

**اقتصاد کیش**  
 خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی  
 فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی  
 صاحب امتیاز: موسسه رسانه‌ای و مطبوعاتی اقتصاد کیش  
 مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی  
 قائم مقام مدیر مسئول: اسحق 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: ۴۴۲۴۹۶۹۹ - ۴۴۲۴۹۶۹۹ (۰۷۶)  
 فکس: ۴۴۲۴۹۶۸۸  
 امور آگهی ها: ۴۴۲۰۲۸۵  
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،  
 انتهای دفتر ۱۲ غربی  
 شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۲۵۵۸۸۰۱  
 eghtesadekish@yahoo.com  
 eghtesad-kish.ir

## لوازم تحریر هانی

عرضه کننده نوشت افزار  
 لوازم مدارس و اقلام فانتزی



۵ نوبنیاد ۳ - مرکز خرید آرین  
 طبقه اول، غرفه ۴۱ و ۴۲

Hany\_tahrir

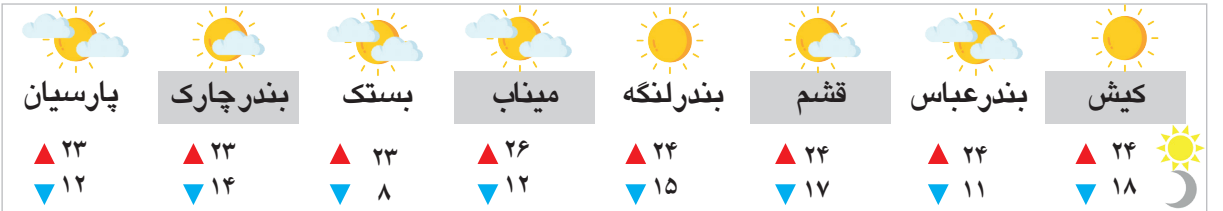
۰۹۰۲۲۹۹۲۰۹۹

پنجشنبه ۲۱ دی ۱۴۰۲، ۲۸ جمادی الثانی ۱۴۴۵، ۱۱ ژانویه ۲۰۲۴، شماره ۴۳۸۷ (۱۷۷۱ دوره جدید) قیمت ۹۰۰۰ تومان

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۴ - طلوع آفتاب: ۶:۴۴ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۲ - غروب آفتاب: ۱۷:۲۰ - اذان مغرب: ۱۷:۳۸

سخن بزرگان  
 مأموریت من در زندگی صرفا تلاشی برای زنده ماندن نیست، بلکه هدفم کامیابی و موفقیت است و این کامیابی و موفقیت به دست نمی آید مگر با شوق و شفقت، کمی شوخ طبعی و داشتن سبک و سیاق خود در زندگی.

زیما یا آنجلو



کودک و نوجوان

### معجزه‌های به نام «تایم کیفی» برای نوجوان

یک مشاور و روانشناس گذراندن تایم کیفی با نوجوان را معجزه دانست و گفت: در این تایم نوجوان مشخص می‌کند چه کاری انجام شود و قرار نیست چندان طولانی باشد. مهمی مشاور و روانشناس در مورد اعتیاد در بین دانش آموزان بیان کرد: حمایت خانواده از بسیاری از آسیب‌های فرزندان جلوگیری می‌کند و هر چه حمایت‌های بیشتر باشد میزان آسیب‌ها کمتر است. گاهی والدین برای آزادی دادن به فرزندان حتی حمایت از نوجوان نمی‌کند و دچار بیش‌حمایتی یا حمایت سختگیرانه می‌شود. لذا باید والدگری مقتدرانه همراه با حمایت باشد و به گونه‌ای باشد که کودک بتواند با والدین خود موضوعات را مطرح کند. صحبت کردن با نوجوان موجب می‌شود نوجوان زوایای دیگر موضوع

