

اقتصاد کیش

روزنامه

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
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: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۸)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۳ غربی
شرکت چاپ ریحان ۶۲۰۷۹۱۷
eghtesadekish@yahoo.com

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

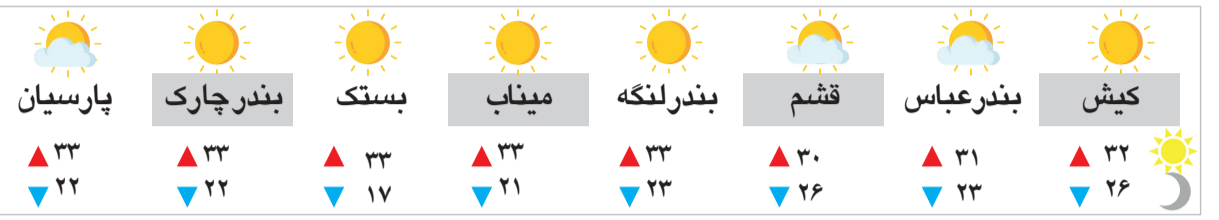
پنجشنبه ۱۲ آبان ۱۴۰۱، ۸ ربیع الثانی ۱۴۴۴، ۳ نوامبر ۲۰۲۲، شماره ۴۰۷۳ (۱۴۵۷ دوره جدید) قیمت ۶۰۰۰ تومان

۳۴ نکته برای رشد فردی

۸. برای رشد فردی سحر خیز باشید

زود بیدار شدن (مثلا ساعت ۵ یا ۶ صبح) واقعا به کار آمدی و کیفیت زندگی شما کمک می کند. وقتی صبح زود از خواب بیدار

می شوید، انرژی و سرزندگی تان تا شب ادامه پیدا می کند و به همه کارهای روزانه تان می رسد.



کودک و نوجوان

بچه ها بدانند: هفت قانون طلایی یادگیری آسان مکالمه زبان انگلیسی



قانون اول: همیشه در پی یادگیری اصطلاحات (عبارت) باشید و نه تک لغت ها هرگز کلمات را بصورت جداگانه و منفرد یاد نگیرید هرگز. وقتی یک لغت جدید می بینید همیشه اصطلاحی (عبارت) را که این لغت جدید در آن به کار برده شده است یادداشت کنید و وقتی می خواهید مطالعه کنید و نه کلمات را اصطلاحات (عبارت) را گردآوری کنید مکالمه و گرامر زبان شما ۵-۴ برابر سریعتر بهبود می یابد

قانون دوم: از یادگیری گرامر انگلیسی دست بردارید زیاد خودتون رو اسیر گرامر نکنید. گرامر به شما آموزش می دهد که شما به زبان انگلیسی فکر کنید ولی شما می خواهید به صورت خودکار زبان صحبت کنید بدون فکر کردن بدین صورت شما مثل یک انگلیسی زبان انگلیسی را یاد می گیرید.

قانون سوم و مهمترین قانون: اول گوش کنید شما هر روز باید به انگلیسی گوش فرادید متون انگلیسی را بخوانید بلکه فقط گوش دهید خیلی ساده است این کلیه موفقیت شما در یادگیری مکالمه انگلیسی است از خواندن متون انگلیسی راضی نظر کنید و به گوش دادن زبان انگلیسی به صورت مداوم و روزانه بپردازید. انگلیسی را با گوشه پانزده دقیقه با چشمه پانزده دقیقه در اغلب مراکز آموزش زبان شما با چشم زبان را یاد می گیرید شما متون انگلیسی را می خوانید و قواعد گرامری را فرامی گیرید اما برای موفقیت در یادگیری مکالمه انگلیسی باید سیستم شنیداری را جایگزین کنید شما باید روزی ۳-۲ ساعت فقط به انگلیسی گوش دهید بدین صورت مکالمه شما به سرعت بهبود می یابد و انگلیسی را به آسانی صحبت می کنید

زمان های مختلف با این زبان ها آشنا خواهید شد و گرامر شما خود بخود بهبود می یابد.

قانون ششم: برای بهبود انگلیسی باید دروس و منابع انگلیسی واقعی را مطالعه کنید اگر می خواهید انگلیسی واقعی یعنی همان انگلیسی که در جوامع انگلیسی زبان استفاده می شود را یاد بگیرید باید از منابعی استفاده کنید که در این باره نگاشته شده اند نظیر فیلم ها، مجلات واقعی، کتب صوتی واقعی، رادیو ها و... واقعی منظور این است که انگلیسی زبان ها خودشان از آن استفاده می کنند گوش می دهند، نگاه می کنند و می خوانند.

