

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
 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: ۴۴۴۹۶۹۶ - ۴۴۴۹۶۹۹ (۰۷)
 فکس: ۴۴۴۹۶۹۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۰۲۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۶۵۸۶۸۰۱
 eghtesadekish@yahoo.com

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۱۳ - طلوع آفتاب: ۶:۳۴ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۹ - غروب آفتاب: ۱۷:۰۳ - اذان مغرب: ۱۷:۲۱

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۶ ▼ ۱۹	▲ ۲۷ ▼ ۱۴	▲ ۲۶ ▼ ۱۸	▲ ۲۷ ▼ ۱۵	▲ ۲۸ ▼ ۱۱	▲ ۲۶ ▼ ۸	▲ ۲۷ ▼ ۱۴	▲ ۲۷ ▼ ۱۴

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

چهارشنبه ۲۳ آذر ۱۴۰۱، جمادی الاول ۱۴۴۴، ۱۴ دسامبر ۲۰۲۲، شماره ۴۱۰۸ (۱۴۹۲ دوره جدید) قیمت ۶۰۰۰ تومان

سخن بزرگان

فقط زمانی کاری را به فردا موکول کن که
 برایت اهمیت نداشته باشد که بمیری و انجامش نداده باشی.

پابلو پیکاسو

آموزش آشپزی

آش میوه

مواد لازم:
 لوبیا قرمز یک پیمانه
 نخود یک پیمانه
 عدس ۲ پیمانه
 برنج نیم پیمانه
 کنجد پوست کنده یک پیمانه
 رشته آش ۳۵۰ گرم
 گوشت چرخ کرده ۵۰۰ گرم
 آلوئی خورشی ۲۰۰ گرم
 بره گه آلو زرد ۲۰۰ گرم
 قیسی زردآلو ۲۰۰ گرم



ورب گوچه را اضافه می کنیم و کمی
 تفت می دهیم. برنج را به همراه مقداری
 آب به پیاز داغ اضافه می کنیم. گوشت
 چرخ کرده که قبلاً به همراه پیاز و ادویه
 به صورت کوفته ریزه در آورده ایم داخل
 آش را اضافه می کنیم. حال حیویات
 آش را اضافه می کنیم. حال حیویات
 پخته شده را نیز اضافه می کنیم و آش را
 کرده ایم در قابلمه ای می گذاریم تا بپزد.
 پس از این که حیویات نیم پز شدند
 عدس و گندم را به آن اضافه می کنیم
 تا با حیویات بپزند. پیاز خرد شده را در
 قابلمه ای دیگر با روغن تفت می دهیم
 تا طلایی شود، سپس نمک، فلفل، ادویه



عکس روز

مریم سجادی

غروب کیش

قارچ آداک کیش

ADAK KISH MUSHROOMS

حمایت از تولید و اشتغال در کیش

کاهنده کلسترول
 مفید برای دیابت
 و پوکی استخوان

جزیره کیش، فاز ۶ صنعتی، قطعه ۴۵
 ۰۹۱۲۲۸۵۳۳۶۷ - ۰۹۱۲۶۱۰۵۵۲۸ - لواسانی - نصر تی

عرضه مستقیم به کیشوندان

سالن زیبایی مونس

Beauty Salon

اصلاح و ابرو
 وکس صورت
 کوپ مو - براشینگ - شینیون
 خدمات 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 مژه و ابرو
 پاکسازی پوست (ممصولات گینو و مری کور فرانسه)

آدرس: بلوار ایران، پنجاه دستگاه پلاک ۵۰۵
 تلفن ۰۹۳۶۱۷۶۶۶۱۲

مهارت اجتماعی تک فرزندانها کم تر می شود!



بشرع هر زندگی بحث فرزندآوری به عنوان ویژگی اولیه انسان مطرح می شود، اما در دنیای امروز برخی خانواده ها به رغم میل باطنی شان ناگزیرند به داشتن یک فرزند اکتفا کنند. بالا رفتن سن ازدواج، شرایط اقتصادی خانواده ها، هزینه بالای زندگی، شاغل بودن مادر، مهاجرت، کوچک شدن محیط خانواده و نداشتن حمایت های لازم از عواملی است که خانواده ها را کوچک کرده و بسیاری را مجبور به داشتن تک فرزندی می کند. این در حالی است که تک فرزندی هم به خانواده ها و هم به تک فرزندان آسیب می زند. شاید همین سده دهه قبل چیزی به نام تک فرزندی وجود نداشت. در هر خانه حداقل سه چهار بچه حضور داشت و همین باعث ایجاد نشاط و شادی در خانواده ها بود. اما امروزه سبک زندگی کاملاً تغییر کرده پدر تا ساعت های پایانی شب مشغول کار است و مادر هم یا شاغل است یا قسمتی از وقتش را در فضای مجازی سپری می کند. قدیم ترها خانواده ها از حمایت یکدیگر برخوردار بودند و پدر بزرگ و مادر بزرگ بخشی از وقت خود را به نواها اختصاص می دادند، خصوصیتی که در این روزها کم رنگ شده و به جای آن ماههای کودک ساعت های زیادی از وقت بچه ها را بر می کند.