را ببیند و می‌تواند از حمایت والدین خود بهره‌بردار. وی با اشاره به نوجوانانی که تنها یک بار مخدر را تجربه کرده‌اند خاطر نشان کرد: نوجوان پس از مطرح کردن موضوع توسط دانش آموزان به جای همراهی، رویبسط را قطع و یا آن‌ها را محروم کرده‌اند. لذا باید در ابتدا خون سردی خود را حفظ کنیم و بدانیم که نوجوان صرفا تجربه می‌کند. این روانشناس ضمن تاکید بر ایجاد روابط خوب بین والدین و فرزندان تصریح کرد: شنیدن درست و به هنگام و تلاش برای ترمیم رابطه بسیار کمک کننده است. اما گاهی اوقات والدین به تنهایی نمی‌توانند این کار را انجام دهند و می‌توانند از یک مشاور بهره‌بردارند. مهمی گذراندن تایم کیفی با نوجوان را معجزه دانست و خاطر نشان کرد: در این تایم نوجوان مشخص می‌کند

آیامیدانیدهای جالب مکان‌ها

- ✓ آیا می‌دانید اقیانوس آرام بزرگترین اقیانوس جهان است؟
- ✓ آیا می‌دانید تنها قاره بدون خزندگان و مارها قطب جنوب است؟
- ✓ آیا می‌دانید اروپا تنها قاره بدون کویر است؟
- ✓ آیا می‌دانید استرالیا تنها کشوری است که قاره نیز هست؟

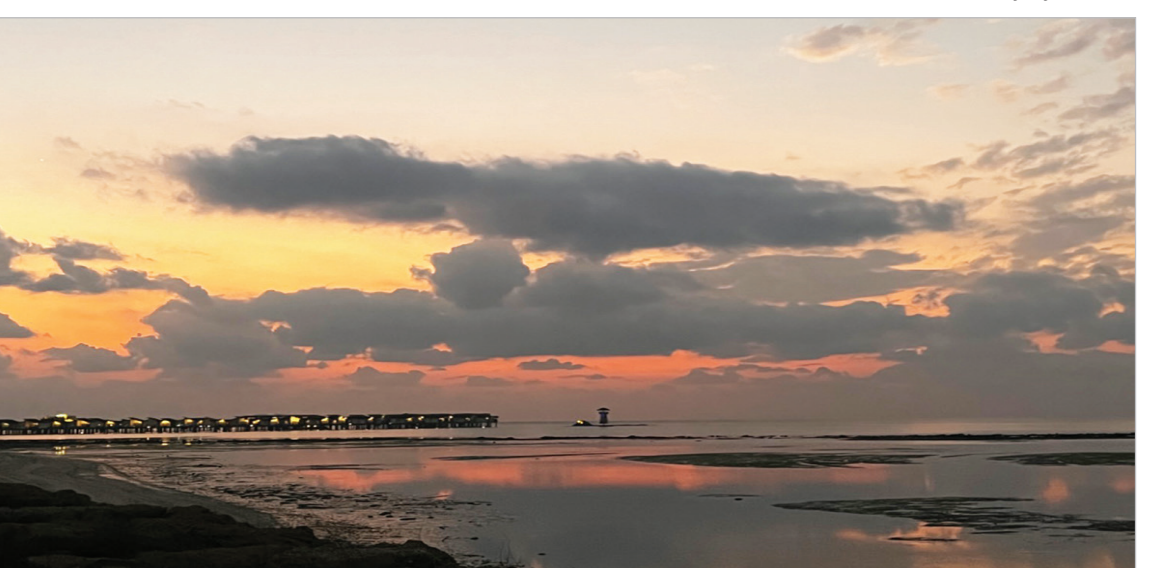
حافظ

زلف آشفته و خوی کرده و خندان لب و مست پیرهن چاک و غزل خوان و صراحی در دست ترکشش غریبه جوی و لیش افسوس کتان نیم شب، دوش به بالین من آمد، بنشست سر فرا گوش من آورد به آواز حزین گفت: ای عاشق دیرینه من، خوابت هست؟ عاشقی را که چنین یاده شبگیر دهند کافر عشق بود گر نشود یاده پرست بروی زاهد و بر فرد کشان خرده مگیر که ندانند جز این تحفه به ماروزالست آن چه او ریخت به پیمانه مانوشیدیم اگر از خمر بهشت است و گر یاده مست خنده جام می و زلف گر گیر نگار ای بسا توبه که چون توبه حافظ بشکست

