

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۷ ▼ ۱۹	▲ ۲۸ ▼ ۱۷	▲ ۲۶ ▼ ۱۹	▲ ۲۹ ▼ ۱۷	▲ ۳۰ ▼ ۱۶	▲ ۳۲ ▼ ۱۳	▲ ۲۹ ▼ ۱۷	▲ ۳۱ ▼ ۱۸

پارک برفی پنگوئن

* پنگوئید
* پنگوئن درینک بار
* پنگوئید
* پنگوئن درینک بار

سانس روزانه یکسره از ساعت ۱۲ ظهر تا ۲۰ پذیرش میهمانان عزیز از ساعت ۱۲ تا ۱۸



جزیره کیش، میدان سنائی، بلوار موج، مجتمع تفریحی و گردشگری پنگوئن
penguinsnowpark.com
penguin.snowpark

۰۹۰۲۷۷۷۷۱۱۰
۰۹۰۲۷۷۷۷۱۴۴

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: ۴۴۴۴۹۹۹ - ۴۴۴۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۶۵۸۶۸۰۱
eghtesadekesh@yahoo.com

دوشنبه ۱۵ اسفند ۱۴۰۱، ۱۳ شعبان ۱۴۴۴، ۶ مارچ ۲۰۲۳، شماره ۴۱۷۰ (۱۵۵۴ دوره جدید) - ۱۲ صفحه قیمت ۶۰۰۰ تومان

سخن بزرگان

مشکل این جهان این است که ابلهان پر از اطمینان‌اند و عاقلان پر از تردید.
برتراند راسل

راهکار افزایش انگیزه دانش آموزان

به منظور افزایش حس کفایت در دانش آموز از او بخواهیم مطالب یاد گرفته شده را به دوستان یا کلاس آموزش دهد.

همام تجربی

دوست آن دارد و آن است که جان می بخشد
مهربانی به دل اهل دلان می بخشد
عقل و جان هر که کند پیشکش دلبر خویش
گوهر و لعل به دریا و به کان می بخشد
صفت روی دلارام کنم کاو دارد
آن ملاحظت که حلاوت به زبان می بخشد
آتش عشق توام داد حیاتی به از آنک
آب الوند به خاک همدان می بخشد
چشم و ابروی تو را گو که به نخجیر مرو
صید خود روح بدان تیر و کمان می بخشد

کاریکاتور



عکس روز



اشرف زابلی (کیشوند)

جزیره کیش

بعد از اینکه سر کودکم داد زدم چکار کنم؟

می‌شود. بنابراین تلاش کنید که با او ملایمت برخورد کنید و مهربانی کنید تا آرام گردد.
از تباطؤ تا بازسازی کنید
حال خیلی اهمیت دارد که بفهمید چه مشکلی پیش آمده که سبب شده است که سر او داد بزنید. حال باید رابطه را مجدداً بازسازی کنید. با او در مورد مشکلات صحبت کنید و اگر اشتباهی کرده، او را ببخشید.
فرزند را تشویق کنید صحبت کند
چنانچه فرزندتان از حرف زدن طفره می‌رود، بهتر است که او را ترغیب به این کار کنید که با شما حرف بزند. با انجام این کار او احساس بهتری به دست می‌آورد.
محبت خود را به او نشان دهید
حتماً برای بازسازی رابطه باید به او محبت کنید. محبت یک ابزار خیلی قوی است که از راه آن می‌توانید حس‌های منفی را در کودک خود برطرف کنید. تلاش کنید که به محبت کردن، حال خود و فرزندتان را بهتر کنید

کودک و نوجوان

شاید برای شما نیز اتفاق افتاده که بعضی وقت‌ها به علت کلافگی و عصبانیت بسیار، بدون این که خودتان بخواهید سر فرزندتان داد می‌زنید و سپس پشیمانی می‌شوید. حتماً بعضی وقت‌ها شما حق دارید ولی از آنجایی که می‌دانید داد زدن کار اشتباهی است و همیشه با خودتان درگیر هستید که حالا باید چه کار کنید، در اینجا به شما می‌گوییم که چنانچه سر فرزند خود داد بزنید، پس از آن باید چه رفتاری نشان دهید.
خودتان آرام داشته باشید
ابتدا تلاش کنید که خودتان را آرام کنید و وضعیت را بهتر کنید. به ذهن تان آرامش بدهید و تصمیم سریعی نگیرید و تلاش کنید که همیشه آرامش داشته باشید تا بتوانید بهتر تصمیم بگیرید.
فرزندتان را آرام کنید
پس از این که خودتان آرام شدید، فرزندتان را آرام کنید. نگذارید که نگرانی، اضطراب و یا حس خشم در فرزندتان وجود داشته باشد. چون وضعیت بدتر

آموزش آشپزی

آش جو

مواد اولیه:	فلفل سیاه:
جو:	۱ قاشق چایخوری
لوبیاچیتی:	۱ قاشق غذاخوری
برنج:	روغن مایع:
نخود:	به میزان لازم
سبزی آش پاک نکرده: ۵۰۰ گرم	طرز تهیه:
کشک:	برنج و جو را داخل قابلمه با آب بریزید.
پیاز بزرگ:	تا بپزد سپس نخود و لوبیایی را که از قبل پخته‌اید، به آن اضافه کنید. اجازه بدهید تا دوباره جوش بیاید. وقتی آش جوشید، سبزی را هم به آن اضافه کنید. پیاز داغ را آماده کنید؛ سپس برای آماده کردن نعنای داغ ۴ قاشق غذاخوری روغن مایع داخل تابه بریزید. روغن که گرم شد، نعنای را به آن اضافه کنید و از روی حرارت بردارید.
سبزی:	
نعناع خشک:	
۲ قاشق غذاخوری	
۱ قاشق چایخوری	



املاک نیک



۰۹۱۲۱۱۱۳۰۰۴

برای مشاوره خرید و فروش
با شماره های زیر تماس بگیرید

علی الهی: ۰۹۳۴۷۶۹۴۹۴۴
امین محمودی: ۰۹۳۴۷۶۹۱۴۴۲
محمد صالحی: ۰۹۳۴۷۶۸۳۰۳۲
حمیدرضا قربانی: ۰۹۳۴۷۶۸۹۲۹۲
شهاب رهنما: ۰۹۳۴۷۶۸۰۹۰۹

برنامه ریزی و پیگیری مستمر

رمز اول موفقیت