تک فرزندی و همه معایب آن
 بسیاری از کارشناسان بر این باورند که تک فرزندی بچه ها را پر توقع، کمال گرا و غیر قابل انتظاف بار می آورد. این بچه ها فرصت کمتری برای همدلی و درک دیگران دارند. این در حالی است که تک فرزندان در خانواده های گسترده تعاملات بیشتری دارند و از حمایت و الگوی رفتاری بهتری برخوردار می شوند. تک فرزندان تنها الگوهای شان پدر و مادرشان و گاهی دوستان شان هستند.

محمد نبی صالحی، روان شناس و مشاوره خانواده به جام جم توضیح می دهد، انسان ذاتاً موجودی اجتماعی است و داشتن روابط اجتماعی جزء لاینفک زندگی افراد به شمار می رود. عکس این ماجرا هم صادق است و در واقع گرایش یکی از تنهایی یکی از ملاک های اختلالات روانی به شمار می رود. در خانواده های گسترده این ارتباطات اجتماعی بین بچه ها پر رنگ تر و پویایی ارتباطی و تعامل بین اعضای خانواده و فرزندان با یکدیگر بیشتر است.

به اعتقاد صالحی، یکی از کوچک ترین اجتماع های انسانی، خانواده است و شخصیت، اعتماد به نفس هر فردی در داخل خانواده شکل می گیرد. در خانواده تک فرزندان کودک همبازی ندارد و به دلیل نداشتن همبازی، احساس تنهایی می کند و گاهی نداشتن احساس حمایت و پشتیبانی در او باعث افسردگی می شود. هر چند این افراد در مهارت دوست یابی هیچ تفاوتی با سایر کودکان ندارند.

صالحی بر این باور است که در خانواده های تک فرزندان سبک زندگی روانشناسی، یکی از کوچک ترین اجتماع های انسانی، خانواده است و شخصیت، اعتماد به نفس هر فردی در داخل خانواده شکل می گیرد. در خانواده تک فرزندان کودک همبازی ندارد و به دلیل نداشتن همبازی، احساس تنهایی می کند و گاهی نداشتن احساس حمایت و پشتیبانی در او باعث افسردگی می شود. هر چند این افراد در مهارت دوست یابی هیچ تفاوتی با سایر کودکان ندارند.

سبک زندگی

راهنمایی برای کاهش حسادت به دیگران
 به خودتان یادآوری کنید، که هر شخصی در راه متفاوتی از زندگی قرار دارد همه ما برخی نقاط قوت و ضعف داریم، اما آنها ما را به عنوان یک فرد کامل تعریف نمی کنند. ارزش خودتان را بدون نیاز به احساس «برتری» به کسی ببینید.
 حقیقت این است که شما به شدت احساس قدرت می کنید، زیرا کسی کاری را انجام داده که شما نتوانسته اید که می تواند حسادت را به همراه داشته باشد، اما

نرخ ارز (تومان) - روز گذشته

دلار	۳۷,۳۸۸
یورو	۴۰,۰۸۸
درهم	۱۰,۳۵۶
سکه امامی	۱۸,۳۴۹,۰۰۰
سکه بهار آزادی	۱۸,۴۰۴,۰۰۰
نیم سکه	۱۱,۹۰۰,۰۰۰
ربع سکه	۸,۹۰۰,۰۰۰
طلا (هر گرم)	۱,۶۷۱,۲۰۰

پروین انحصامی

ای دل، بقا دوام و بقائی چنان نداشت ایام عمر، فرصت برق جهان نداشت روشن ضمیر آنکه ازین خون گونه گون قسمت همای وار به جز استخوان نداشت سر مست پر گشود و سبکسار بر پرید مرغی که آشیانه درین خاکدان نداشت هشیار آنکه اتده نیک و بدش نبود بیدار آنکه دیده بملک جهان نداشت کو عارفی کز آفت این چار دیو رست کو سالکی که زحمت این هفتخوان نداشت گنیم بی شمار و ندیدیم عاقبت یک نیکروز کاو گله از آسمان نداشت آنکس که بود کام طلب، کام دل نیافت وانکس که کام یافت، دل کامران نداشت کس در جهان مقیم به جز یک نفس نبود کس بهره از زمانه به جز یک زمان نداشت زین کو چگاه، دولت جاوید هر که خواست الحق خیر زندگی جاودان نداشت

کاریکاتور