قانون هفتم: گوش کنید و جواب دهید نه اینکه فقط گوش دهید و تکرار کنید در کنار هر درسی سوالاتی هم مطرح می شوند همیشه به سوالات جواب دهید و از تکرار آن ها بگذرید. بهنگام گوش دادن به منابع صوتی از یکی از دوستان بخواهید درباره داستان از شما سوال کند و شما به آنها جواب دهید این به شما یاد می دهد که سریع فکر کنید و جواب را پیدا کنید.

قانون چهارم: یادگیری آرام و عمیق بهترین است راز یادگیری راحت مکالمه انگلیسی یادگیری دقیق کلمات و عبارات انگلیسی می باشد اینکه ما توضیح کلمات را بدین ترتیب و یا فقط برای آزمون آن را در حافظه بسپاریم کفایت نمی کند بلکه باید ملکه ذهن ما شود. برای یادگیری مکالمه انگلیسی باید بارها و بارها یک درس را مطالعه کنیم شما باید خیلی عمیق مطالعه کنید.

قانون پنجم: یادگیری گرامر با استفاده از یک داستان در قالب چندین زمان مختلف برای یادگیری طبیعی و نه دستوری گرامر انگلیسی باید یک داستان (نوشته - پاراگراف و...) صوتی را انتخاب کنید که افعال آن در زمان حال صرف شده اند حال به یکی از دوستان که به انگلیسی مسلط تر است بگویید همین نوشته را در یک مادریگر گذاشته ساده - آینه - گذشته کامل و... بنویسد و برایتان ضبط کند و دوباره آن را گوش کنید حال شما می توانید با یک نوشته (صدا) چندین حالت گرامری را یاد بگیرید فقط با شنیدن این نوشته در قواعد گرامری را یاد بگیرید فقط با شنیدن این نوشته در



فرنگی ها را اضافه کنید و تفت بدهید تا کمی تیره شوند. نخود و یک فنجان آب به آن اضافه کنید و هم بزنید. زیره بوداده، آمچور، پاپریکا، گرام ماسالا، نمک، آبلیمو را اضافه کنید. به مدت ۱۰ دقیقه آن را بپزید. در قابلمه را بردارید و چیلی خرد شده و زنجبیل را اضافه کنید. آن را هم بزنید و به مدت ۳۰ ثانیه بدون درب بپزید.

زیره بوداده
پودر آمچور
پودر پاپریکا
گرام ماسالا
نمک
آبلیمو ترش
فلفل تند خرد شده
زنجبیل تازه رنده شده
۲ قاشق چایخوری
۱ قاشق غذاخوری
۲ قاشق چایخوری
۱ قاشق غذاخوری
نصف قاشق چایخوری
۱ قاشق چایخوری
۱ قاشق غذاخوری
۱ فنجان
۲ فنجان

چانا ماسالا غذای تند هندی - پاکستانی

مواد لازم:
روغن نباتی
پیاز متوسط خرد شده
سیر خرد شده
گشنیز آسیاب شده
زیره آسیاب شده
فلفل دلمه ای آسیاب شده
پودر زردچوبه
گوجه فرنگی خرد شده
آب
نخود پخته شده

عکس روز



عمارت فکری یادگار عروس بنادر ایرانی در هرمزگان

هیأت دوچرخه سواری کیش به مناسبت گرامیداشت هفته کیش با همکاری مرکز ورزش و تفریحات سالم کیش برگزار می کند.

همایش دوچرخه سواری کودکان دختره پسر زیر ۱۰ سال



سه شنبه ۲۴ آبان، ساعت ۱۵:۰۰

مجموعه پنگوئن کیش

۰۹۳۴ ۷۶۹ ۰۷۴۱

سبک زندگی

۳۰ روش مهم برای ایجاد علاقه میان همسران

خود را به ویژه در رابطه بین خودتان و همسر تان ایجاد و زیاد کنید. بدون تعصب، اشکالات و ضعف های خودتان را مشاهده و حل کنید؛ یعنی به جای توجه به نیمه خالی، نیمه پر لیوان را ببینید. توان انتظارات مهم است. انتظارات غلط از سوی طرف مقابل، عشق را کاهش می دهد. در مواردی که غم و اندوه و افسردگی یا خشم تان شدید و غیر عادی است حتما به متخصص مراجعه کنید. فکر کردن به یک زندگی شاد و موفق، مسئولیت پذیری، از بین بردن موانع و نگاه کردن به عوامل ایجاد روابط همه چیز را می توان برای عشق استفاده کرد؛ از کلمات، کار، بخت و یوز، شست و شو، تماشای تلویزیون و بازی با همچه.

