

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۳۲ - طلوع آفتاب: ۵:۴۸ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۳ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۹ - اذان مغرب: ۱۷:۵۵

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۴	▲ ۳۳	▲ ۳۲	▲ ۳۶	▲ ۳۶	▲ ۳۸	▲ ۳۷	▲ ۳۶
▼ ۲۷	▼ ۲۶	▼ ۲۸	▼ ۲۶	▼ ۲۴	▼ ۲۲	▼ ۲۵	▼ ۲۵

عمارت رستوران

رستوران سنتی عمارت کیش
(با مدیریت کوه سنگی سابق جنب بازار پردیس) **«ارسال سراسر جزیره»**

پشت بازار زیتون، جنب نمایشگاه اتومبیل پارس
تلفن: ۰۹۳۴۷۴۸۶۶۲۳ - ۰۷۶۴۴۴۳۰۴۴۷
ساعت پذیرایی: ۱۲ ظهر تا ۱۲ شب



@emarat.restaurant.kish

اقتصاد کیش

خری، 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 - ۴۴۴۳۹۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۲۹۶۸۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۳ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۹۱۷-۶۵۶
eghtesadekesh@yahoo.com

دوشنبه ۱۱ مهر ۱۴۰۱، ۶ ربیع الاول ۱۴۴۴، ۳ اکتبر ۲۰۲۲، شماره ۴۰۴۸ (دوره جدید) - ۱۲ صفحه قیمت ۶۰۰۰ تومان

نکته
در طول زندگی‌ام هیچ گاه از انسان‌هایی که با افکار من موافق بودند، چیزی نیاموختم.
آندره مالرو

آموزش آشپزی


ککتل عدس برای بچه‌ها

مواد لازم:
عدس ریز: ۳/۴ لیوان
تخم مرغ: ۱ عدد
پیاز: ۱ عدد
سیب زمینی: ۱ عدد
آرد سوخاری: ۳ قاشق غذاخوری
نمک و زردچوبه: به مقدار لازم

طرز تهیه:
عدس را بشویید و چند ساعت خیس کنید تا نفخ آن گرفته شود. عدس را با سیب زمینی درون قابلمه ای بریزید و اجزاء دهید تا بپزد. بعد از پخت کامل عدس و سیب زمینی را با کمک آسیاب یا چرخ گوشت خوب له کنید تا خمیری شکل شود. پیاز را هم پوست بگیرید و رنده ریز بریزید و آبش را گرفته تا باعث وارفتگی کتلت عدس نشود. داخل یک کاسه عدس چرخ شده را به همراه پیاز و نمک و زردچوبه ریخته و هم بزنید. تخم مرغ ها را به مواد اضافه کنید. در انتها پودر سوخاری یا سوپ را اضافه کنید. داخل تابه مقداری روغن ریخته تا داغ شود. سپس با قاشق مقداری از مواد کتلت را برداشته و داخل روغن بریزید و سرخ کنید. بعد از سرخ شدن کتلت عدس را روغن دستمال روغن گیر قرار داده تا روغن اضافی آن گرفته شود.

نکات مهم:
اضافه کردن ادویه به این کتلت بستگی به سن کودک شما دارد. برای کودک بالای یک سال می توان از ادویه زردچوبه و نمک به مقدار کم استفاده کرد. برای مقوی تر شدن کتلت عدس از سوپ و نمک استفاده کنید. طبق اصلحیه جدید تغذیه تکمیلی استفاده از زرده و سفیده تخم مرغ از ۸ ماهگی با تست حساسیت مجاز است. این کتلت برای بچه های که به پروتئین گاوی حساسیت دارند، کاملاً مناسب است. * در تهیه این غذا احتما به سن کودک توجه کنید. مصرف ادویه ها و تخم مرغ برای کودکان زیر ۸ ماه مناسب نمی باشد.

عکس روز



قره کلیسا - ماکو

آموزش مواجه شدن کودک با شکست به روش صحیح چیست؟

اگر فرد در کودکی راه های مواجه شدن با شکست را آموزش ببیند، در آینده انسان موفق تری خواهد بود پس یادگیری درست مقابله با شکست برای کودکان بسیار حائز اهمیت است.

