

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۶ ▼ ۲۹	▲ ۳۷ ▼ ۲۸	▲ ۳۳ ▼ ۲۹	▲ ۳۹ ▼ ۲۸	▲ ۳۹ ▼ ۲۷	▲ ۴۱ ▼ ۲۲	▲ ۳۸ ▼ ۲۷	▲ ۳۹ ▼ ۲۷



**سالن زیبایی مونس**  
Beauty Salon

اصلاح و ابرو - وکس صورت  
کوپ مو - براشینگ - شینیون  
فدسات نافن (مانیکور و پدیکور- ژل لاک)  
میکاپ  
انواع لایتها (لایت با فویل و کلاه)  
آمبره و بالیاژ  
انواع کراتین و ریباندینگ  
انواع ویتامینه و امیا کننده مو  
لیفت مژه و ابرو  
پاکسازی پوست (معمولات کینو و مری کور فرانسه)

**آدرس: بلوار ایران، پنجاه دستگاه پلاک ۵۰۵**    **تلفن ۰۹۳۶۱۷۶۶۶۱۲**

سه‌شنبه ۲۲ شهریور ۱۴۰۱، ۱۶ صفر ۱۴۴۴، ۱۳ سپتامبر ۲۰۲۲، شماره ۴۰۲۸ (۱۴۲۲ دوره جدید) - ۱۲ صفحه    قیمت ۶۰۰۰ تومان

**نکته**  
اگر می‌خواهید شجاعان را بیایید، کسانی را جستجو کنید که قادر به بخشودن هستند و اگر می‌خواهید قهرمانان را بیایید، کسانی را بجویید که قادرند در مقابل نفرت عشق بورزند.  
**بهاگاوادگیتا**

### آموزش آشپزی

#### تیرامیسو



درون یک ظرف به خوبی هم بزنید. سپس مواد را درون یک ظرف قیف مانند بریزید. بیسکویت پتی بور را پودر کنید. کافی میکس را در آب جوش حل کرده، سپس بیسکویت ها را داخل لیوان بریزید و بعد کافی میکس را به همراه مواد پنیری و کمی پودر کاکائو به لیوان خود اضافه کنید تا لیوان دسر به طور کامل پر شود. لیوان ها را برای یک ساعت درون یخچال بگذارید تا این دسر ساده و فوری برای سرو آماده گردد. شما می‌توانید در این دسر از اسپر سو به جای کافی میکس در ابتدا باید پنیر خامه ای را به همراه خامه و شکر

**مواد لازم:**  
پنیر خامه ای  
خامه صبحانه  
شکر  
کافی میکس  
آب جوش  
بیسکویت پتی بور  
پودر کاکائو  
به مقدار لازم

یک بسته  
یک عدد  
نصف پیمانه  
یک ساشه  
یک لیوان  
یک بسته  
به مقدار لازم

### عکس روز



**تالاب انزلی**

### چطور یک کودک رئیس و مدیر تربیت کنیم؟

یکی از گزینه‌های مهم تربیت فرزند آموزش‌هایی است که در نهایت مستقل بودن را در او خلق می‌کند. راهکارهای موثری برای تربیت کردن یک کودک مستقل و رئیس وجود دارد. راه‌های موثر برای تربیت کودک مستقل که در گروه‌ها بتواند رئیس باشد! اگر روی کودکان کار کنیم می‌توانیم از آنها یک فرمانده بسازیم. همه ما دوست داریم کودک رئیس داشته باشیم و فرزندانمان در شجاعت و زیبایی نسبت به سایر افراد بهترین باشند. والدین یا افرادی که از کودکان نگرانی می‌کنند می‌توانند آنها را آموزش دهند تا در آینده و حتی دوران کودکی به قدری مستقل باشند که توانایی رهبری گروه‌ها را در خود ببینند.

**۷ توصیه برای تربیت کودک رئیس و مستقل**

**۱- مدل هوش احساسی بچه باشید:** هوش احساسی چیزی است که در همه ما به صورت نامرئی است و تعیین می‌کند که در موقعیت‌های مشکل‌ناپذیر تصمیمی بگیریم و چگونه اخلاق را مدیریت کنیم تا نتیجه مثبتی بگیریم. بچه‌ها هوش احساسی را از والدینشان می‌آموزند چون آنها در طول روز والدینشان را می‌بینند و تحت تأثیر اخلاق آن هستند. کودکان کاملاً با احساسی که دارند و با اخلاقی که از خود به نمایش می‌گذارند و چگونگی

از شکست هستند. **۵- گفتن نه را فراموش نکنید:** آزاد گذاشتن کودکان راه مطمئن برای رسیدن به توانایی رهبر بودن برای کودک است. رهبر ابتدا باید توانایی به تاخیر افتادن لذایذ و سخت‌کوشی را داشته باشد. کودکان نیاز دارند صبر خود را بالا ببرند و باید اهداف خود را تعیین کنند و برای رسیدن به آن تلاش کنند و نه گفتن به آنها در همان لحظه موجب ناراحتی‌شان می‌شود و بعد به آن عادت می‌کنند.

نیاز به تعریف و تمجید دارند. متأسفانه تعریف و تمجید زیاد باعث بالا بردن اعتماد به نفس نمی‌شود. کودکان نیاز دارند آنها را باور کنید. این باعث می‌شود که در آینده رهبر و فرمانده خوبی شوند همیشه به کودکان نشان دهید که چگونه در صبر و توانایی به آنها می‌باید.

**۴- به آنها اجازه خطر کردن و شکست را بدهید:** والدین خود را بسیار برای چیزهایی که می‌خواهند آزار می‌دهند چون فکر می‌کنند برای کودکان بهتر است. تمرکز بر این است که برای کودکان بهتری می‌خواهید. برای کودکان مشکل ساز است. حقیقت این است که وقتی می‌خواهید به فرماندهی برسید وقتی روی اهداف شخصی تمرکز کنید همین موجب تصمیم‌گیری اشتباه آنها می‌شود.

**۳- برای تربیت کودک خیلی تعریف و تمجید نکنید:** کودکان برای ساختن اعتماد به نفس

## اجرای طرح استقبال از مهر و بازدید ایمنی از مدارس کیش







