

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۰۴ - طلوع آفتاب: ۶:۲۴ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۰۴ - غروب آفتاب: ۱۷:۰۱ - اذان مغرب: ۱۹:۱۷

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۰	▲ ۳۳	▲ ۲۹	▲ ۳۲	▲ ۳۴	▲ ۳۲	▲ ۳۳	▲ ۳۲
▼ ۲۳	▼ ۱۸	▼ ۲۲	▼ ۱۹	▼ ۱۵	▼ ۱۳	▼ ۱۹	▼ ۱۹

کودک و نوجوان

چگونه قناعت را به فرزند خود بیاموزید



آموزش صرفه جویی به کودکان

قناعت به معنی راضی بودن و اکتفا کردن به آنچه که در اختیار دارد و بی نیازی نسبت به آنچه در توان آنها نیست و فعلا امکان دسترسی به آن را ندارند. قناعت به معنی رضایت دادن به محدودیت ها و مقدرات هستی و عمل کردن بر وفق این محدودیت ها و کنار آمدن با آن ها می باشد.

در خانه الگوی مناسبی برای کودک باشید

از سن کودکی باید به فرزند خود قناعت و صرفه جویی و مدیریت مالی را آموزش دهید. اما ممکن است از خود سوال کنید که چگونه می توان این مفهوم را به آنها آموزش داد؟ برای این کار نیازی نیست که برخی از رفتارها را به او دیکته کنید و طوری رفتار کنید که او علاوه ای از خود نشان ندهد. تنها کافی است که برای او یک الگوی خوبی باشید و خودتان به طور عملی از قناعت در زندگی خود استفاده کنید.

برای مثال هر بار که لباس تان پاره می شود و امکان تعمیر و استفاده دوباره دارد اقدام به خرید لباس جدید نکنید و همان لباس را تعمیر کنید و به فرزند خود نیز آموزش دهید که این کار برای جلوگیری از اسراف خیلی مناسب است و نوعی صرفه جویی است.

هنگام غذا خوردن نیز از کشیدن غذای بیش از حد روی بشقاب خودداری کنید و به اندازه نیاز برای خود و کودک تان غذا بکشید و به او نشان دهید که اسراف کار درستی نیست. اگر به خرید می روید از خریدهای اضافی و غیر ضروری خودداری کنید و طبق مد روز خرید نکنید. تفرزند شما باید این رفتار یاد بگیرد که قناعت پیشه کند و طمع نداشته باشد.

سبک زندگی

راهکارهایی برای استفاده از رنگ در آپارتمان کوچک

اگر رنگی را دوست دارید و احساسی را که می خواهید به فضا منتقل می کند، آن را دنبال کنید تا متوجه لذتی که به ار مغزتان می آورد بشوید. اما برای این تکنیکها را در نظر بگیرید تا از نتیجه مطمئن باشید.

رنگ دیوارها، رنگ پردهها و مبلمان رنگ و وسایل کوچک همه در حس خوبی که شما از فضای خانه خود می گیرید تاثیر دارند و در مقابل انتخاب اشتباه آنها فضای خانه را ناخوشایند و حتی کوچکتر خواهد کرد. برای فضاهای بزرگ دوستان باز است و می توانید سریع رنگهایی متنوع بپوشانید، اما برای فضاهای کوچکتر باید دقیق تر عمل کنید.

رنگهای ملایم در کنار هم ترکیبی آرامش بخش و البته زیبا ایجاد می کنند. رنگ صورتی روشن، طیف رنگی گرم تا قهوه ای و طیف ملایمی از رنگهای نارنجی در کنار یکدیگر به روشنی فضا و زیبایی بصری آن کمک می کند. رنگهای خنثی مثل سفید، بژ، خاکستری، عاجی و خاکی، در کنار هم هماهنگ به نظر می رسند و فضا را بزرگتر نشان می دهند.

اگر آنها را با رنگهای مختلفی مثل سبز یا زرد ترکیب کنید، روشنی بیشتری به فضا می دهند. انتخاب رنگهای طیف صورتی، بنفش و آبی فضا را ملایم و آرامبخش می کنند. برخی کارشناسان طراحی داخلی توصیه می کنند جسور باشید، روشن باشید، گاهی استفاده از رنگهای تندتر بیشتر شبیه چیزی است که همیشه آرزوی شما را داشته اند.

اگر از دیدن رنگهای گرم و بزرگتر شده، این فکر غلط که جسور بودن در طراحی داخلی، قیمت خانه را کاهش می دهد یا تغییر آن سخت است، را کنار بگذارید؛ شما بیشتر وقت خود را در خانه می گذرانید، پس چرا

اجازه نمی دهید که باعث شادی شما شود؟ به حال و هوای دلخواهتان فکر کنید. وقتی به دکوراسیون یک اتاق فکر می کنید، با در نظر گرفتن حس و حالشان شروع کنید. آیا می خواهید فضایی آرامش بخش برای استراحت داشته باشید؟ یا به دنبال طراحی فضایی برای پذیرایی از مهمانان هستید؟ میکیلا شارب، طراح داخلی، می گوید: «من همیشه با این شروع می کنم که این فضا چه احساسی را فرار است منتقل کند و می خواهم چگونه به نظر برسد.»

