

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: اسحاق 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 (۰۷۱)
 فکس: ۴۴۴۴۹۹۸
 امور آگهی ها: ۲۸۴ - ۴۴۴۲۰۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صداقت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۷۵۵۸۱۸۰۱
 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

۰۹۰۲۳۹۹۲۰۹۹

دوشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۳، ۲۸ رمضان ۱۴۴۵، ۸، ۱۴۴۵، ۲۰۲۴، شماره ۴۴۳۶ (۱۸۲۰ دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۰۰۰۰ تومان

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۱۹:۰۴ - طلوع آفتاب: ۵:۳۶ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۶ - غروب آفتاب: ۱۵:۱۸ - اذان مغرب: ۱۸:۳۱

دعای روز ۲۸ ماه رمضان:
 «اللَّهُمَّ وَفَّرْ حَظِّي فِيهِ مِنَ النَّوَالِ وَ أَكْرِمْنِي فِيهِ بِإِحْصَارِ الْمَسَائِلِ وَ قَرِّبْ فِيهِ وَسِيلَتِي إِلَيْكَ مِنْ بَيْنِ الْوَسَائِلِ يَا مَنْ لَا يَشْغَلُهُ الْحَاجُّ الْمَلْحِنُ»
 خدا یا بهره‌ام را در این ماه از مستحبات فراوان کن، و مرا با تحقق درخواست‌ها اکرام فرما، و از میان وسایل وسیله‌ام را به سبب نزدیک کن، ای که پافشاری اصرارورزان مشغولش نسازد.

کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۹	▲ ۳۲	▲ ۲۹	▲ ۳۲	▲ ۳۴	▲ ۳۴	▲ ۳۲	▲ ۳۵
▼ ۲۴	▼ ۲۳	▼ ۲۴	▼ ۲۳	▼ ۲۳	▼ ۲۲	▼ ۲۳	▼ ۲۶

چهل قاعده شمس تبریزی
 قاعده ۲۸
گذشته مهی است که روی دهنمان را پوشانده. آینده نیز پس پرده خیال است. نه آینده‌مان مشخص است، نه گذشته‌مان را می‌توانیم عوض کنیم. صوفی همیشه حقیقت زمان حال را در می‌یابد.

فریون مشیری
 تو از این دشت خشک تشنه روزی کوچ خواهی کرد و اشک من تو را بادرو خواهد گفت. نگاهت تلخ و آفسردست. دلت را خار خار نامیدی سخت آزردست. غم این نایسامانی همه توش و توانت رازتن بُردست! تو با خون و عرق، این جنگل پژمرده وارنگ و رمق دادی. تو با دست تپتی با آن همه طوفان بنیان کن در افتادی. تو را کوچیدن از این خاک، دل بر کنان از جان است! تو را با برگ برگ این چمن پیوند بنهان است. تو را این ابر ظلمت گستر بی رحم بی باران، تو را این خشکسالی‌های بی دریغ، تو را از نیمه ره بر گشتن باران، تو را از توبر غمخوارانه، ز یاد افتندا! تو را هنگامه شوم شغلاان، با نگی تعطل زانغان، در ستوه آورد.



