

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۱ - طلوع آفتاب: ۶:۳۹ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۷ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۶ - اذان مغرب: ۱۷:۵۳

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۲	▲ ۲۵	▲ ۲۳	▲ ۲۶	▲ ۲۶	▲ ۲۸	▲ ۲۶	▲ ۲۷
▼ ۱۹	▼ ۱۴	▼ ۱۸	▼ ۱۶	▼ ۱۲	▼ ۱۱	▼ ۱۶	▼ ۱۵

کافه گالری دلپسند

اولین و تنها کافه گالری در جزیره زیبای کیش
مجموعه ای زیبا و دیدنی از محصولات هنری
طراحی و اجرای دکور برای مناسبت‌های مختلف

سرو نوشیدنی های سرد و گرم

بازار دیپلمات مرکزی جنب داروخانه شبانه روزی

۰۹۳۰۰۳۹۶۰۸۵ - ۰۹۱۵۶۲۵۹۶۶۱ - ۰۷۶۴۴۲۱۱۰۱ - ۰۷۶۴۴۲۱۱۰۲

galley_delpсанд1

اقتصاد کیش

خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اسحق ارزانی
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: ۴۴۴۲۴۹۹۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۱)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۳ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۱۷-۶۵۳۰۳۹۶
eghtesadekish@yahoo.com

دوشنبه ۱۱ بهمن ۱۴۰۰، ۲۸ جمادی الثانی ۱۴۴۳، ۳۱ ژانویه ۲۰۲۲، شماره ۳۹۰۶ (۱۲۹۰ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکته
تفاوت بین انسانی که الان هستید و کسی که قرار هست پنج سال بعد باشید، در مردمی هست که در این مدت با آنها معاشرت کرده و کتاب هایی هست که در این زمان مطالعه خواهید کرد.

جان سی مکس

آموزش آشپزی

کیک قهوه و گردو کافی شاپی

طرز تهیه:
فردا با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد روشن کنید تا گرم شود.
آرد، پودر قهوه، نسکافه و بکینگ پودر در مخلوط نموده سه بار الک کرده کناری بگذارید.
تخم مرغ را به همراه شکر و وایتل به مدت ۷ دقیقه با همزن برقی بزنید تا کرم رنگ و کشدار شود.
روغن مایع و سیس ماست را اضافه کرده و هر سری به اندازه ای هم بزنید تا مخلوط یکدست شود.
مخلوط آرد به همراه گردو را به مواد مایع اضافه کرده و با ایلسک مواد را در یک جهت به آرامی با هم مخلوط

مواد لازم:
آرد سفید
تخم مرغ
شکر
ملست
پودر قهوه فوری
پودر نسکافه
بکینگ پودر
وایتل
مغز گردو
روغن مایع

۳ پیمانه
۶ عدد
۱/۵ پیمانه
دو سوم پیمانه
۱ قاشق غذاخوری
۱ قاشق غذاخوری
۳ قاشق چایخوری
یک دوم قاشق چایخوری
نصف پیمانه
نصف پیمانه

نمایید تا یکدست شود قالب کیک را با کاغذ روغنی بپوشانید و مایه کیک را داخل قالب بریزید و به مدت ۴۰ - ۵۰ دقیقه در طبقه وسط فر قرار دهید تا بپزد.

سبک زندگی

ایران در میان ده کشور اول دنیا از نظر جراحی زیبایی

کاهش نگرانی آن‌ها دارد. همچنان تحقیقات نشان داده این افراد بعد از جراحی هایشان همچنان دارای عزت نفس و اعتماد به نفس کمی برخوردارند.

ایران در عمل های زیبایی در بین ده کشور اول

لیلا ماهر گفت: باید توجه داشت که تصویر بدنی ماهیتی ایستا ندارد، بلکه مدام در حال تغییر است و تحت تاثیر خلق، تجربیات فیزیکی و محیطی قرار می گیرد و ماهیت کاملاً روانی دارد نه جسمانی. پژوهش های متعدد نشان داده اند که ایران در میان ده کشور اول دنیا از نظر جراحی زیبایی است؛ لذا برای اینکه افراد کمتر به سمت جراحی های زیبایی گرایش پیدا کنند بهتر است حتما قبل از جراحی با یک روانشناس خیره در این زمینه مشورت بگیرید، و مدتی تحت درمان باشند، تا اعتماد به نفس و عزت نفس خود را به دست بیاورند و این را بدانند، جذاب شدن و جذابیت از درون فرد منشا می گیرد نه از بیرون. این عامل نیاز به خودشناسی دارد؛ بنابراین به نظر من بهتر است مشکل افراد با ظاهرشان را به جای روش های طبی و جراحی، با اقدامات روانشناختی و مراجعه به روانشناس حل کرد.

