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 B۳ ، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۶۵۵۸۶۸۰۱
eghtesadekish@yahoo.com

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۴۹ ـ طلوع آفتاب: ۶:۰۴ ـ اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۳ ـ غروب آفتاب: ۱۸:۰۲ ـ اذان مغرب: ۱۸:۱۸

سه‌شنبه ۲۳ اسفند ۱۴۰۱، ۲۱ شعبان ۱۴۴۴ ، ۱۴ مارچ ۲۰۲۳، شماره ۴۱۷۵ (۱۵۵۹ دوره جدید) - ۱۲ صفحه

قیمت ۶۰۰۰ تومان

	کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندرچارک	پارسیان
▲	۲۸	۳۱	۲۸	۳۱	۳۲	۳۰	۳۰	۲۹
▼	۲۱	۲۰	۲۲	۱۹	۱۹	۱۵	۱۸	۱۸

سخن بزرگان

ما برای ادامه دادن هیچ‌کسی را نداریم جز خودمان، و این کافی است

چارلز بوکوفسکی

سبک زندگی

پیام‌گیرتان را در زندگی مشترک فعال کنید!

افراد مختلف به روش‌های گوناگون پیام خودشان را به دیگران منتقل می‌کنند؛ چون روش به‌کارگیری زبان در افراد مختلف متفاوت است. اما این فقط مربوط به ویژگی‌های شخصیتی نیست، محیط هم مؤثر است. چیزی که از آن به زمینه و بافت تعبیر می‌کنیم. زمینه و بافتی که فرهنگ در آن شکل می‌گیرد، زبان خاص خودش را می‌سازد.

یک پیام به بیان‌های مختلف

مثلاً در یک شهر ممکن است هر کس بزرگ‌تر و سال‌خورده‌ای را می‌بیند، سلام کند ولی در شهر دیگر، بچه‌ها را بیشتر تحویل بگیرند. در خانواده‌ای ممکن است وقتی کسی آب می‌خواهد، به صراحت بگوید: «می‌شه یه لیوان آب بهم بدی؟»، در خانواده دیگر ممکن است از اینکه زحمتی برای کسی درست کنند، فراری باشند و برای همین موقع درخواست آب بگویند: «چقدر تشنمه!» تا کسی پیام را بفهمد و برود یک لیوان آب برایش بیاورد. حتی ممکن است این پیام در لایه‌های زیرین بیشتری باشد و کدگشایی بیشتری بخواهد.

پیام‌گیرتان همیشه باید فعال باشد

زندگی مشترک پر از این پیام‌های در لفافه است. زن و شوهر هرکدام از خانواده‌های متفاوت با فرهنگ‌های مختلف هستند و جدای از آن هر کدام شخصیت و تجربه زیسته متفاوتی دارند. دل‌بستگی کودکی هر کدام احتمالاً متفاوت است.

برای همین یکی از آن‌ها ممکن است موقع دلخوری قهر کند و دیگری جروبحث؛ یکی به در می‌گوید تا دیوار بشنود و آن یکی صراحتاً حرف می‌زند. یکی ممکن است با یک رفتار کوچک مثلاً اینکه همسرش غذا را زودتر شروع کرده، احساس بی‌احترامی کند و چون نمی‌تواند نیاز و درخواست احترامش را مستقیماً بیان کند، به نحوه غذاخوردن یا لباس پوشیدن همسرش گیر بدهد.

یک نفر ممکن است نیاز جنسی خود را به‌راحتی بیان نکند؛ چون رسم نانوشته فرهنگ این‌طور به او منتقل شده است که بیان نیاز جنسی از اندازه او کم می‌کند و کوچک می‌شود. برای همین ممکن است به روش‌های غیرمستقیم نیاز خود را بیان کند یا برعکس، سرد و منجمد شود.

رابطه زوجی پر است از این ریزه‌کاری‌ها و پیام‌هایی که مستقیم بیان نمی‌شوند. حتی گاهی همسران به رفتار خود آگاه نیستند که برخوردشان حاکی از لجبازی یا ابراز نیاز به زبان دیگر است. در این مواقع شاید فهم آن برای طرف مقابل هم سخت باشد.

چه می‌شود کرد؟

مهم این است که هرکدام از همسران وقتی رفتار آشفته، قهرآلود، پرخاشگر، سرسنگین و... از همسرشان می‌بینند، با خود مرور کنند که آیا چه اتفاقی افتاده است؟ این رفتار از کجا آب می‌خورد و چگونه می‌توانند حل و فصلش کنند؟ شاید پای یک بی‌توجهی یا ارتباط آزاردهنده با خانواده‌ها در میان باشد و شاید کمی گفت‌وگوی مسالمت‌آمیز و عاطفی مشکل گشا باشد.

