

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: ۴۴۴۲۴۶۶۶ - ۴۴۴۲۴۶۶۶ (۰۷۸)
فکس: ۴۴۴۲۴۶۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای
خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۶۰۶-۷۹۱۷
eghtesadekish@yahoo.com

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۳۳ - طلوع آفتاب: ۵:۴۹ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۴۲ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۶ - اذان مغرب: ۱۷:۵۲

نمایندگان روزنامه اقتصاد کیش در شهرهای استان هرمزگان		
بندرعباس:	حسین فریدونی	۰۹۱۷۷۶۱۹۴۱۷
جزیره قشم:	مجید ترخان	۰۹۳۶۹۹۰۵۰۶۱۵
بندر لنگه:	محمد حمیرانی	۴۴۴۰۲۸۳
بندر چارک:	مجید قایدی پور	۰۹۱۷۷۶۲۷۰۳۹
بستک:	جاسم عبادی	۰۹۱۷۳۶۲۷۱۴۷
پارسیان:	علی غنی پور	۰۹۱۷۷۶۴۱۲۰۵
بندر خمیر:	محمد خوش گر	۰۹۱۷۶۸۷۰۹۸۴

دوشنبه ۱۴ مهر ۱۳۹۹، ۱۷ صفر ۱۴۴۲، ۵ اکتبر ۲۰۲۰، شماره ۳۵۸۶ (۹۷۰ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۴۰۰۰ تومان

نکته
زندگی مجموعه‌ای است از تغییرات خودانگیخته و طبیعی. در مقابل این تغییرات نایستید که چیزی به جز اندوه برای تان به بار نخواهد آمد. بگذارید واقعیت، واقعیت بماند، بگذارید هر چیزی در مسیر جریان سیال و طبیعی خود پیش برود.
لایو تیزو

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	سیریک	جاسک
▲ ۳۶ ▼ ۲۷	▲ ۳۹ ▼ ۲۷	▲ ۳۶ ▼ ۲۷	▲ ۳۵ ▼ ۲۶	▲ ۴۳ ▼ ۲۱	▲ ۳۶ ▼ ۲۰	▲ ۳۹ ▼ ۲۳	▲ ۳۳ ▼ ۲۷

سبک زندگی

۸ راه ساده برای گسترش خوش بینی و مثبت اندیشی

خوش بینی مثبت اندیشی را نیز به دنبال خواهد داشت، زمانی که برای رسیدن به دید مثبت تلاش کنید. با ایجاد تغییراتی هرچند ساده و کوچک دگرگون شدن را در خود احساس خواهید کرد.
خوش بینی مثبت اندیشی می تواند یک وضعیت منفی و ناگوار که به نظر می رسد را به یک وضعیت مثبت و دلپذیر تبدیل نماید و حتی می توان در آخر تجربه های مهمی را کسب کرد.
خوش بینی می تواند افکار بدبینی را از ذهن شخص تخلیه نماید و با وضعیتی که به شما انرژی مثبت تر و شور و شوق دوباره میدهد جایگزین کند. همچنین می تواند به شما در پرش از موانع سخت زندگی تان کمک کند.
بنابراین می شود گفت که خوش بینی نه تنها در زندگی شما بلکه در تمام انسان هایی که در کره ی زمین هستند تاثیر گذار است و زندگی را از بدترین شرایط به بهترین شرایط تبدیل کند.
۱. افرادی که خوش بین هستند مشورت کنید
سعی کنید با افرادی که خوش بین هستند مشورت کنید یا به عبارتی به نصیحت های آنها در مورد چگونگی خوش بین شدن، گوش بدهید و به خاطر بسپارید.
و اگر شما خود یکی از افراد خوش بین هستید آن را با دوستان و افرادی که خواستار آن هستند با اشتراک بگذارید؛ اغلب اوقات تا این قسمت ممکن است که کافی باشد و شخص با دیدن یک تپه از آن کوهی بزرگ نماند.
۲. به آهنگ های مثبت و انرژی بخش گوش دهید
گوش دادن به موسیقی نشاط بخش یک راه عالی برای تقویت روحیه خودتان می باشد و به عبارتی دیدگاه

