

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۰۵:۱۰ - طلوع آفتاب: ۰۵:۲۹ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۴ - غروب آفتاب: ۱۸:۱۹ - اذان مغرب: ۱۸:۳۵

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۴ ▼ ۲۴	▲ ۳۴ ▼ ۲۱	▲ ۳۱ ▼ ۲۳	▲ ۳۷ ▼ ۲۳	▲ ۳۷ ▼ ۲۳	▲ ۴۰ ▼ ۱۹	▲ ۳۶ ▼ ۲۳	▲ ۳۷ ▼ ۱۹

سبک زندگی

بیشترین علل دعوای زن و شوهر

بحث کردن بخشی طبیعی در هر رابطه ای، چه در خانواده، دوستان و یساحتی در بین همکاران خود است. زمانی که زوج ها در یک رابطه با هم بحث می کنند، می توانند به تقویت پیوند شان کمک کنند و تجربه شان را مثبت تر سازد.

مواردی وجود دارد که زوجین بیشتر درباره آنها بیشتر بحث می کنند و همچنین می خواهیم بیاموزیم که چگونه با آن کنار بیاییم:

"الین دی بولتون" می گوید: "من مشتاقانه بر این اعتقاد هستم، که نه تنها آنچه شما می گوید عملی می شود، بلکه چگونگی گفتار شما نیز مهم است، پس موفقیت در بحث های شما به شیوه گفتار تان ربط دارد."

بچه ها:

هنگامی که به والدین تبدیل می شوید، به احتمال زیاد، در مورد مراقبت از فرزندانتان بحث می کنید و این کاملاً طبیعی است زیرا شما در خانواده های مختلف رشد کرده اید و با توجه به تفاوت های مختلف، شما ذاتاً در برخی چیزها مخالف هستید و

پول:

پول؟ یک بخش تاسف آور زندگی است و به نظر می رسد که در زمانی که همه چیز هر روز گران تر می شود، زندگی می کنید، و هیچ راهی برای جلوگیری از این نوع بحث ها وجود ندارد. اختلافات مالی در زوج های جوان تر بیشتر از زوج های بزرگتر

این هرگز تغییر نخواهد کرد.

بسیار این حال، راه هایی برای کار روی آن بدون اینکه به رابطه خود آسیب برسانید، وجود دارد و می توانید با داشتن مسئولیت جدید و اضافه شده با ورود فردی جدید به دنبال تغییر کلی در کل رابطه پویای خود باشید.

مهمترین چیزها این است که، اجازه ندهید خشم شما در مقابل فرزندتان باشد و تمرین کنید تا به شریک زندگی خود توهین نکنید. مسائل را به صورت متفاوتی ببینید تا بتوانید بدانید که دیگران از چه و کجا آمده اند و سعی کنید جهان را از طریق چشم آنها ببینید.



این غذا همراه با کته میل شود.

خشک استفاده می کنید حتماً باقلا را از شب قبل خیس کنید تا پوست آن راحت جدا شود. سپس پوست باقالی ها را بگیرید. روغن یا کره را در تابه ای داغ کنید و در روغن یا کره تفت بدهید.

بعد از کمی تفت دادن باقلا، شوید و کمی زردچوبه و نمک را هم به آن اضافه کنید و هم بزیند تا خوب تفت بخورند.

سپس آب روی آنها بریزید (آب آن باید اندازه ی ۲ بند انگشت روی باقالی ها را بپوشاند) تا باقالا هانیم پز شوند و زمانی که آب داخل باقلا به جوش آمد تخم مرغ ها را به آنها اضافه کنید. در ظرف را بگذارید تا تخم مرغ ها کاملاً پخته شوند و نباید در غذا هم زده شوند. بهتر است

مواد لازم :

پاچ باقالی کشاورزی یا باقالی سبز ۴۰۰ گرم
تخم مرغ ۳ عدد
شوید خشک ۱ پیمانه
کره یا روغن حیوانی ۴ قاشق غذاخوری
سیر کوبیده شده ۲-۳ حبه
آب ۴ لیوان
نمک، فلفل و زردچوبه به مقدار لازم
طرز تهیه:

برای طرز تهیه باقلا قاتوق، اگر باقلا یا لوبیا کشاورزی

سخن بزرگان

ما آنقدر عمر نخواهیم کرد تا همه ی اشتباهات را خودمان تجربه کنیم؛
زیرا بعضی از اشتباهات برای همیشه عمر ما را تباه می سازد!

محمود نامنی، نویسنده

قاسم انوار

وقت آن شد که می ناب دهی مستان را
خاصه من بیدل شوریده سرگردان را
قدحی چند روان کن، که جگرها تشنه است
تاز خود دور کنم این سر و این سامان را
شیشه خالی و حریفان همه مخمورانند
مگر از ساقی جان واطلمم تاوان را
در میخانه ببستند، بده جامی چند
تا به هم درشکنم این در و این دربان را
«کل یوم هو فی شان» صفت سلطانیست
گر شوی واقف اسرار بدانی شان را
جان من کشته آن غمزه مستانه تست
چه محل باشد در حضرت جان جانان را
قاسمی، زاهد ما در دو گناه افتادست
می نوشید و بسی طعنه زند مستان را

جملات ناب از کتاب های ناب

معجزه های خواربار فروشی نامیا
کیگوهیگاشینو

کوزوکه واکو از ایستگاه خارج شد و از خیابانی که پر از مغازه بود پایین رفت. در سینه اش احساس بی قراری بیشتر و بیشتری می شد او درست حدس زده بود. همان طور که واهمه داشت، دوران سخت به سراغ این شهر نیز آمده بود. زمانی مردم به این جا هجوم آورده بودند تا ساکن شوند و ایستگاه قطار و مغازه های اطرافش را به قطب تجاری تبدیل کردند، اما این قضیه مربوط به دهه ۱۹۷۰ بود. حالا چهل سال گذشته بود. زمانه عوض شده بود. در حومه شهر، همه جا مغازه های تعطیل به چشم می خورد و این شهر قدیمی نیز از این قاعده مستثنی نبود. کوزوکه همان طور که راه می رفت، دنبال ردی آشنای گذشته اش بود.



کاریکاتور



عکس روز

* عکس های خود از جزیره کیش و هرمزگان یا عکس همراه با روزنامه را جهت چاپ به شماره ۰۹۳۴۷۶۸۵۸۴۱ ارسال فرمایید *

مارال امیری مهربانی - کیشوند

شرکت صنایع چوبی

حلاج

با ۲۵ سال سابقه فعالیت در کیش

کلیه سفارشات MDF، چوبی
دکوراسیون غرفه و منزل

۰۹۳۴۷۶۹۸۲۵۲

جزیره کیش، شهرک صنعتی درخت سبز، صنعت ششم، پلاک R۱

با تخفیف ویژه

دستگاه کرایولیپولیز
کویتیشن RF
لاغری در
کوتاه ترین زمان

مشاوره
۰۹۱۲۰۲۱۷۷۸۷
نوبت دهی
۰۹۳۴۷۶۸۵۸۹۹

Ariasalamat.kish

- اه اسکالپ
- کویتیشن آر اف
- لیپوپرو
- اتاق ورزش

فیابان کاشانی، نرسیده به میدان سنایی، جنب برج مونا
سافتمان تندیس، درمانگاه آریا سلامت