کاریکاتور



عکس روز



پارمیس الف - کیشوند

آموزش آشپزی

### دلمه سیب زمینی

**طرز تهیه:**  
 ابتدا سیب زمینی‌ها را پوست گرفته و با کمک قاشق یا ابزار مخصوص وسط سیب زمینی را خالی کنید؛ سپس داخل یک تابه مقداری روغن ریخته تا داغ شود و بعد سیب زمینی‌ها را داخل روغن داغ خوب سرخ کنید. در گام بعدی باید مواد داخل دلمه را آماده کنید؛ ابتدا پیاز را نگینی ریز خرد کرده و داخل تابه تفت دهید؛ وقتی سبک شد، سیر پوره شده را به همراه گوشت چرخ کرده به آن بیفزایید و به همراه نمک و فلفل سیاه افزوده و تفت دهید، تا گوشت تغییر رنگ دهد. قارچ اسلایس شده و فلفل دلمه نگینی را اضافه کنید و تفت دهید تا آب قارچ کشیده شود در انتها گوجه فرنگی را به شکل مکعبی ریز خرد کرده و با مواد تفت داده تا همه کاملاً نرم و یکدست شوند. داخل سیب زمینی را با مواد آماده شده پر کرده و خوب فشرده کنید تا در حین پخت از سیب زمینی بیرون نریزد. کف ظرف مخصوص فر را

**مواد لازم:**  
 ۸ عدد سیب زمینی  
 ۳۰۰ گرم گوشت چرخ کرده  
 ۱ عدد پیاز  
 ۱ حبچه سیر  
 ۱ عدد فلفل به مقدار لازم  
 ۱ عدد فلفل دلمه‌ای  
 ۱۰ عدد قارچ  
 ۲ عدد گوجه  
 پنیر پیتزا به مقدار کافی  
 مواد لازم برای تهیه سس:  
 ۲ پیمانه آب  
 ۲ قاشق غذاخوری رب  
 نمک و فلفل به مقدار کافی

### آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه بطور فوق العاده جامعه حرفه ای هتلداران کیش ثبت شده به شماره ۳۷

بدینوسیله از کلیه مالکین یا نمایندگان تام الاختیار اعضای جامعه هتلداران کیش دعوت می‌شود تا در جلسه مجمع عمومی که در تاریخ چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۱/۰۴ راس ساعت ۱۸ سالن همایش هتل پالاس تشکیل می‌گردد حضور به هم رسانند. ضمنا داشتن برگ معرفی نامه برای نمایندگان هتلها الزامی می‌باشد.

**دستور جلسه:**

- ۱- رسیدگی و تصویب ترازنامه و بیلان عملکرد سال مالی ۱۴۰۱
- ۲- انتخاب هیئت مدیره
- ۳- انتخاب بازرس
- ۴- هر موضوعی که در صلاحیت مجمع باشد.

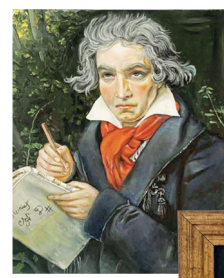
**هیئت مدیره جامعه حرفه ای هتلداران کیش**

### گروه هتل های تاپ تورز



021-8586 www.ttgroup.ir @Toptours\_Group ttgroup.ir

### گالری رامش آثار فروشی



نقاشی رنگ روغن با بهترین متریا

پذیرش کارهای شما در سایزها و سبک های مختلف تعدادی آثار قاب شده نیز آماده فروش می باشد



@ramartict

@Une fille qui aime le cafe

### ۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه باشما هستیم

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