جدیدی برای خودتان ایجاد میکنند. شما می توانید همین کار را مثل افرادی که مشابه شما عمل میکنند انجام دهید. میتوانی زمانی که در حال میاده روی هستید به آهنگ گوش دهید.
۳. خندیدن
خنده میتواند موجب ایجاد فضای آرام بین شما و کسانی که کنار شما هستند شود و انرژی مثبت را در شما و اطرافیان گسترش میدهد. اگر احساس کردید که کمی منفی بین شده اید و نمی توانید آنرا کنترل کنید، توصیه می شود فوراً ۳۰ ثانیه آلی یک دقیقه با گوش دادن به یک چیز خنده دار، خودتان را سرگرم کنید تا آن فکراهی منفی از ذهن شما کاملاً خارج شوند و با خیال آسوده به کارهایتان بپردازید. حتماً توصیه می شود که امتحان کنید تا احساس تان را دگرگون کنید.
۴. روزانه یک یادداشت از خود بنویسید و نگه دارید.
۶۰ ثانیه از روز خود را به نوشتن یک یادداشت صرف کنید و در آخر آن یک تعریف از خود بنویسید یا از برخی از کلمات دلگرم کننده استفاده کنید.
۵. به افرادی که پر مشغله هستند کمک کنید
همانگونه که میدانید توسط کار و مدرسه رفتن در افراد مشغله های گوناگونی ایجاد می شود که مطمئناً شما را از اهداف خوش بینانه بودن و راه و روش سازنده جدا سازد پس مطابق حرف های گفته شده در قبال اطرافیانان می توانید مسولیت بپذیرید و به آنها کمک کنید. کمک شما می تواند مثل دعوت کردن آنها به پیک نیک کوتاه مدت و یا کتان ساحل رفتن و یا حتی کنار یکدیگر زیر آسمان دراز بکشید و به حرکت ابرها وقت کنید و باهم خوش بگذرانید تا بتوانید مشغله ها را از فکر طرف

آموزش آشپزی "کیک هل و گلاب"

کشمش: در صورت تمایل مقداری بودر پسته برای تزئین طرز تهیه:

ابتدا فر را روی حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد روشن کنید تا گرم شود. آرد را با بکینگ پودر مخلوط کنید و چند بار الک کنید تا آرد سبک شود.
سبب داخل ظرفی تخم مرغ ها را بشکند و به آن وانیل، هل و زعفران اضافه کنید و به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه با دور تند همزن، هم بزنید تا حجم تخم مرغ ها چند برابر شود.
بعد از حل شدن شکر در تخم مرغ، روغن، گلاب و زعفران ساینده: ۴/۱ قاشق چایخوری
هل ساینده: ۷/۱ دانه
گلاب: ۱۰/۱ فنجان
روغن مایع: ۵/۱ فنجان
آب نصف فنجان

مواد لازم:
آرد: ۵/۲ لیوان آرد
شکر: ۵/۱ لیوان شکر
تخم مرغ: ۸ عدد تخم مرغ
بکینگ پودر: ۲/۱ قاشق غذاخوری
وانیل: ۴/۱ قاشق چایخوری
زعفران ساینده: ۴/۱ قاشق چایخوری
هل ساینده: ۷/۱ دانه
گلاب: ۱۰/۱ فنجان
روغن مایع: ۵/۱ فنجان
آب نصف فنجان



صنایع چوبی حلای کیش



کلید سفارشات
MDF چوبی
دکوراسیون غرفه و منزل
آدرس: جزیره کیش - شهرک صنعتی
درفت سبز - صنعت ششم - پلاک R61
تلفن: ۷۷۹۸۲۵۲

کودک و نوجوان

۸ رفتار تاثیر گذار والدین که در ذهن بچه ها می ماند

وقتی خودتان را برای او قربانی کردید
همسر و فرزندان شما بیشترین ارزش را در زندگی تان دارند، بنابراین شما حاضرید زندگی خودتان را برای آنها قربانی کنید. شاید فکر کنید که کسی قدر فداکاری های شما را نمی داند یا حتی آنها را به یاد نمی آورد اما اشتباه می کنید زیرا این اعمال تاثیر زیادی روی فرزندان تان خواهد گذاشت.
آنها برای شما می که آرزوهای تان را تنها به نفع آنها کنار گذاشته اید، ارزش و احترام زیادی قائل اند. آنها به یاد خواهند داشت که چگونه برای رفاه آنها تلاش کرده اید.
در واقع، آنها از شما یاد می گیرند و محبت هایتان را در زندگی مستقل خود الگو قرار خواهند داد.
وقتی از او محافظت می کنید
وقتی کودک تان کابوس می بیند و از بی خوابی و ترس، به آغوش شما پناه می آورد، وقتی که ناراحت است و به او می گوید که هیچ مشکلی به وجود نخواهد آمد و همه چیز درست خواهد شد، یا زمانی که او را محکم در آغوش می گیرید و برای درمان بیماری اش به این در و آن در می زدید... تمام این لحظات را در خاطر او ثبت خواهید کرد.
مطمئناً او تا ابد فراموش نخواهد کرد که تحت هر شرایطی خودتان را برای او قربانی کردید و دردهایش را به جان خریدید.
وقتی او را نصیحت می کنید
زندگی بالا و پایین های بسیاری دارد و هر انسانی، حتی کودک شما، آن را تجربه خواهد کرد. اما از آنجا که تجربه های شما پیش از فرزندان است، او شما را الگوی خود قرار می دهد و برای گرفتن نصیحت و پیشنهاد به شما رجوع می کند.
اگر چه شما پاسخ تمام سوالات او را نمی دانید اما همین که از او حمایت می کنید، برایش امنیت و آرامش است.

