شما اهمیت ندارند دلایلی خواهند یافت. «ارتقاء شغلی داشتید؟ خوب پولش که کافی نیست»، «با من تلافی کردی؟ است سفر بروی؟ خوب، هوا که خیلی گرم است واقعا می خواهی بروی؟» «موضوع را متوجه شدی؟ اجازه

گروه هتل های تاب تورز

TOPTOURS Group
تاب تورز

محل بزگان کوروش
محل ویدا

www.ttgroup.ir
021-8586

زیبا بودن را برای کودک تبدیل به ارزش نکنید!

که به ذهنشان می رسد این است که اگر زیبا باشم، هويت فردی جدیدی کسب می کنم و شخصیتی چشمگیر خواهم داشت. او گمان می کند با تغییراتی که در خودش ایجاد می کند، می تواند روی دیگران تاثیر مثبت داشته باشد و تصویری جذاب از خود در ذهن دیگران بسازد و هويتی آرامی کسب کند. دیده شدن یکی از اولويت های مهم دوره کودکی و نوجوانی است.

ماهر برای جلوگیری از کارهای ممنوعه در دوران کودکی گفت: «اگر والدین دارای کودکی هستند که هنوز تانوجوانی اش زمان باقی مانده بهتر است از همین حالا سعی کنند اعتماد به نفس و عزت نفس او را تقویت کنند و کاری نکنند که نوجوانانشان گمان کند تمام شخصیتش به ظاهرش وابسته است.

این روانشناس افزود: یکی از راههای افزایش اعتماد به نفس، شناسایی ترس های فرزندمان است و بعد از ریشه یابی، آگاه سازی و راهکارهای مدیریت ترس است. ماهر ادامه داد: از راهکارهای افزایش اعتماد به نفس، در نظر گرفتن مهارت ها و یا کارهایی است که به فرزندمان احساس مفید بودن و ارزشمندی می دهد. نتیجه ی یک پژوهش نشان می دهد، درصد زیادی از زنان و دختران ایرانی از ظاهر خود ناراضی هستند و به دنبال راهی برای جبران آن هستند.

ماهر برای جلوگیری از این کار از سوی کودکان گفت: والدین بر ررفت و آمدهای خود با فراد دوستان و خانواده کی حساس باشند و آنهایی را انتخاب کنند

برنامه سینما لجنخند کیش

برنامه سینما لجنخند کیش
روزنامه سینما لجنخند کیش

صائب تیریزی
نیست از سنگ ملامت غم سر پر شورورا
کس نترسانده است از رطل گران مخمورورا
ما به داغ خود خوشیم ای صبح دست از ما بدار
صرف داغ مهر کن این مرهم کافور را
چرخ عاجز کش چرخ در خاک و خونم می کشد؟
پای من دست حمایت بود دایم مور را
قهر مان عشق هر جا مجلس آرایی کند
چینی مودار می داند سر فغفور را
نفس را بد خوبه ناز و نعمت دنیا ممکن
آب و نان سیر، کاهل می کند مزدور را
حسن اگر این است و عالمسوزی رخسار این
می کشد بی تابی غیرت چراغ طور را
رتبه افکار صائب را چه می داند حسود؟
بهره ای از حسن یوسف نیست چشم کور را

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