

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۴۵ - طلوع آفتاب: ۶:۰۲ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۳۸ - غروب آفتاب: ۱۷:۱۴ - اذان مغرب: ۱۷:۳۱

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۲	▲ ۳۳	▲ ۳۲	▲ ۳۳	▲ ۳۴	▲ ۳۴	▲ ۳۳	▲ ۳۴
▼ ۲۴	▼ ۲۳	▼ ۲۶	▼ ۲۲	▼ ۲۱	▼ ۱۵	▼ ۲۱	▼ ۲۱

تخفیف ویژه

با توجه به شرایط پیش آمده در اطلاع رسانی حوزه کسب و کار،

روزنامه اقتصاد کیش افتخار دارد

خدمات شمارا با شرایط و تخفیفات ویژه اطلاع رسانی نماید.

تلفن هماهنگی: ۴۴۴۲۴۹۹۹

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: ۴۴۴۲۴۹۹۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۸)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۹۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۳ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۹۱۷-۶۲۰
eghtesadekesh@yahoo.com

شنبه ۷ آبان ۱۴۰۱، ۳ ربیع الثانی ۱۴۴۴، ۲۹ اکتبر ۲۰۲۲، شماره ۴۰۶۸ (۱۴۵۲ دوره جدید) - ۱۲ صفحه قیمت ۶۰۰۰ تومان

نکته

زندگی هرگز به "اگر" و "اما" های تو پاسخ نمی دهد.. زندگی هیچ نمیگوید: نشانت میدهد..

پس؛ "سلطان" بایدها باش نه "بنده" شایدها..

الهی قمشه ایی

آموزش آشپزی

کنتل عدس



مواد لازم :
عدس ریز ۴/۳ لیوان
تخم مرغ ۱ عدد
پیاز ۱ عدد
سبزی مینی 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 سبب زمینی درون قابلمه ای بریزید و اجازه

دهید تا بپزد.
بعد از پخت کامل عدس و سبب زمینی را با کمک آسیاب یا چرخ گوشت خوب له کنید تا خمیری شکل شود.
پیاز را هم پوست بگیرید و رنده ریز بزنید و آبش را گرفته تا باعث آرافنگی کنتل عدس نشود.
داخل یک کاسه عدس چرخ شده را به همراه پیاز و نمک و زرد چوبه ریخته و هم بزنید.
تخم مرغ ها را به مواد اضافه کنید.
در انتها پودر سوخاری یا سوپیک را اضافه کنید.
داخل تابه مقداری روغن ریخته تا داغ شود.
سپس با قاشق مقداری از مواد کنتل را برداشته و داخل

روغن بریزید و سرخ کنید.
بعد از سرخ شدن کنتل عدس را روی دستمال روغن گیر قرار داده تا روغن اضافی آن گرفته شود.

عکس روز



امید به زندگی پیروز، توله یوز ایرانی

سیک زندگی

دوستان مجرد؛ «آنتراکتی» برای دوری از تنش های «زندگی متاهلی»؟

یکی روانشناس، از تباط با دوستان دوران مجردی را «آنتراکتی» برای تخلیه تنش های زندگی متاهلی عنوان و در عین حال تاکید کرد: پس از ازدواج ارتباط با دوستان دوران مجردی به منظور تخلیه روانی افراد لازم است اما به شرط آنکه همسر در جریان این ارتباطات باشد. این ارتباطات خللی به زندگی زناشویی وارد نکند و معایر با اصول زندگی متاهلی نباشد.
دکتر محمد ابراهیم تکلوی با بیان اینکه به طور کلی زندگی به ویژه پس از متاهل شدن سستی ها، مشکلات، تنش ها و چالش های زیادی دارد و از این رو «آنتراکت های» نظیر ارتباط با دوستان دوران مجردی برای تخلیه روانی افراد نیاز است، اظهار کرد: وقتی افراد با دوستان خود ارتباط می گیرند و حرف می زنند از نظر روانی حال خوبی پیدا می کنند. بنابراین این ارتباطات پس از ازدواج لازم است اما به شرط آنکه زمان، میزان و افرادی که پس از ازدواج با آنها ارتباط می گیریم در چارچوب و استانداردهای لازم باشند.
وی ادامه داد: در چارچوب بودن ارتباط با دوستان دوران مجردی پس از ازدواج به این معناست که این ارتباطات معایر یا زندگی زناشویی نباشند. برای مثال وقتی یک فرد متاهل در مهمانی که اغلب حضار آن مجرد هستند شرکت می کند و حضار در آن مهمانی نیز ممکن است رفتارهایی معایر یا زندگی متاهلی بروز می دهند، در واقع این فرد وارد ارتباطاتی خارج از چارچوب زندگی متاهلی شده است. به طور کلی افراد نباید به بهانه نیاز به ارتباط با دوستان دوران مجردی، چارچوبهای زندگی مشترک و زناشویی را شکسته و رفتارهایی معایر یا اصول زندگی متاهلی داشته باشند.
تکلوی تصریح کرد: میزان زمانی که برای دوستان دوران مجردی خود قرار می دهیم و نیز نحوه و چگونگی این ارتباط جزو موضوعاتی است که باید در دوران آشنایی و پیش از ازدواج با همسر در میان گذاشته شود. باید توافق همسر را در این رابطه قبل از ازدواج جذب کنیم تا با خیالی آسوده و در حد و اندازه ای که این ارتباط به زندگی زناشویی خللی وارد نکند، زمانی را با دوستان صرف کرد.
این روانشناس با توصیه به اینکه زوجین حتما پس از ازدواج ارتباطات خود را با افرادی که دارای سلامت و بهداشت روان هستند، ادامه دهند تا در زندگی مشترک با مشکلی مواجه نشوند، افزود: از جمله قواعد دوری از یکسواختی و تکراری بودن زندگی زناشویی همین ارتباط با دوستان دوران مجردی است. ما پس از ازدواج نیاز به ارتباطات و تعاملاتی داریم که یکی از این ارتباطات، تعامل با دوستان است. مدت زمانی که برای تعامل با دوستان قرار می دهیم نیز باید در حد تعادل باشد، چرا که طبیعتاً نمی توان پس از ازدواج در حد و اندازه پیش از ازدواج با دوستان دوران مجردی ارتباط گرفت.
تکلوی همچنین یادآور شد که ارتباط با دوستان دوران مجردی اگر در حد معقول، در چارچوب و با اطلاع و توافق همسر باشد نه تنها برای افراد سازنده است

