

اقتصاد کیش

روزنامه

اقتصاد کیش
 خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
 فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
 صاحب امتیاز: موسسه رسانه‌های مطبوعاتی اقتصاد کیش
 مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
 قائم مقام مدیر مسئول: اسحق ارزانی
 با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۴۴۹۶۹۶ - ۴۴۴۴۹۹۹۹ (۰۷۱)
 فکس: ۴۴۴۴۹۶۹۸
 امور آگهی ها: ۰۲۸۴-۴۴۴۴۹۶۹۸
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صداقت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۸۰۱
 eghtesadkish@yahoo.com
 eghtesad-kish.ir

یک فانتزی فروشی جدید
کلی لوازم کادویی و تحریر
شعبه جدید بساک صدف
با در دست داشتن روزنامه ۱۵٪ تخفیف بگیرید
 15% OFF
 چهارشنبه ۵ اردیبهشت ۱۴۰۳، ۱۵ شوال ۱۴۴۵، ۲۴ آپریل ۲۰۲۴، شماره ۴۴۴۷ (۱۸۳۱ دوره جدید) قیمت ۱۰۰۰۰ تومان


اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۰۱:۰۴ - طلوع آفتاب: ۰۲:۰۱ - اذان ظهر امروز: ۰۲:۵۲ - ۱۱:۵۲ - غروب آفتاب: ۰۳:۲۳ - ۱۸:۰۴ - اذان مغرب: ۰۴:۰۰

کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۹	▲ ۳۱	▲ ۲۸	▲ ۳۱	▲ ۳۲	▲ ۳۱	▲ ۳۱	▲ ۳۲
▼ ۲۳	▼ ۲۱	▼ ۲۲	▼ ۲۱	▼ ۲۱	▼ ۱۷	▼ ۲۱	▼ ۲۱

سخن‌بزرگان
 مردم از من می‌پرسند چه زمان قصد بازنشستگی دارم. من به آنها می‌گویم هم‌اکنون هم بازنشسته هستم. من آن چیزی را که سرگرم انجامش هستم کار نمی‌دانم.
نورمن برودسکی

کاریکاتور

ولی اله فتاحی (فاتح)
 سلامی به یاران شیدای کیش
 به یاران شیدا فریبای کیش
 با یاران عزت و شرف، افتخار
 به ایران زمینم به هر جای کیش
 سلامم به این مردمان عزیز
 که هستند در خاک زیبای کیش
 سلامم به غیر است و هم آشنا
 به هر کس که باشد چو بیبای کیش
 نشان دارد از کیش و دریای کیش
 محبت ز مردم به این خاک عشق
 فرارفته از خاک و دنیای کیش
 و کیش است امروز دوی گران
 خدا داند از روز فرادی کیش
 به هر جای این خاک عشق است و شور
 همواره به هر روز و شب های کیش
 و "فاتح" دعاگوی ایران زمین
 چو هر فرد ایران و آوی کیش

عکس روز

فرانک فتوحی - کیشوند

سبک زندگی
وسواس فکری چیست و چطور درمان می‌شود؟
 وی افزود: آیا افراد دارای اختلال وسواس فکری عملی کنترل خود را از دست می‌دهند؟ خیر، با اینکه این افراد با اختلال وسواس فکری عملی دائماً نگران از دست دادن کنترل خود هستند، در واقع این اتفاق نمی‌افتد. حتی ممکن است آنها با این سوال مواجه باشند که آیا در حال ابتلا به جنون و یاد شرف دیوانگی هستند. آنها معمولاً با اینکه مقصر این اختلال نمی‌باشند، از وضعیت خود شرمسازند و سعی در پنهان سازی آن می‌نمایند. شما نگران از دست دادن کنترل خود هستید، ما می‌دانیم که این امر بسیار نادر است.
 غلامی گفت: روبروی رفتار اجباری مقاومت کنید، نه افکار وسواسی. برای کاهش اضطراب و درک اینکه آیا این افکار ناشی از مشکل اختلال وسواس فکری عملی هستند، می‌تواند مفید باشد. وسواس فکری افکار، تصاویر و تکانه‌هایی هستند که مرتباً در ذهن فرد تکرار می‌شوند و به نظر می‌رسد خارج از کنترل فرد هستند و علسی زغم میل او به ذهنش می‌آیند اگر به اختلال