بدون شک؛ به عنوان والدین تماشای شکست خوردن فرزند، کار سختی است. در واقع در چنین حالتی تمام وجودتان می خواهد که امنیت فرزندتان را تأمین کنید تا آنها آسیب نبینند. متأسفانه نمی توان همیشه جلوی شکست بچه ها را گرفت. از طرفی هم خوب نیست که مدام ابراز نگرانی کنید تا شکست خوردن، بلکه می توانید به آن ها آموزش دهید که چگونه با اشتباهات خود کنار بیایند و درس های ارزشمندی را بیاموزند.

پذیرش شکست را به آنها آموزش دهید
زندگی پر از اتفاقات غیر قابل پیش بینی است. به فرزند خود آموزش دهید که پذیرفتن ناکامی ها و مشکلات، راه حل کلیدی برای مواجه شدن با شکست بدون ترس می باشد. در مورد شکست با آنها صادق باشید اینک به کودک خود بگویید شکست یک تجربه زیباست، یعنی به او دروغ گفته اید؛ پس بهتر است صادق باشید. شکست خوردن اصلاً تجربه لذت بخشی نیست؛ اما به معنای این هم نیست که همه چیز به پایان رسیده است.

به تلاش های آنها به جای توانایی ها توجه کنید
قرار نیست که فقط از توانایی و استعداد فرزندتان تعریف و تمجید کنید. به جای آن نگاه کنید و ببینید که فرزندتان چقدر تلاش کرده است و این تلاش و پشتکار او را مورد تمجید قرار دهید.

با او همدردی کنید
شکست اتفاق سخت و تلخی است و هیچ کسی دوست ندارد آن را تجربه کند. اگر دیدید که فرزندتان پس از شکست خوردن اوقات سختی را سپری کرده، سعی کنید که با او همدردی کنید، او را بفهمید و احساساتش را درک کنید.

وقتی که اشتباه می کنید، باید پایداری و ثبات داشته باشید. در واقع این که شما چگونه با مشکلات برخورد می کنید، می تواند به کودک تان آموزش دهد که او هم با مشکلات، همانگونه صبورانه برخورد کند.

به او یاد بدهید که همه برنده نمی شوند
شاید در سال های قبل باید به کودک تان آموزش میدادید که همه ما برنده هستیم و در نتیجه شکست را یک اتفاق غیر قابل پیش بینی برایشان توصیف می کردید؛ اما اکنون باید به آنها آموزش دهید؛ چیزی که لازم و ضروری است، تلاش بی وقفه است؛ که ممکن است این تلاش با برد یا باخت همراه باشد.

توضیح دهید که استعدادها و توانایی هایتان متفاوت است
کودکانتان را به خاطر توانایی هایی که دارند تشویق کنید؛ اما به آنها امید واهی ندهید. فرصت دهید تا توانایی ها و استعدادهای خود را بشناسند و ببینند که چگونه باید خودشان را در آن زمینه پرورش دهند؛ اما یادآوری کنید که استعداد هیچکس با دیگری برابر نیست و انسان ها متفاوت هستند.

بگویید که شکست یک معلم است
وقتی که شکست می خورید، یاد می گیرید دفعه بعدی چگونه از آن شکست جلوگیری کنید. شکست باعث می شود تا سرعت تان کم شود؛ اما از طرفی یک راه حل دیگر پیش پای شما می گذارد. به کودک تان آموزش شکست را برای یادگیری چیزهای بهتر بیاموزید و کاری کنید که به آن شبیه به یک معلم دلسوز نگاه کند.

به او آموزش دهید که از شکست نترسد
فرزندتان شمانمی تواند از شکست دوری کند؛ پس به آنها آموزش دهید که از شکست نترسند و آن را راهی برای ارتقا و رشد خودشان ببینند و ترس را حذف کنند.

تولید و عرضه مستقیم به بازار کیش

اپال سپهر کیش

COMPANY
OPAL SEPEHR KISH

Luminarc



نشانی کارخانه: جزیره کیش، درفت سبز
فیابان صنعت ۲، قطعه ۷۳
تلفن کارخانه: ۰۷۶ ۴۴۴۲۰۹۸۴
شعبه فروش: بازار پردیس ۱ - غرفه ۶۷

تولید و عرضه انواع ظروف آرکوپال و بلور

۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

اقتصاد کیش

روزنامه