آن‌ها موافق نیستند. این روانشناس: خودنگاره‌ها به این دلیل که قدیمی هستند معمولاً به راحتی تغییر نمی کنند و حتی با وجود جراحی و تغییر در جسم هم چندان عوض نمی شوند. در حقیقت تصویری که فرد از خود در ذهن دارد بدشکل است و نه بدن واقعی او. بررسی افراد دچار مشکل Body dysmorphic disorder (بدریخت انگاری) هستند و دائماً از خودشان ایراد می گیرند، عده ای دارای شخصیت مرزی، خودشیفته، نمایشی، وسواس و یا افسرده هستند که به سمت جراحی های زیبایی بدون هیچ دلیل خاصی می روند؛ و این جراحی ها تاثیر اندکی بر روی

حق طبیعی فرد است، انسان‌ها در تلاش اند نقاط ضعف و ناهنجار چهره و اندام خود را با جراحی های زیبایی تصحیح و ترمیم نمایند و ظاهر خود را جوان تر و زیباتر حفظ کنند تا خود را زیباتر و ارزشمندتر به اجتماع نشان دهند.

خودنگاره ها از کودکی در افراد شکل می گیرد

ماهر گفت: فردی تصویری از بدن و رفتار خود در ذهن دارد که به آن خودنگاره میگویند، که از کودکی به وسیله بازخوردهای دیگران شکل می گیرد. بعضی از افراد خودنگاره مخدوش و دور از واقعیتی از خود دارند. مثلاً تصور می کنند که به شدت زشت و بدشکل هستند در حالی که دیگران اصلاً با این نظر

زبیبای دوستی تا مرزی می تواند رفتار عادی تلقی شود که به شاکله و اصل هویت مشخص لطمه وارد نکند.

لیلا ماهر روانشناس در مورد علت عمل های زیبایی در افراد گفت: میل به زیبایی و زیباتر شدن طبیعی است، اما این میل حد و اندازه دارد و اگر می بینیم از مرزهای آن فراتر رفته، باید اشکال کار را در جای دیگری جستجو کنیم. زیبایی دوستی تا مرزی می تواند هنجار تلقی شود که به شاکله و اصل هویت شخص لطمه وارد نکند.

این روانشناس گفت: ظاهر بخش مهمی از هویت فرد است و در موقعیت های اجتماعی بلافاصله در برخورد با دیگران نمایان می شود، بنابراین اهمیت این سازه شخصیتی بسیار بارز است. ظاهر فیزیکی قسمت مهمی از تصویر بدنی است زیرا اولین منبع اطلاعاتی است که دیگران برای تعاملات اجتماعی با فرد از آن استفاده می کنند. ظاهر اشخاص بخشی از نظام شخصیتی آن‌ها را تشکیل می دهد.

ماهر در ادامه گفت: احساس لذت و غرور حاصل از زیبایی یا احساس ناخوشایندی زیبا نبودن، شخصیت افراد را تحت تاثیر قرار می دهد. از آنجایی که زیبایی و زیباتر بودن

عکس روز

کیش زیبا - اشرف زابلی

اقتصاد کیش

روزنامه اقتصاد کیش مشترک می پذیرد:

علاقه مندان به اشتراک و دریافت روزنامه اقتصاد کیش می توانند فرم زیر را تکمیل و پس از پرداخت هزینه اشتراک به حساب جاری ۸۷۱۰۰۰۰۹ و یا شماره کارت ۵۸۹۴۶۳۷۰۰۰۰۸۳۷۱۴ بانک رفاه شعبه بازار پانیز به نام شرکت اقتصاد کیش فرم را به همراه رسید واریزی به نشانی ویلاهای مروارید - بالای بانک سینا - بلوک B3 - طبقه ۳ - واحد ۷۱۵ - یا به شماره ۴۴۴۲۴۹۶۸ فاکس نمایید.