کودک و نوجوان

چرا کودکان ناگهان چرت زدن را می کنند؟



محققان دانشگاه ماساچوست در مطالعه اخیرشان اظهار کردند، کودکان نوپا زمانی که مغزشان بیشتر رشد می کند، چرت زدن را متوقف می کنند و پیش از آن، جلوگیری از چرت زدن کودکان نوپا می تواند برای یادگیری و حافظه آنها مضر باشد.
چرت زدن برای رشد مغز و پرورش حافظه، امری حیاتی است، اما دانشمندان تاکنون در مورد اینکه چه زمانی و چرا کودکان نوپا چرت زدن را متوقف می کنند، اطلاعات زیادی نداشتند.
پروفسور «ریکا اسپنسر» (Rebecca Spencer) از دانشگاه ماساچوست این مطالعه تحقیقاتی را رهبری کرده است و در آن به بررسی این موضوع که چرا برخی از کودکان چهار یا پنج ساله تمایل به چرت زدن دارند، در حالی که برخی از کودکان سه ساله آن عادت را ترک کرده اند، پرداخته است. نتایج این یافته ها "رابطه بین تغییر در چرت زدن و حافظه و رشد مغز" را نشان داد.
پروفسور اسپنسر گفت: وقتی کودکان کوچک در حال چرت زدن هستند، خاطرات عاطفی و بیانی خود را تثبیت می کنند، بنابراین شاید از خود بفرساید. وقتی این زمان بسیار مهمی برای یادگیری است و چرت زدن یادگیری کمی کم می کند، چرت زدن آنها جلوگیری نکند؟
این مطالعه بر روی هیپوکامپ مغز متمرکز شده است که نقش مهمی در فرآیندهای یادگیری و حافظه دارد. نتایج مطالعه قبلی آنها تفاوتی را در رشد هیپوکامپ برای کودکانی که چرت می زدند و آنهایی که دیگر این کار را انجام نمی دهند، نشان داده است.
به گفته محققان، وقتی کودکان خردسال هیپوکامپ نالغ دارند، به حدی از خاطرات می رسند که می توان

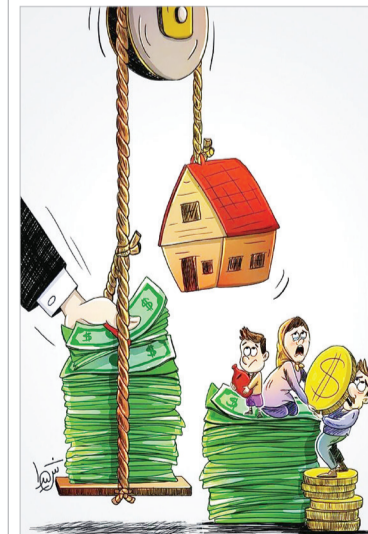
۳۴ نکته برای رشد فردی

۳. سرگرمی های جدید انتخاب کنید
به جز سرگرمی های معمولان، چیز جدیدی هست که بتوانید انتخاب کنید؟ مثلا سراغ ورزشی جدید بروید مثل فوتبال، اسکی یا اسب سواری. همچنین می توانید سرگرمی تفریحی انتخاب کنید، مثل: سفالگری؛ آشپزی؛ طراحی ووب و ...

قیصر امین پور

اینجا همان دمی است که زود دیر میشود گاهی به رغم تشنگی عشق، عاقبت با حسرتی فقط، عطش سیر میشود گاهی همان دو چشم که رامت نموده بود بی رحم چون کمان کمانگیر میشود گاهی همان گلی که به دل پروراندیش خارش به سینه ات چه نفس گیر میشود گاهی که آرزوست بغل سازیش به مهر تنها سرب اوست که تصویر میشود گاهی نیایشی که فقط بهر وصل بود چون نیست قسمت، به دلت تیز میشود گاهی صدای بارش باران که دلر باست با چتر تک سواره چه دلگیر میشود گاهی که ضرب و جمع به راهی نمی رسد من کم شوم ز یار، چه تفسیر میشود گاهی مسیر عشق، ز پیکار عقل و دل از تیزی و خطر، چو شمشیر میشود گاهی که منطقت نهد با ساخت به دل باید نشست و دید، چه تقدیر میشود...

کاریکاتور



TOPTOURS Group
تاپ تورز

گروه هتل های تاپ تورز



تلفن: 021-8586 | وبسایت: www.ttgroup.ir | اینستاگرام: @Toptours_Group | تلگرام: ttgroup.ir

اقتصاد کیش

۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه باشما هستیم

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹

روزنامه