دکتر زهرا غلامی حیدرآبادی روانشناس گفت: تمام روزم برای اینکه بررسی کنم که هیچ چیز اشتباهی اتفاق نمی‌افتد، سپری شد. صبح یک ساعت طول می‌کشد تا از خانه بیرون بیایم، چون مطمئن نیستم که همه وسایل برقی را خاموش کرده باشم و تمام پنجره‌ها را قفل کرده باشم. سپس شش بار بررسی می‌کنم که آیا شومینه گازی خاموش است، اما اگر اوضاع درست به نظر نرسد، باید دوباره از اول همه این کارها را مرور کنم.
 وی گفت: ولی باز در آخر هم از همسر می‌خواهم دوباره همه آنها را برایم چک کند. در محل کار همیشه عقب هستم، چون همه چیز را چند بار مرور می‌کنم. مبدا اشتباهی کرده باشم. اگر چک نکنم، به حدی احساس نگرانی دارم که نمی‌توانم تحمل کنم.
 این روانشناس ادامه داد: اختلال وسواس فکری عملی شدید ممکن است توانایی کار کردن منظم، نقش داشتن در زندگی خانوادگی یا حتی کنار آمدن با افراد خانواده را برایتان غیرممکن نماید.

آموزش آشپزی
ایمان بایلیدی؛ بادمجان شکم‌پر ترکیه‌ای
 مواد اولیه:
 بادمجان: ۶ عدد
 سیر: ۳ حبه
 گوجه فرنگی: ۶ عدد
 پیاز نگینی: ۱ عدد
 رب گوجه فرنگی: ۱ قاشق غذاخوری
 فلفل دلمه: ۱ عدد
 پودر زیره: ۱ قاشق چای خوری
 جعفری خرد شده: ۳ قاشق غذاخوری
 فلفل و نمک: به میزان لازم
 روغن زیتون: به میزان لازم
 آویشن: به میزان لازم
 طرز تهیه:
 ۶ عدد بادمجان را به صورت راه راه پوست کنده و به مدت نیم ساعت در آب نمک می‌خیابانیم.
 بعد از نیم ساعت بادمجان‌ها را از آب نمک برداشته و سرخ کرده قبل از سرخ کردن بادمجان‌ها بهتر است تا آنها را خشک کنیم، و روغن اضافی بادمجان‌ها را می‌گیریم.
 سپس تابه‌ای پهن برداشته و به آن دو یاسه قاشق روغن مایع (یا روغن زیتون) و دو عدد پیاز بزرگ خرد شده اضافه می‌کنیم و به مدت چهار دقیقه تفت می‌دهیم و در ادامه سه عدد فلفل سبز خرد شده، چهار حبه سیر، سه عدد گوجه فرنگی پوست کنده و خرد شده، کمی فلفل قرمز و فلفل سیاه و نمک اضافه کرده و تا نیم پز شدن گوجه فرنگی‌ها به تفت دادن ادامه می‌دهیم. در آخر مقداری جعفری خرد شده اضافه کرده و بعد از هم زدن تابه‌ها را روی اجاق برمی‌داریم.
 بادمجان‌ها سرخ شده را در سینی مخصوص فر چیده و قسمت میانی آنها را با استفاده از چاقو و قاشق باز می‌کنیم و سپس درون بادمجان‌ها را با استفاده از مخلوطی که قبلاً

گروه هتل های تاپ تورز





 © 021-8586 www.ttgroup.ir @Toptours_Group ttgroup.ir

شاورما سوری (عربی)
 shawarma
 انواع نوشیدنیهای گرم و سرد
 شیرینی و غذاهای عربی
 کافه میکس
 قهوه ترک
 اسپرسو دارک
 شیک شکلاتی
 دمنوش گیاهی
 چای کرک
 قهوه فرانسه
 شیر زنجبیل
 چای
 کیک
 گل گاوزبان
 فلافل عربی
 شاورما عربی
 پیراشکی
 مینی پیتزا
 سمبوسه
 لقیمات
 فطایر
 چم چمو
 دونات
جزیره کیش / صفین قدیم / روبه روی خانه بومیان
 ۰۹۱۷۹۶۴۲۶۱۱

شعبه ۱: نوبنیاد، مرکز خرید آرین
شعبه ۲: صدف، مرکز خرید بساک
 Hany_Tahrir 0902 299 2099
نهشت افزار هانی
 تحویل در محل ویژه ادارات