آموزش آشپزی

پلو کدو حلوایی

مواد لازم:

کدو حلوایی رسیده	نیم‌کیلو
برنج ایرانی	۴ پیمانه
سینه مرغ	۱ عدد
پیاز خرد شده	۱ عدد بزرگ
بادام خلال شده	یک دوم پیمانه
پسته خلال شده	یک دوم پیمانه
زعفران دم کشیده	یک قاشق غذاخوری
کره	۲۵۰ گرم
زرشک	یک دوم پیمانه
شکر	یک قاشق غذاخوری
ادویه معطر	به اندازه لازم
نمک	به اندازه دلخواه

طرز تهیه:

کدو را پوست بگیرید و به ابعاد کوچک برش بزنید و در تابه با کمی روغن تفت دهید تا سرخ شوند و کناری بگذارید. پیاز را خرد کرده در تابه سرخ کنید و سینه مرغ تکه شده را به روغن اضافه کرده تفت دهید تا نیم پز شود، ادویه‌ها را اضافه کرده مخلوط کنید و سپس زعفران دم کرده را اضافه کنید. کدو را به مرغ اضافه کنید و هم بزنید تا زعفرانی شود.

بادام و پسته را که از قبل در کمی گلاب خیسانده‌اید با کره تفت دهید، زرشک خیس کرده را هم اضافه کنید و تفت دهید. برنج را که از قبل با آب و نمک خیسانده‌اید

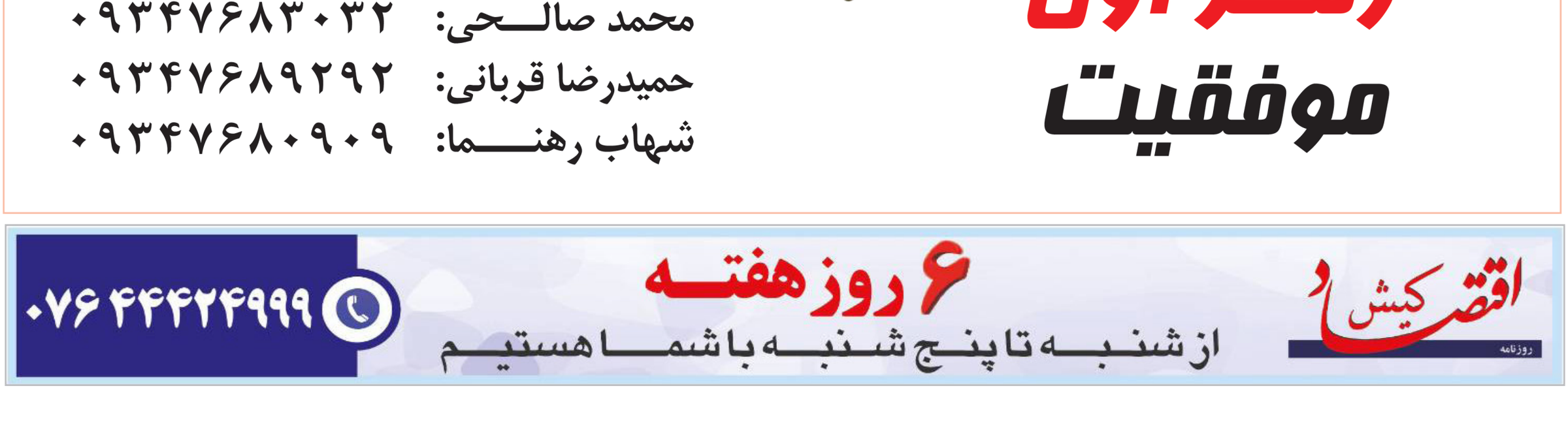
را بپزید و آبکش کنید و لا به لا با مخلوط مرغ و کدو حلوایی در قابلمه بریزید و کمی زعفران دم کشیده رویش بدهید و روی حرارت ملایم بگذارید یک ساعت دم بکشد.

کاریکاتور

خاقانی

ای پار دوست بوده و امسال آشنا
وی از سزا بریده و بگزیده ناسزا
ای سفته درّ وصل تو الماس ناکسان
تا کی کنی قبول، خسان را چو کهربا
چند آوری چو شمس فلک هر شبانگهی
سر بر زمین خدمت یاران بیوفا
آن را که خصم ماست شدی یار و همنفس
با آنکه کم ز ماست شدی یار و آشنا
الحق سزا گزیدی و حقا که در خور است
پیش مسیح مائده و پیش خر گیا
بودیم گوهری به تو افتاده رایگان
نشناختی تو قیمت ما از سر جفا
بی‌دیده کی شناسد خورشید را هنر
یا کوزه گر چه داند یاقوت را بها
ما را قضای بد به هوای تو درفکند
آری که هم قضای بلا باد بر قضا
ای کاش آتشی ز کنار اندر آمدی
نه حسن تو گذاشتی و نه هوای ما
حکم قضای بود و گرنه چنین بدی
خاقانی از کجا و هوای تو از کجا

راهکار افزایش انگیزه دانش آموزان

با محول کردن مسئولیت به دانش‌آموزان کم توجه، آنان را به رفتارهای مثبت هدایت و علل کم‌توجهی در آنها را بررسی کنید.

عکس روز