

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۳ - طلوع آفتاب: ۶:۴۲ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۶ - غروب آفتاب: ۱۷:۲۹ - اذان مغرب: ۱۷:۴۶

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۱۹ ▼ ۱۴	▲ ۱۸ ▼ ۷	▲ ۱۷ ▼ ۱۲	▲ ۱۹ ▼ ۱۰	▲ ۱۹ ▼ ۴	▲ ۱۸ ▼ ۳	▲ ۲۰ ▼ ۹	▲ ۱۹ ▼ ۸

کودک و نوجوان

الگوی صحیح رفتار والدین با کودکان زود رنج



حساسیت آن‌ها را بی‌دین کنید:
اگر فرزندتان زودرنج است، سعی نکنید خلق و خوی آن‌ها را تغییر دهید. به جای دیدن گریه و زاری کودک خود بر نقاط قوت و استعداد او تأکید کنید. درک این که چه چیزی ممکن است برای یک کودک عادی آسان باشد، می‌تواند برای یک کودک زودرنج بسیار مشکل باشد.

دور کردن آنها از محیط‌های شلوغ:
برای کم کردن حساسیت روحی و روانی کودک زودرنج خود، باید او را از محیط‌های پرسر و صدا و شلوغی که احساس می‌کند فرزندتان لذت می‌برد، دور کنید. تا به وضعیت عادی بازگردد. زیرا ممکن است عدم تحمل مکان‌های پرسر و صدا منجر به تشدید حساسیت فرزندتان گردد.

محدودیت‌های را تنظیم کنید:
اگرچه ممکن است سختی کردن قوانین برای اجتناب از تربیت یک کودک زودرنج و سوسه‌اندیزی باشد، اما درازمدت استناد وجود نخواهد داشت. در حالی که انتظاف‌پذیری شما مهم است، فراموش نکنید که آموزش به کودکان در مسئولیت‌پذیری بزرگسالی آنها کمک می‌کند. اگر خیلی راحت باشند، آموختن مقابله با دنیای واقعی را نخواهند داشت.

تلاش‌های آن‌ها را تحسین کنید:
بچه‌های زودرنج نیاز به تشویق زیادی دارند. تلاش‌های فرزندتان را تحسین کنید، حتی اگر موفق نباشند. کودکانی که به طور متناسب مورد تمجید قرار می‌گیرند، اعتمادبه‌نفس بیشتری دارند. از سوی دیگر، اگر کودک را برای انجام کارهایی که یک کودک دیگر انجام می‌دهد تشویق کنید، می‌تواند تأثیر منفی روی آنها بگذارد. هدف این است که تلاش‌های کودکان را به جای نتایج کار آنها مورد تحسین قرار دهید.

حل مساله را به کودکان بیاموزید:
کودکان زودرنج اغلب اوقات احساس درماندگی می‌کنند و ممکن است نتوانند چگونگی واکنش نشان دهند. در

به آن‌ها فرصت بدهید:
این شریا، مهم است که آن‌ها بدانند چطور از راه‌حلی که می‌تواند استرس و اضطراب را تسکین دهد، استفاده کنند. بنابراین والدین باید به آن‌ها یاد بدهند چطور در حل مساله درگیر شوند. داشتن مهارت‌های حل مساله می‌تواند تفاوت‌بزرگی در زندگی روزمره کودک داشته باشد. به کودکان خود دستور العمل گام‌به‌گام برای مقابله با مشکلات را آموزش دهید تا آن‌ها اعتماد به توانایی خود برای رسیدگی به وضعیت‌های ناخوشایند را به دست آورند.

به کار بردن مجازات منطقی:
کودکان زودرنج مانند هر کودک دیگری مجازات منطقی نیاز دارند. تنها به این دلیل که یک کودک گریه می‌کند یا احساس بدی دارد، به این معنا نیست که آن‌ها باید از عواقب کار فرار کنند. بنابراین، دقت کنید زمانی که فرزندتان قوانین را نقض می‌کند، مجازاتی را برای آنها در نظر بگیرید.

تلاش‌های آن‌ها را تحسین کنید:
بچه‌های زودرنج نیاز به تشویق زیادی دارند. تلاش‌های فرزندتان را تحسین کنید، حتی اگر موفق نباشند. کودکانی

بورس انواع ساعت های کلاسیک
دیجیتالی سوئیسی ، ژاپنی و دیواری

HOSSINI

WATCH GALLERY



جزیره زیبای کیش
بازار مرکز تجاری، طبقه اول، غرفه ۹۱
۰۹۳۵۸۹۲۰۲۷۶ - ۰۹۱۲۸۶۹۶۵۴۶
HUBLOT . CITIZEN . ROLEX

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 - ۴۴۴۲۴۹۶۹ (۰۷)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۶۱۰۷۹۱۷
eghtesadekish@yahoo.com

شنبه ۲ بهمن ۱۴۰۰، ۱۹ جمادی الثانی ۱۴۴۳، ۲۲ ژانویه ۲۰۲۲، شماره ۳۸۹۹ (۱۲۸۳) دوره جدید - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکته

خدایا به من زیستنی عطا کن که در لحظه‌ی مرگ بر بی ثمری لحظه‌ای که برای زیستن گذشته است حسرت نخورم و مردنی عطا کن که بر بیهودگی اش سوگوار نباشم.