اگر می خواهید فضایی آرام بخش ایجاد کنید، باید از رنگهای روشن تر استفاده کنید، اما این بدان معنا نیست که سفید تنها گزینه است. سایه های گرم رنگ گزینه خوبی هستند که در با رنگهای پررنگ مبلمان یا پرده ها ترکیب می شوند. برای ایجاد حس آرامش، سایه های تیره تر و متعادل شده با مبلمان روشن را نیز در نظر بگیرید.

رنگ می تواند بر احساس ما تأثیر بگذارد و جالب اینکه هیچ رنگی دقیقاً یک تأثیر ثابت بر روی همه افراد ندارد.

شارپ، یکی از کارشناسان مشهور برنامه تغییر دکور تلویزیون انگلستان، می گوید: «اگر در مورد رنگهایی که دوست دارید مطمئن نیستید، با نگاه کردن به چرخه رنگ و مطالعه اینکه هر رنگی چه احساس متفاوتی را برمی انگیزد، شروع کنید. برای مثال، رنگ سبز آرام بخش، تازه و طبیعی است، در حالی که رنگ قرمز قدرت، عشق و اشتیاق به همراه می آورد. البته این کار به جسارت بیشتری نیاز دارد.»

تکنیک بلو که کردن رنگ ها را امتحان کنید

ایده آسان تر این است که رنگهایی را در نظر بگیرید

کاریکاتور



شمس مغربی

از جنبش بحر قدم بر خاست موجی بی عدد و موج دریای ازل پر گشت صحرائی ابد اندر سرای لم یزل با شاهد عین ازل سر درم آرد دایره از پیش برخیزد عدد اندر جهان پر عدد واحد احد نبود ولی از حظه ملک صمد واحد بود عین احد اندر یکی صد بین نهان، درصد یکی را بین عیان از یکی گفتم بدان صد را ز یک یگرا ز صد لیکن جهان جسم و جان گرچه شد از دریا عیان بر روی بحر بیگرا باشد چو بر دریا زید من بر مثال ماهیم افتاده از دریا برون باشد که موجی در رسد باز م پدر بادر کشد و قست کان خورشید باد، آن ماه، آن ناهید ما از برج دل طالع شود از اندرون سر برزند آن آفتاب مشرقی پیدا شود در مغربی کز مغربی را آینه پنهان نباشد در نم

نرخ ارز (ریال) - روز گذشته

دلار	۳۵۹,۹۲۰
یورو	۳۷۴,۸۳۰
درهم	۹۸,۱۶۰
سکه امامی	۱۶۹,۷۸۰,۰۰۰
سکه بهار آزادی	۱۶۲,۵۷۰,۰۰۰
نیم سکه	۹۲,۸۰۰,۰۰۰
ربع سکه	۶۲,۸۰۰,۰۰۰
طلا (هر گرم)	۱۵,۳۵۵,۰۰۰



اصلاح و اپرو - وکس صورت
کوپ مو - برایشینگ - شینیون
فدسات ناخن (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 مزه و اپرو
پاکسازی پوست (معمولات کینو و مری کور فرانسه)

آدرس: بلوار ایران ، پنجاه دستگاه پلاک ۵۰۵
تلفن ۰۹۳۶۱۷۶۶۶۱۲

آموزش آشپزی

ته چین گرمسار

ته چین گرمسار، گرد لیمو، پودر گوجه فرنگی، پودر پیاز و فلفل سیاه درون یک کاسه مناسب ریخته و به خوبی ماساژ می دهیم روی کاسه را با سلفون می پوشانیم سپس اجازه می دهیم گوشت به مدت یک تا ۲ ساعت درون یخچال استراحت کند تا مزه هسا به خورد آن برونند. زمانی که بزیج به جوش آمد سبزی پلویی (تره، جعفری بشوید، گشنیز، کمی شنبلله) ریز خرد شده را در یک دقیقه آخر به قابلمه اضافه می کنیم و آبکش می کنیم. یک قابلمه مناسب انتخاب کرده و مقداری روغن گوشت را به همراه مقداری پودر زیره،

عکس روز



پایین پایتخت...

شرکت کهن چوب

www.kohanchoob.ir



Kohan Choob

تولید کننده انواع درب های چوبی برای کلیه پروژه ها مسکونی ، تجاری ، هتلی و اداری







کهن چوب سازان

KOHAN CHOBSAZANE KISH

جزیره کیش ، درخت سبز
صنعت ۰۲ پلاک ۴۳
تهران ، شهرک صنعتی چهار دانگه

☎ ۰۹۳۴ ۷۶۹۹۱۸۶
☎ ۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹
www.kohanchoob.ir

۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه باشم هستیم

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