خود را به ویژه در رابطه بین خودتان و همسر تان ایجاد و زیاد کنید. بدون تعصب، اشکالات و ضعف های خودتان را مشاهده و حل کنید؛ یعنی به جای توجه به نیمه خالی، نیمه پر لیوان را ببینید. توان انتظارات مهم است. انتظارات غلط از سوی طرف مقابل، عشق را کاهش می دهد. در مواردی که غم و اندوه و افسردگی یا خشم تان شدید و غیر عادی است حتما به متخصص مراجعه کنید. فکر کردن به یک زندگی شاد و موفق، مسئولیت پذیری، از بین بردن موانع و نگاه کردن به عوامل ایجاد روابط همه چیز را می توان برای عشق استفاده کرد؛ از کلمات، کار، بخت و یوز، شست و شو، تماشای تلویزیون و بازی با همچه.

پدیدار شدن مهر و محبت افزون تر، معلول یک سری عوامل است که بعضی از آن ها در دست زن و برخی در اختیار مرد است. اسلام به منظور ایجاد علاقه و محبت بیشتر میان دو همسر، به همتایی و کفو بودن آنها سفارش کرده است. در واقع می توان گفت: مرد و زن اگر از نظر شرایط اعتقادی و اقتصادی، نزدیک به هم باشند و بر اساس صداقت و حسن اعتماد به همدیگر، زندگی خود را آغاز کنند و در طول زندگی روزمره به آن توجه کافی داشته باشند و آن را رعایت نمایند خداوند علاقه، محبت و الفت را بین این دو همسر قرار خواهد داد. پس از انعقاد پیمان ازدواج نیز برای استحکام خانواده و استمرار آن الفت و علاقه، باید هر یک از مرد و زن به روابط میان خود توجه کافی مبذول کنند.

چند راه افزایش صمیمیت در میان زوجین وجود دارد که در ادامه به آن ها می پردازیم. دانش و مهارت خود را با مطالعه کتاب هایی در مورد انتخاب همسر، نحوه ارتباط با دیگران و شرکت در جلسات مشاوره و آموزش خانواده افزایش دهید. هرگز همسر خود را با زن یا مرد دیگر مقایسه نکنید. از رفتارهای مطلوب همسر تان تشکر کرده و او را تشویق کنید. از تصمیمات نادرست، نامناسب و منفی و شکل گیری افکار منفی اجتناب کنید. سعی کنید در طول زندگی خود، نقاط مثبت و قوی

نرخ ارز (ریال) - روز گذشته

دلار	۳۳۳,۰۵۰
یورو	۳۳۰,۵۲۰
درهم	۹۲,۱۷۰
سکه امامی	۱۵۶,۵۲۰,۰۰۰
سکه بهار آزادی	۱۴۸,۰۹۰,۰۰۰
طلا (هر گرم)	۱۳,۸۵۴,۰۰۰
نیم سکه	۸۴,۵۰۰,۰۰۰
ربع سکه	۵۴,۵۰۰,۰۰۰

فریودن مشیری
بگذار سر به سینه من تا که بشنوی
آهنگ اشتیاق دلی دردمند را
شاید که بیش از این نپسندی به کار عشق
آز او این را می رسد سر در کمند را
بگذار سر به سینه من تا بگویمت
اندوه چیست، عشق کدامست، غم کجاست
بگذار تا بگویمت این مرغ خسته جان
عمر یست در هوای تو از آشیان جداست
دلنگم، آنجان که اگر بینم به کام
خواهم که جاودانه بنالم به دامت
شاید که جاودانه بمانی کنار من
ای نازنین که هیچ وفانیت با من
تو آسمان آبی آرام و روشنی
من چون کبوتری که برم در هوای تو
یک شب و ب های تو را دانه چین کنم
با اشک شرم خویش بریزم به پای تو
بگذار تا بوسمت ای نوشخند صبح
بگذار تا بوسمت ای چشمه شراب
بیمار خنده های تو ام، بیشتر بخند
خورشید آرزوی منی، گرم تر بناب



۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه با شما هستیم

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹

اقتصاد کیش

روزنامه