

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۱۴ - طلوع آفتاب: ۶:۳۱ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۸ - غروب آفتاب: ۱۷:۴۵ - اذان مغرب: ۱۸:۰۲

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
☀️	☁️	☁️	☀️	☀️	☀️	☀️	☀️
▲ ۲۲	▲ ۲۳	▲ ۲۲	▲ ۲۳	▲ ۲۳	▲ ۲۳	▲ ۲۳	▲ ۲۳
▼ ۱۷	▼ ۱۳	▼ ۱۷	▼ ۱۴	▼ ۱۳	▼ ۸	▼ ۱۳	▼ ۱۳

کودک و نوجوان

چرا بچه های امروز کمتر شاد هستند!



امکاناتی که شادی نمی آورد
شاید شما هم دلتان از این قضیه بگیرد اما وقتی به آن روزهای خودتان فکر می کنید و آن را با این روزهای کودکان مقایسه می کنید، می بینید روز و شب شاد شده تلویزیون، تبلت، انواع و اقسام کلاس های درسی و غیر درسی، کلاس ورزش و وزن کم کردن، به خودتان می گوید اگر به جای بچه های این زمانه بوم چه؟
واقعیت این است که بچه های امروز با اینکه در مقایسه با گذشته از امکانات بیشتری برخوردارند اما به اندازه بچه های دیروز شاد و سرزنده نیستند. فکر می کنید چرا؟

انتلاف پنهان والدین و تلویزیون
پدر و مادر در گذرشته رابطه خوبی با قضا گفتن و درست کردن سرگرمی های مفید و مفرد برای بچه هایشان داشتند. اما پدر و مادرهای امروزی با اینکه با سواد ترند، آنقدر ها وقت و یا حوصله ندارند، در نتیجه تصادفی کودک در می آید، دکمه تلویزیون را می زنند و مسراع کارهای خودشان می روند. ای کاش لاف لاف شبکه های مخصوص کودکان را برای آنها روشن می گذاشتند، از آنجا که تبلیغات تلویزیونی جزء شادترین رنگارنگ ترین و موزیکال ترین بخش ها هستند و در کمترین زمان بیشترین تنوع رنگ و آهنگ را به نمایش می گذارند و به همین دلیل مورد توجه بیشتر بچه ها قرار می گیرند، متأسفانه به دنبال یافتن تبلیغات مدام کانال عوض می کنند.

این جریان تا بزرگ تر شدن کودک ادامه پیدا می کند، تا جایی که دیگر کودک خودش برای تماشای فلان کانالی تلویزیون معلق می شود. این راه پله پله تحفه نامیوم این انتلاف ناخود آگاه شکل گرفتن این تصور در کودک است که فلان بچه در فلان تبلیغ شاد و سر حال بود چون فلان چیز را در دست داشت. به عبارت دیگر بچه از تماشای این برنامه یاد می گیرد

سبک زندگی

پله «اختلاف» زندگی مشترک را با «حل اختلاف» رد کنید

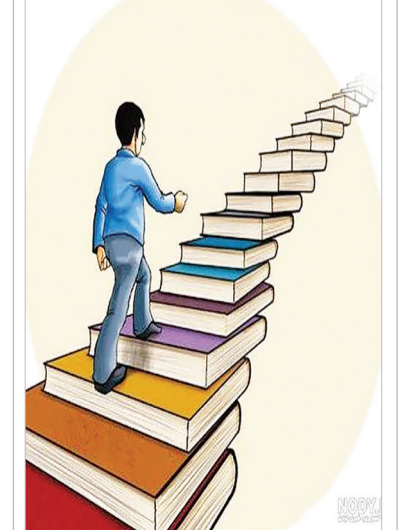
یک روانشناس با تاکید بر ضرورت حل اختلاف نظر زوجین در زندگی مشترک گفت: زندگی زناشویی همانند راه پله است که یک پله به اختلاف و پله دیگر به حل اختلاف معلق می شود. این راه پله باید در انتهای رضایت از زندگی مشترک بیانجامد. حال اگر تمام این پله ها اختلاف باشند، سقوط از این پله ها انتهای راه است، از این روز زوجین باید پله «اختلاف» زندگی مشترک را با «حل اختلاف» رد کنند.

شبنم طوعی اظهار کرد: زوجین باید برای حل اختلافات خود در زندگی مشترک زمان گذاشته و احساسات خود را درباره کلماتی که به زبان می آورند برای همسر معنی کنند.

وی با ذکر مثالی ادامه داد: بعضاً زوجین به هنگام دلخوری تنها به زبان می آورند که «ناراحت هستم. حال آنکه وقتی خطاب به همسر خود می گویند ناراحتانند، همسر دقیقاً نمی داند منظور آنها از این ناراحتی چیست و این خود زن یا شوهر است که باید معنی این احساس را برای همسر باز کند تا به حل اختلاف کمک کرده باشد.

