

# اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۴۱ - طلوع آفتاب: ۶:۰۶ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۵۰ - غروب آفتاب: ۱۹:۳۴ - اذان مغرب: ۱۹:۵۲

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۳	▲ ۳۷	▲ ۳۳	▲ ۳۶	▲ ۴۰	▲ ۴۱	▲ ۳۷	▲ ۳۹
▼ ۲۴	▼ ۲۴	▼ ۲۶	▼ ۲۴	▼ ۲۴	▼ ۲۲	▼ ۲۳	▼ ۲۶



**کافه رستوران دینامیت**

هر روز از ساعت ۸ تا ۱۴:۳۰  
با صبحانه های متنوع  
میزبان شما عزیزان هستیم

dynamitcafe\_fan

اسکله تفریحی، کنار بولینگ مریم، طبقه بالای بازار مریم ۲

**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: ۴۴۴۲۹۶۹۹ - ۴۴۴۲۹۶۹۹ (۰۷)  
فکس: ۴۴۴۲۹۶۸۸  
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴  
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،  
انتهای خیابان ۱۲ غربی  
شرکت چاپ ریحان ۷۱۷-۶۵۰  
eghtesadekish@yahoo.com

دوشنبه ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۱، ۱۴ شوال ۱۴۴۳، ۱۶ می ۲۰۲۲، شماره ۳۹۵۸ (۱۳۴۲ دوره جدید)، ۱۲ صفحه - قیمت ۶۰۰۰ تومان

نکته  
کسی که همیشه هم رنگ جماعت می شود معمولاً فراتر از آن ها پیش نمی رود  
کسانی که تنها مسیری را طی می کنند احتمالاً به جاهایی می روند که کسی قبلاً آنجا نبوده است

**انیشین**

**آموزش آشپزی**

**فینگر فود کرب سبز بجات و رول کالباس**

مواد لازم:  
کالباس ورقه ای: ۶ ورق  
آرد گندم: ۲۵۰ گرم  
شیر: ۳۰ گرم  
سس مایونز: ۱۰۰ گرم  
شود خشک: ۵۰ گرم  
تخم مرغ: ۱ عدد

بعد از اینکه ششیر با مخلوط آرد بخوبی ترکیب شد یک عدد تخم مرغ را داخل آن بشکنید و مجدد هم بزنید تا مایه کرب آماده شود. تابه ای را چرب کرده و روی حرارت قرار دهید تا گرم شود. یک لایه نازک از مواد را داخل تابه بریزید و بگردانید تا همه جای تابه را بپوشاند.  
بعد از اینکه یک طرف کرب سرخ شلند آن را به آرامی برگردانید تا سست دیگرش هم سرخ شود. نمک، فلفل قرمز، پاپریکا و پودر سیر: به میزان لازم  
باقی کرب ها را به همین ترتیب آماده کنید. روی هر کرب مقداری سس مایونز بمالید و یک ورق کالباس روی آن قرار دهید. روی کالباس کمی سس بمالید و کرب را رول کنید.

**عکس روز**

جیغ بنفش بر سر هوای تهران



**سبک زندگی**

**چقدر زمان می برد از «سوگواری» پس از «طلاق» رها شویم؟**

یک روانشناس با بیان اینکه افراد به هنگام شکست عاطفی به ویژه در امر ازدواج دچار افسردگی و انزوا شده و پنج مرحله را برای سوگواری این شکست می گذرانند، گفت: طی کردن این مراحل و عبور از سوگواری پس از طلاق برای افرادی که زمینه روانی عسادی و طبیعی دارند و تجربه و پیشینه روانی بدو سنگینی نداشته اند، حداقل شش ماه زمان می برد.  
دکتر محمد ابراهیم تکلو درباره پنج مرحله سوگواری پس از طلاق اظهار کرد: افراد پس از طلاق پنج مرحله سوگواری را می گذرانند تا به یک ثبات روانی برسند. این روانشناس با بیان اینکه در ابتدا افراد، طلاق خود را انکار کرده و باورش را نمی شود که جدا شده اند، تصریح کرد: در ابتدای جدایی ذهن دو طرف درگیر این مساله است که هنوز همسر قبلی شان در زندگی آنهاست، گاهی ممکن است به همسر پیشین خود پیام دهند چراکه هنوز ذهن پذیرای این رابطه تمام شده نیست. به گفته وی مرحله دوم پس از انکار، «خشیم» است و افراد پس از طلاق از خود و همسر قبلی خود نسبت به اینکه «چرا رابطه را به سمت جدایی پیش بردند» خشمگین می شوند و ممکن است این خشم را به اشکال مختلف بروز دهند.  
تکلو با اشاره به مرحله سوم یعنی مرحله «چانه زنی» یا «مذاکره» در سوگواری پس از طلاق، توضیح داد: در این مرحله افراد با خود گفتگو های درونی دارند و ممکن است این گفتگو به شکل های مختلف حتی سکوت بروز کند. افراد به دنبال پاسخی برای این سوال هستند که «چرا رابطه آنها به طلاق ختم شد؟» و «اگر کار خاصی را انجام می داند ممکن بود که کار به جدایی نرسد یا خیر؟»، «آیا خودشان در این طلاق مقصر بودند یا همسر قبلی؟» و سوالاتی از این دست ذهن آنها را مشغول می کند.