دکتر علی شریعتی

آموزش آشپزی

خمیر سمبوسه جنوبی



مخلوط کرده و الک نمایید.
به تدریج مایه خمیر را با آرد و نمک مخلوط کنید.
روغن را به مخلوط آرد اضافه کنید.
خمیر سمبوسه را با کمک دست ورز دهید تا خمیر حالت لاستیکی شکل بیابد.
خمیر سمبوسه خمیر را به قطعه‌های کوچک و مساوی تقسیم کنید.
قطعه‌های خمیر را گلوله کنید و به مدت ۶۰ دقیقه روی خمیرها را بپوشانید تا اصطلاحاً ور آید یا افزایش حجم پیدا کند.

مواد لازم:
آرد
نمک
مایه خمیر
روغن گیاهی
آب گرم
طرز تهیه:
درون ظرفی مایه خمیر و یک پیمانه آب نسبتاً داغ بریزید و اجازه دهید مایه خمیر به خوبی درون آب داغ حل شود.
در ظرف دیگری آرد و نمک را با یکدیگر به خوبی

را قرار داده و خمیر را بپیچید.
سمبوسه‌های پیچیده شده را درون روغن نفت دهید.

عکس روز



«نایبند» اولین پارک ملی دریایی ایران در سواحل خلیج فارس - مهر داد صفرپور دهکردی

حلاج

شرکت صنایع چوبی



با ۲۵ سال سابقه فعالیت در کیش

کلید سفارشات MDF، چوبی

دکوراسیون غرفه و منزل

۰۹۳۴۷۶۹۸۲۵۲

جزیره کیش - شهرک صنعتی درخت سبز

صنعت ششم - پلاک R61

سیک زندگی

انکار عواطف منفی در تضاد با سلامت افراد



یک روان شناس گفت: اگر در زمان مقابله با یک موقعیت دشوار تمام عواطف منفی به وجود آمده را انکار کنید، از یاد می‌آید.

یک روان شناس گفت: انکار عواطف منفی در موقعیت دشوار تاب‌آوری را کاهش می‌دهد و عواقب نامطلوبی روی سلامت دارد.

این روان شناس گفت: در فضای مجازی، مثبت‌اندیشی سمی بسیار مده شده است.

به گفته ماهر شبکه‌های اجتماعی ما را وادار می‌کنند تا زندگی خودمان را با زندگی دیگران در اینترنات مقایسه کنیم و بخوایم هر ساله را یک شبه برویم.

راه‌هایی برای تشخیص اینکه در دام مثبت‌اندیشی سمی افتاده‌اید یا نه؟
۱- احساسات واقعی خود را پنهان می‌کنید و روی آن‌ها سرپوش می‌گذارید.

۲- سعی می‌کنید با انکار و طرد احساسات خود، به زندگی معمولی ادامه بدهید.
۳- از احساساتی که دارید، احساس عذاب وجدان می‌کنید.
۴- تجربه‌های دیگران را با استفاده از نقل قول‌ها و حرف‌های شاعران، کوچک جلوه می‌دهید تا حس خوبی پیدا کنید.
۵- به جای آنکه به تجربه‌های عاطفی تان اعتبار بدهید،

قوانین جهانی موفقیت

۱۹. قانون خدمت
در این دنیا شما هر چه بیشتر خدمت کنید بیشتر پاداش می‌گیرید به صورتی که با هم رابطه مستقیم دارند.
شما برای خدمت به جامعه و مردم هر چه بیشتر تلاش، مطالعه و کار کنید ابتدای توانایی‌های خود را افزایش داده‌اید. در نتیجه با کمک بیشتر به مردم و جامعه در نقاط مختلف زندگی پیشرفت بسیاری را بدست می‌آورید.

خاقانی

کار گیتی را نوانی مانده نیست
روز راحتم را بقای مانده نیست
زان بهار عافیت کایام داشت
یادگار اکنون گیایی مانده نیست
وحشتی دارم تمام از هر که هست
روشنم شد کشتایی مانده نیست
دل ازین و آن گریزان می‌شود
زانکه داند با وفايي مانده نیست
زنگ آنده گوهر عمرم بخورد
چون کنم کانه ز دایمی مانده نیست
کوه آهن شد غم و ز بخت من
در جهان آهن ربای مانده نیست
باعنا می‌ساز خاقانی از آنک
خوش دلی امروز جایی مانده نیست

کاریکاتور



۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹

پرتیراژترین و با سابقه‌ترین نشریه جزیره کیش

گسترده‌ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

اقتصاد کیش
روزنامه