



فکس: ۰۷۶-۴۴۲۲۵۵۷
 ۰۷۶-۴۴۲۲۴۴۸
 ۰۹۹۰ ۷۷۱ ۹۷۱۱
 www.Amlakanil.kishguide.com
 Sohile@Gmail.com.Com
 سهرابی: ۰۹۳۴۷۶۹۴۴۲۱

کیش، بازارچه حافظ، املاک آنیل، پلاک ۸

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: ۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۲۴۹۶۹ (۰۷۶)
 فکس: ۴۴۲۴۹۶۸
 امور آگهی ها: ۴۴۲۰۲۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۳ غربی
 شرکت چاپ ریحان ۶۵۷-۷۹۱۷
 eghtesadekish@yahoo.com

سه شنبه ۱۰ خرداد ۱۴۰۱، ۲۹ شوال ۱۴۴۳، ۳۱ می ۲۰۲۲، شماره ۳۹۶۹ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه قیمت ۶۰۰۰ تومان

نکته

ایده‌ای را دنبال کنید. آن را به زندگی تان تبدیل کنید. به آن فکر کنید، رؤیایش را ببینید، با آن زندگی کنید، بگذارید مغز، ماهیچه‌ها، اعصاب و همه‌ی بخش‌های بدن تان مملو از آن ایده شود و ایده‌های دیگر را رها کنید؛ این مسیر موفقیت است. **سوامی ویوکاناندا**

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۴ ▼ ۲۶	▲ ۳۹ ▼ ۲۷	▲ ۳۴ ▼ ۲۸	▲ ۳۸ ▼ ۲۷	▲ ۴۲ ▼ ۲۶	▲ ۴۱ ▼ ۲۲	▲ ۳۸ ▼ ۲۶	▲ ۴۰ ▼ ۲۷

کودک و نوجوان

بیان این جملات به «بچه‌ها» ممنوع!

یک روانشناس با تاکید بر ضرورت پرهیز والدین از بیان جملاتی نظیر "نو خوشگل ترین بچه فامیل هستی"، "نو باهوش ترین دانش آموز مدرسه هستی"، "نو دوست داشتنی تر از هم‌سالانت هستی" به کودکان و نوجوانان، درباره آثار روانشناختی مخرب بیان این جملات گفت: بیان این جملات اغراق آمیز باعث می‌شود وقتی کودک و نوجوان در جمعی از هم‌سالان قرار گیرد و در آن جمع احساس کند این ویژگی‌هایی که دائما والدین برای او تکرار می‌کردند در او وجود ندارد و غیر واقعی بوده است؛ دچار افسردگی و انزوا گزینی و ترس شود.



به گفته وی، هر کدام از کودکان و نوجوانان دارای "ای کبر" و یا نمره هوشی خاص خود هستند و والدین به جای بیان جملاتی که بر پایه حقیقت نیستند باید بر روی توانایی‌ها و ویژگی‌های مثبت فرزندان تمرکز کرده و این ویژگی‌ها را به بچه‌ها گوشزد کنند. انزایی معتقد است که هر فردی ویژگی‌های مثبت و منفی و توانمندی‌ها و محدودیت‌های خاص خود را دارد و والدین اگر بتوانند به فرزندان خود کمک کنند تا با به کار گیری ویژگی‌های مثبت و توانمندی‌ها، محدودیت‌ها و ویژگی‌های منفی خود را کاهش دهند، به افزایش اعتماد به نفس فرزند کمک بزرگی کرده‌اند. این روانشناس کودک و نوجوانی را که نسبت به توانایی‌ها و محدودیت‌های خود آگاه است و باور دارد که می‌تواند به کمک توانایی‌هایش ویژگی‌های منفی خود را کاهش دهد، فردی "متعادل" دانست و این را هم گفت که والدین با آگاهی نسبت به این نکته باید از بیان جملات تحسین برانگیز غیر واقعی به بچه‌ها خودداری کنند.

وی با اشاره به این امر که بعضی والدین بدون در نظر گرفتن استعداد فرزند، او را در حیطه علایق و آرزوهای سرکوب شده خود قرار می‌دهند تا آرزوهای خود را بر روی فرزند فراق کنند، خاطر نشان کرد: نباید فراموش کنیم که بسیاری از اوقات والدین به جای شکوفا کردن استعداد فرزند، آرزوهای سرکوب شده

آموزش آشپزی

اسموتی شکلاتی

مواد لازم:
 شیر: ۱ لیوان
 موز: ۱ عدد
 پودر کاکائو: ۱ قاشق غذاخوری
 کره بادام زمینی: ۱ قاشق غذاخوری
 شکلات تخته‌ای: ۵۰ گرم
 شکلات چپسی برای تزئین: به میزان لازم
 توت فرنگی برای تزئین: به میزان لازم
 طرز تهیه:
 ابتدا موز را داخل فریز بگذارید تا ۱ ساعت بماند و کمی یخ‌بزند.

شکلات تخته‌ای را داخل یک کاسه بریزید و روی بخار کتری یا سماور بگذارید تا به روش بن ماری آب شود. موز را از فریز خارج کنید و پوست بگیرید؛ سپس موز را خرد کنید. تکه‌های موز را داخل پارچ مخلوط کن یا میکسر بریزید؛ سپس شکلات ذوب شده، پودر کاکائو، کره بادام زمینی و شیر را به آن اضافه کنید و چند دقیقه با دور تند بزنید تا همه مواد کاملاً له و مخلوط شوند. اسموتی آماده را داخل لیوان بلند که مخصوص سرو اسموتی است، بریزید و شکلات چپسی را روی لیوان بپاشید؛ سپس چند برش توت فرنگی روی لیوان بگذارید. حالا اسموتی خنک و خوشمزه شما آماده است، نوش جان.



چند روز پس از حادثه... شایان حاجی نجف

عملیات پیاده‌رو سازی معابر در فاز ۷ صدف کیش توسط شرکت عمران، آب و خدمات کیش

عکس: جعفر همافر