سنت های قدیمی
این قوانین و سنت های خانوادگی است که شخصیت ما را شکل می دهند.
آنها نسل به نسل منتقل می شوند و تاثیرات خود را روی هر فرد می گذارند. اگر شما به یک سنت اهمیت دهید، مطمئناً فرزندان تان نیز به آن اهمیت خواهند داد و همان طور که شما آنها را یاد فرزندان تان دادید، آنها نیز تمامی شان را به نسل بعد منتقل خواهند کرد.
بنابراین قوانینی که در خانواده شما حاکم است، آنقدر اهمیت دارد که مسیر زندگی فرزندان را مشخص می کند.
وقتی که در حال دعا کردن هستید
هر چیزی که بدان باور داشته باشید، هر زمانی که اعتقادتان را در مقابل فرزندان تان بیان کرده اید یا حتی وقتی که با خدایان در حال راز و نیاز هستید، اما

فال حافظ
اگر چه عرض هنر پیش یار بی ادبیست
زبان خموش و لیکن دهان پر از عربیست
زبان نهفته رخ و دیو در کمرش هم حسن
بسوخت دیده ز حیرت که این چه بود المعجیبت
در این چمن گل بی خار کس نچید آری
چراغ مصطفوی با شرار بولهبیست
سبب میرس که چرخ از چه سفله پرور شد
به کام بخشی او را بهانه بی سببیت
که نیم جو نخرم طاق خانقاه و ربط
مرا که مصطبه ایوان و پای خم طنیبست
جمال دختر رز نور چشم ماست مگر
که در نقاب زجاجی و پرده عنیبست
هزار عقل و ادب داشتیم من ای خواجه
کنون که مست خرابم صلاح بی ادبیست
بیمار می که چو حافظ هزارم استظار
به گریه سحری و نیاز زدم شبیبست

کاریکاتور
تفاوت طوطی و انسان: برای همه چیز خود را میفروشد !!!
مویز: به منمترس انسان میوای کلمه !!!

پرندگان جزیره

بلیل خرماي دمگاه سرخ: در شانزدهم اسفند ماه سال ۱۳۸۵ (۱۳۸۶ تا ۱۳۸۷) قطعه بلیل خرماي دمگاه سرخ در سواحل شمال شرق جزیره کیش توسط گروه کارشناسی دفتر امور حیات وحش و آبزیان مشاهده شد. این پرنده را دسته گنجشک ساکنان و خانواده بلیل خرماها است که در بوته زارها، جنگلهای باز، دشتها، زمینهای کشاورزی و نواحی شهری پرانگش دارد. طول بدن آن تقریباً ۲۰ سانتی متر و وزن آن بین ۴۵-۲۶ گرم است. پرنده ای تیره با شکم و دمگاه سفید و پوشش های مشخص قرمز رنگ در زیر دمگاه، سحر و تاج کوچک سیاه رنگ، دم قهوه ای بلند با حاشیه سفید در انتهای آن می باشد.

اگر چه عرض هنر پیش یار بی ادبیست
زبان خموش و لیکن دهان پر از عربیست
زبان نهفته رخ و دیو در کمرش هم حسن
بسوخت دیده ز حیرت که این چه بود المعجیبت
در این چمن گل بی خار کس نچید آری
چراغ مصطفوی با شرار بولهبیست
سبب میرس که چرخ از چه سفله پرور شد
به کام بخشی او را بهانه بی سببیت
که نیم جو نخرم طاق خانقاه و ربط
مرا که مصطبه ایوان و پای خم طنیبست
جمال دختر رز نور چشم ماست مگر
که در نقاب زجاجی و پرده عنیبست
هزار عقل و ادب داشتیم من ای خواجه
کنون که مست خرابم صلاح بی ادبیست
بیمار می که چو حافظ هزارم استظار
به گریه سحری و نیاز زدم شبیبست

