

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 اسکان همزیگان
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۶۹ (۰۷۸)
 فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۲۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ ریحان ۶۵۶۰۷۹۱۷
 eghtesadekish@yahoo.com

برنامه سینمایی کیش



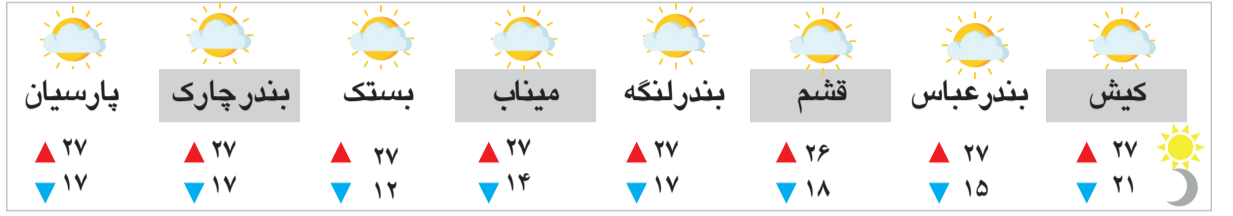
دوشنبه ۱۴۰۰/۹/۲۹
 درخت گردو ساعت ۱۸:۳۰
 گشت ارشاد ۳ ساعت ۲۱:۰۰

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۱۷ - طلوع آفتاب: ۶:۳۸ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۲ - غروب آفتاب: ۱۷:۰۶ - اذان مغرب: ۱۷:۲۴ - دوشنبه ۲۹ آذر ۱۴۰۰، ۱۵ جمادی الاول ۱۴۴۳، ۲۰ دسامبر ۲۰۲۱، شماره ۳۸۷۶ (۱۲۶۰ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکته

اغلب شکست‌های زندگی برای افرادی رخ داده که موقع تسلیم شدن نمی‌دانستند
 چقدر به موفقیت نزدیک شده‌اند.

توماس ادیسون



کودک و نوجوان

ریشه خشم و عصبانیت؛ تربیت در کودکی یا شرایط اجتماعی



یک روانشناس گفت: در فرهنگ ما باور غلطی مبنی بر این وجود دارد که کودک باید چشم و دل سیر باشد. فاطمه کوهپایه زاده روانشناس، درباره ریشه‌های خشم در افراد گفت: یکی از علت‌های خشم، ناکامی است! خشم احساسی است که می‌تواند یک رفتار پرخاشگرانه را در پی داشته باشد. وی افزود: یعنی وقتی فرد یک خواسته‌ای دارد و آن خواسته برآورده نمی‌شود ناکامی را تجربه می‌کند و این موضوع باعث خشم و عصبانیت می‌شود. کوهپایه زاده گفت: می‌توان ریشه‌های خشم به دلیل ناکامی را حتی در لابه‌لای برخی باورهای غلط حاکم در فرهنگ و جامعه جستجو کرد. در فرهنگ ما باور غلطی مبنی بر این وجود دارد که کودک باید چشم و دل سیر باشد و این بدین معناست که کودک هر چه می‌خواهد باید در اختیار او قرار بگیرد، قطعاً این موضوع تا ۱۴ ماهگی کودک درست است. اما مابقی ۱۴ تا ۲۴ ماهگی، باید کودک را با ناکامی متناسب با سن و توانش آشنا کنیم و این باید طی پروسه‌ای آهسته و نرم صورت بگیرد. وی بیان کرد: برای مثال در ابتدا از هر پنج خواسته کودک به یک خواسته اعتنا نکنیم تا او با حس ناکامی آشنا شده و بتواند از دلیلی دو نیم سالگی به بعد با ناکامی بیشتری مواجه شود. این روانشناس گفت: اساس شکل‌گیری شخصیت و روان سالم یک کودک بر اساس تربیت درست است. اگر کودک در تربیت خود ناکامی را به درستی و به اندازه تجربه و درک نکرده باشد در حدی که برای مثال بتواند بین یک و آدامس یکی را انتخاب کند و یکی را ناکام شود، در بزرگسالی بدلیل عدم تجربه

و درک ناکامی، در صورت مواجهه با هر نوع ناکامی به خشم و در نهایت عصبانیت سوق پیدا می‌کند. کوهپایه زاده گفت: باید یادآوری کنیم که در فرهنگ ما مردم معتقد هستند کودک باید پادشاه باشد یا اینکه هر چیزی می‌خواهد در اختیار او قرار بگیرد (به تعبیر عامیانه چشم و دل سیر باشد) آنوقت این کودک با طعم ناکامی مواجه نمی‌شود و وقتی این کودک بزرگ می‌شود این ناکامی تجربه نشده، منجر به این خواهد شد که ناخودآگاه پرخاشگری اولین واکنش و انتخابش باشد. آن وقت است که می‌بینیم این پرخاشگری، عصبانیت و خشم بخش عمده‌ای از فرهنگ امروز ما را تشکیل می‌دهد!

آموزش آشپزی

سالاد انار و کلم قرمز مخصوص شب یلدا



مواد لازم:
 کلم برگ بنفش: یک چهارم یک کلم کوچک
 انار بزرگ: ۱ عدد
 هویج: ۲ عدد کوچک
 لیمو: ۳ عدد
 گردو: ۴ عدد
 سس مایونز: ۲ قاشق غذاخوری
 سس هزارجزیره یا فرانسوی: ۲ قاشق غذاخوری
 نمک و نصف آب لیمو ترش تازه

گلپر: ۱ قاشق چای خوری به دلخواه
 طرز تهیه:
 در ابتدا، به یک چهارم کلم برگ بنفش کوچک نیاز دارید که آن را که به صورت خلال‌های خیلی نازک خرد کنید و بعد آن را کنار بگذارید. یک عدد انار بزرگ را دونه دونه و کنار بگذارید. ۲ عدد هویج کوچک را پوست گرفته و رنده کنید. ۴ عدد گردو بزرگ را مغز کرده و با چاقو خرد کنید و کنار بگذارید. ۳ عدد لیموی کوچک را که از قبل پخته‌اید

را از قابلمه خارج کنید و زمانی که سرد شد، به صورت خلالی خرد کنید. حالا کلم‌های خرد شده را درون ظرف بریزید و انارهای دونه شده را به آن اضافه کنید. هویج رنده شده و لیموی خرد شده را نیز به آن اضافه کنید. گردوی خرد شده را به همراه ۲ قاشق غذاخوری سس مایونز و ۲ قاشق غذاخوری سس هزار جزیره به آن اضافه کنید. آب نصف لیمو ترش تازه و کمی نمک و نمک و نصف آب لیمو ترش تازه را به

عکس روز



در آستانه سال نو میلادی - علیرضا رضائی

توسط شرکت عمران، آب و خدمات کیش؛

"سیفه‌العين" جاذبه گردشگری کیش می‌شود