۱ ماهه: ۱/۲۵۰/۰۰۰ ریال
۳ ماهه: ۳/۷۵۰/۰۰۰ ریال
۶ ماهه: ۷/۵۰۰/۰۰۰ ریال
یکساله: ۱۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال

مشخصات:

نام شرکت / موسسه / شخص:
نشانی:
تلفن:
تعداد مورد تقاضا:

توضیحات:

- هزینه اعلام شده برای ۱ نسخه روزنامه می باشد.
- در صورت تغییر محل، نشانی جدید را به امور مشترکین اطلاع دهید.
- تاریخ شروع و پایان دوره اشتراک را برای خود یادداشت کنید.
- حداقل دوره اشتراک را برای خود یادداشت کنید.

در صورت عدم دریافت روزنامه سریعاً به امور مشترکین اطلاع دهید. شماره مستقیم امور مشترکین روزنامه ۴۴۴۲۳۹۱۰
با ارائه نظرات، انتقاد و پیشنهادات سازنده خود ما را در این امر یاری نمایید.

ویژه جزیره کیش

کودک و نوجوان

سکوت بچه ها را جدی بگیرید!

سکوت اضطرابی می تواند همراه با دیگر اختلالات مربوط به اضطراب و یا همراه با اوتیسم بروز کند.

محققان می گویند حرف نزدن بعضی بچه ها می تواند به علت وضعیتی موسوم به selective mutism باشد.

این اختلال در واقع نوعی ترس یا فوبیای حرف زدن است که در آن کودک موقع حرف زدن به یک نقطه خیره شده و عضلاتش سفت می شود. این حالت با خجالتی بودن کاملاً متفاوت است. این بچه ها در خانه به راحتی حرف میزنند ولی در شرایط دیگر کاملاً ساکت می شوند. محققان می گویند این وضعیت معمولاً از سنین قبل از ۵ سالگی شروع می شود ولی می تواند تا سنین مدرسه رفتن تشخیص داده نشود. شیوع این نوع سکوت در بچه های دوزبانه سه برابر بیش از معمول است که می تواند به علت بیشتر بودن میزان استرس در زندگی آنها باشد.

این وضعیت می تواند موجب اختلالات جدی در ارتباطات کودک شده و در یادگیری او مشکلاتی ایجاد کند. سکوت اضطرابی می تواند همراه با دیگر اختلالات مربوط به اضطراب و یا همراه با

همان حال کودک را از علائم اضطراب و راه های مواجه شدن با آن آموزش می دهند. کلید موفقیت در مواجهه با این افراد وجود یک مربی مورد اعتماد کودک است که با این بیماری آشنایی کامل داشته باشد.

اوتیسم بروز کند.
درمان این نوع از سکوت با تغییر در محیط زندگی کودک است. آنها را در مراحل جداگانه در معرض محیط های جدید قرار داده و در هر مرحله میزان شلوغی و استرس محیط را بیشتر می کنند. در

قوانین جهانی موفقیت

۲۳. قانون تصمیم افراد موفق دارای اراده و عزم قوی می باشند.
در هنگام گرفتن تصمیم برای کارها به خوبی فکر کنید و به روشنی آن را انتخاب کنید تا گام های شما برای پیشرفت برداشته شود.

وحشی بافقی

ز شیهای دگر دارم تب غم بیشتر امشب
وصیت می کنم باشید از من باخبر امشب
مباشید ای رفیقان امشب دیگر ز من غافل
که از بزم شما خواهیم بردن درد سر امشب
مگر در من نشان مرگ ظاهر شد که می بینم
رفیقان را نهانی آستین بر چشم تر امشب
مکن دوری خدا را از سر بالینم ای همدم
که من خود را نمی بینم چو شیهای دگر امشب
شرر در جان وحشی زد غم آن یار سیمین تن
ز وی غافل مباشید ای رفیقان تا سحر امشب

کاریکاتور

اقتصاد کیش

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه

۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