**هیأت دوچرخه سواری جزیره کیش**

با همکاری مرکز ورزش و تفریحات سالم کیش برگزار می کند.

**مسابقه تایم تریل انفرادی**

زمان برگزاری: دوشنبه ۲۶/۲ ساعت: ۸:۳۰ مکان برگزاری: میدان پرواز (ورودی پایگاه هوایی)

**ویژه کیشوندان**  
داشتن بیمه ورزشی الزامی است.



**کودک و نوجوان**

**چگونه از کودک خود برابر قلدری محافظت کنیم؟**

کارشناسان می گویند اگر متوجه شدید کودک شما مورد قلدری قرار گرفته است، خون سرد بشوید و سریعاً نتیجه گیری نکنید.  
برخی از کودکان از مصادره وسایل و مخارج روزانه شان به دست همسالان خود رنج می برند و توان مقابله با آنها را ندارند. برخی از کودکان در مدرسه در معرض باج گیری روزانه قرار می گیرند و همیشه تحت کنترل همسالان خود هستند. روانشناسان و مشاوران اصلاح رفتار، نکاتی را بررسی کردند که به والدین کمک می کند در صورت باج گیری از فرزندشان به درستی عمل کنند.  
مسادران باید اهمیت حفظ و حراسست از اموال را به فرزندانشان خود بیاموزند. اگر مادری می داند که فرزندش توسط همکلاسی خود مورد اخاذی قرار می گیرد باید در رفتار خوب مهارت داشته باشد تا بدون سرزنش و ضرب و شتم فرزندش به خوبی به حرف های او گوش کند.  
**حمایت از حقوق مالکیت**  
این کار با تربیت و راههای برای آگاه کردن فرزندتان از حقوق مالکیت از داخل خانه شروع می شود.  
**الگو باشید**  
برای کودک الگو باشید و سعی کنید موقعیت هایی را برای او تعریف کنید تا به او بیاموزید که چگونه با همکلاسی استعمارگر خود رفتار کند و کودکی شجاع

**قوانین جهانی موفقیت**

۶۲. قانون عمل متقابل  
اکثر افراد و یا بهتر بگیم تمامی افراد به صورت عادل می باشند، به صورتی که در حین انجام لطفی تلاش می کنند پاداش شما را بدهند. شما میتوانید در معامله با دادن امتیازات کوچک به طرف مقابل امتیازات بزرگتری را بدست آورید.

**سهراب سپهری**

به سراغ من اگر می آید پشت هیچستانم  
پشت هیچستان جایی است  
پشت هیچستان گهای هوا، پر قاصدهایی است  
که خبر می آرند، از گل و اشدۀ دورترین بوته خاک  
روی شن ها هم  
نقش های سم اسپان سواران ظریفی است که صبح  
به سر تپۀ معراج شقایق رفتند  
پشت هیچسان، چتر خواهش بازاست  
تا نسیم عطشی در بن برگی بدود  
زنگ باران به صدا می آید  
آدم اینجا تنهاست و در این تنهایی  
سایه نارونی تا ابدیت جاری است  
به سراغ من اگر می آید  
نرم و آهسته بیاید، مبادا که ترک بردارد  
چینی نازک تنهایی من

**کاریکاتور**

این نشانه عالم بزرگه افترا ۴۱ بزارین!



**اقتصاد کیش**

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه

۴۴۴۲۴۹۶۹  
۴۴۴۲۴۹۹۹