چابهار زیبا - فروغ طاهرخانی

چگونه جرات پذیری را به کودکان آموزش دهیم؟
 آریتا غریب روانشناس بالینی و شخصیت گفتم: وقتی کودکان قوانین را به چالش می‌کشند، گزینش‌های محدودی در اختیار آن‌ها قرار دهد. هنگامی که کودکان می‌خواهند قوانین ما را مورد آزمایش قرار بدهند یا به چالش بکشند، (گزینه‌های محدود) روشی بسیار مؤثر برای کمک به آن‌ها خواهد بود. با این روش می‌توان به کودکان کمک کرد تا از انتخاب‌های خود و مسئولیت انتخابش آگاه شوند.
 غریب تصریح کرد: به طور مثال با تریسای پنج ساله، سر میز غذا سرودا می‌کند تا برادرانش را سرگرم کند. مادر از او می‌خواهد سرودا نکند. او مدتی ساکت می‌شود، اما دوباره شروع می‌کند. مادر پاتریساکر پنجاه می‌محدود در اختیار او قرار می‌دهد. مادر می‌گوید: «یا از سرودا کردن سر میز شام دست بردار یا باید پنج دقیقه تو اناقت باشی تا خودت رو برای همکاری آماده کنی. خوب دوست داری چیکار کنی؟» پاتریساکر تصمیم به همکاری می‌گیرد.
 او گفت: مورد دیگر هم آیین نه ساله است که در بازی تقلب می‌کند. وقتی خواهرانش از او می‌خواهند بدون تقلب بازی کنند، او حرف آن‌ها را نشنیده می‌گیرد. آن‌ها شکایت می‌کنند، پدر مداخله می‌کند و می‌گوید: «آیین، بساطق قانون بازی کند یا اینکه باید کار دیگه‌ای انجام دهد. غریب تصریح کرد: آیین قبول می‌کند، اما پنج دقیقه بعد دوباره به کارش ادامه می‌دهد. خواهرانش شکایت می‌کنند و پدر این گونه از گفته‌های خود پشتیبانی می‌کند: «آیین، برو خودت تنهایی بازی دیگری انجام بده. امروز دیگر نمی‌توانی این بسازی را انجام دهی. او گفت: در این روش تعداد گزینه‌ها باید محدود باشد. گزینه‌ها

آموزش آشپزی
کلت عدس قرمز
مواد لازم:
 خرده‌های وسط نان باگت ۲ لیوان
 آرد ۲ قاشق سوپ خوری
 هویج ۱ عدد متوسط
 عدس قرمز نصف لیوان
 گشنیز خشک نصف قاشق مرباخوری
 سفیده تخم مرغ ۱ عدد
 پودر زیره نصف قاشق مرباخوری
 کرفس نصف ساقه متوسط
 جعفری تازه ۱ قاشق سوپ خوری
 مواد لازم برای سس ماست و نعنا:
 ماست کم چرب نصف لیوان
 نعنائی تازه ساتوری شده یک قاشق سوپ خوری
 سیر له شده ۱ حبه کوچک

آب لیموی تازه ۱ قاشق مرباخوری
 طرز تهیه:
 ابتدا جعفری، کرفس، و هویج را به دقت و به صورت ریز خرد کنید. سپس عدس قرمز، کرفس خرد شده، و هویج را با مقدار کافی آب درون یک قابلمه کوچک بریزید. با حرارت کم اجازه دهید تا مواد به خوبی بپزند و مخلوط کاملاً غلیظ شود.
 برای این کلت‌ها بهتر است از نان باگتی استفاده کنید که حداقل یک روز بیرون از یخچال مانده باشد، چرا که خرده‌های نان به راحتی پودر می‌شوند. نیمه از خرده‌های نان را به مخلوط عدس اضافه کنید. گشنیز خشک و پودر زیره را به مخلوط نان و عدس اضافه کنید.
 مواد را خوب با هم ترکیب کنید تا یکدست شوند. سپس از مخلوط به اندازه‌های یکسان برداشته، آن‌ها را به شکل گرد در آورده و در آرد بغلتانید. پس از آرد، آن‌ها

با ارائه خدمات متنوع و کیفیت بالا
“میزبان تیم ملی فوتبال ایران در اردوی جزیره کیش”
سرویس دهی از ساعت: ۱۰:۰۰ صبح تا ۲:۰۰ بامداد
Breakfast | lunch | dinner | cafe

رستوران و کافی شاپ
بیلیونیر
Café & Restaurant

جزیره کیش، مموه، بیرهونی هتل پلاس
 ۰۹۳۱۴ ۷۶۸ ۴۴۵۳
 WWW.BILLIONAIRERESTAURANT.IR
 BILLIONAIRE.RESTAURANT