این روانشناس با بیان اینکه زندگی زناشویی نیازمند مراقبت است که اگر این مراقبت انجام نشود اختلافات زوجین شدت می گیرد، خطاب به زوجین تصریح کرد: بالغ شوید و مهارت های زندگی را بیاموزید و سپس ازدواج کنید. دنیای ذهنی زن و مرد کاملاً متفاوت است،

کاریکاتور



ملک الشعرا بهار

همی نالم به دردا، همی گریم به زارا که ماندم دور و مهجور، من از یار و دیارا الای باد شبگیر، ازین شخص زمین گیر بیر نام و خیر گیر، ز یار نامدرا
چو رفتم از خراسان، به دل گشتم هراسان شدم شخصی دگرسان، خروشان و نزارا به ری در نام راندم، حقایق بر فشاندم ولیکن دیر ماندم، شده زین روی خوارا نجستم نام ازین شهر، فرودم وام از این شهر نبردم کام ازین شهر، به جز عیش مراا بدا محکوم قهرا، در آکنده به زهرا پلیدا شوم شهر، اضعیفاً شهریارا

قوانین جهانی موفقیت

۳۰ قانون جایگزینی ذهن خود آگاه شما همانند باغ و یازمینی است که باید در آن یا علف هرز برود یا گل؟! ذهن به صورتی می باشد که در لحظه میتواند به یک چیز فکر کند، حالا خودتان قضاوت کنید بهتر است آن یک چیز مثبت باشد تا منفی.



یکشنبه ۲۴ بهمن ۱۴۰۰، ۱۱ رجب ۱۴۴۳، ۱۳ فوریه ۲۰۲۲، شماره ۳۹۱۵ (۱۲۹۹ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکته
هر چه بیشتر کتاب بخوانید، بهتر دریافت می کنید و هر چه بهتر دریافت کنید علاقه مند تر می شوید؛ هر چه علاقه مند تر شوید، بیشتر انجامش می دهید.
جیم ترلیس

آموزش آشپزی

گراتن قارچ با سس بشامل



قارچ را با کمی روغن روی حرارت بالا تفت دهید تا آبش کشیده شود. برای تهیه سس بشامل تابه را روی حرارت بگذارید و کره را اضافه کنید تا ذوب شود سپس آرد را اضافه کرده تفت دهید تا خامی اش گرفته شود، حین هم زدن شیر گرم را اضافه کنید و هم بزیند تا یکدست شود. در انتها نمک، فلفل سیاه و پودر سیرا را همراه خامه اضافه کنید و از روی حرارت بردارید. کف ظرف گراتن را با قلم مو چرب کنید و سپس یک لایه نازک سس بشامل کف ظرف بکشید و یک لایه سبب زمینی و سپس یک لایه قارچ بچینید رویش سس

روشن کنید تا گرم شود. سبب زمینی را به حلقه های نیم سانتی برش بزنید و ۲۰ دقیقه در آب سرد قرار دهید تا نشاسته اضافه اش گرفته شود سپس آبکش کنید و با کمی آب بجوشانید تا نیم پز شود یا کف سینی فر بچینید و با قلم مو کمی روغن رویشان بکشید و مقداری نمک و فلفل پاشید و به مدت ۱۵ - ۲۰ دقیقه در فر بپزید. قارچ ها را حلقه کنید و با قاشق آلیوم مخلوط نموده و تابه را روی حرارت بگذارید تا داغ شود و فر را با دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد

مواد لازم:
سیب زمینی ۳ عدد
قارچ ۳۰۰ گرم
ق ۱ غذا خوری
ق ۳ غذا خوری
شیر ۲ لیوان
خله ۱ غذا خوری
به مقدار لازم پنیر پیتزا
نمک و فلفل و پودر سیر به مقدار لازم
جعفری و یا پیازچه برای تزئین
طرز تهیه:
فر را با دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد

عکس روز



ثبت ملی بنای تاریخی در بندر کنگ

گروه هتل های تاپ تورز

خوشونت نیز باید این مهارت ها را آموزش ببینند. طوعی با تاکید بر ضرورت آموزش مهارت کنترل خشم به فرد آسیب زنده و فرد آسیب دیده، افزود: زن یا شوهری که مورد خشونت قرار گرفته باید تحت این آموزش ها قرار گیرد تا بتواند چطور آستانه خشم همسر را حدس زده و خود را از آسیب فیزیکی و روانی نجات دهد، چرا که بعضاً دسترسی به فرد آسیب زنده و اعمال اهمیت بسیار بالایی بر خوردار است چرا که برآورده نشدن آنها منجر به بروز اختلافات می شود.

این روانشناس در پایان سخنان خود خطاب به زوجین توصیه کرد: نیازهای زن و شوهر در ابتدا از طرف خودشان باید شناخته شود و سپس این نیازها توسط خودشان به شریک زندگی منتقل شود. وقتی افراد خودشان متوجه نیازهای خود نیستند قاعدتاً فرد مقابل نمی تواند این نیازها را تشخیص داده و برآورده کند.



© 021-8586 www.ttgroup.ir @Toptours_Group ttgroup.ir

اقتصاد کیش پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش
گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش
روزنامه