

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۰۳:۵۶ - طلوع آفتاب: ۰۵:۱۸ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۲ - غروب آفتاب: ۱۸:۲۵ - اذان مغرب: ۱۸:۴۲

کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۲	▲ ۳۶	▲ ۳۲	▲ ۳۵	▲ ۳۷	▲ ۳۴	▲ ۳۶	▲ ۳۵
▼ ۲۵	▼ ۲۴	▼ ۲۶	▼ ۲۵	▼ ۲۳	▼ ۲۱	▼ ۲۳	▼ ۲۴

سبک زندگی

پناهگاهی از جنس سکوت ...

در جهانی که گاهی اوقات حتی نزدیکترین صداها شنیده یا درک نمی‌شوند، و در لحظاتی که احساسات منفی ما را فرا می‌گیرد، سکوت به کمک ما می‌آید و می‌تواند به عنوان یک تسکین دهنده موقتی عمل کند. سین، کاف، ولو، و ت، کنار هم قرار می‌گیرند تا کلمه‌ای بی‌صدا ولی پر از معانی را تشکیل دهند. همانطور که ضرب‌المثل معروف می‌گوید: «سکوت، سرشار از ناگفته‌هاست»

در جهانی که گاهی اوقات حتی نزدیکترین صداها شنیده یا درک نمی‌شوند، و در لحظاتی که احساسات منفی ما را فرا می‌گیرد، سکوت به کمک ما می‌آید و می‌تواند به عنوان یک تسکین دهنده موقتی عمل کند. سکوت در دنیای مدرن به عنوان «طاعون مدرن» شناخته می‌شود، جایی که شلوغی و سروصدا به شدت آزار دهنده است. به همین دلیل، احساس نیاز به سکوت به شدت حس می‌شود، به طوری که برخی افراد برای

دستیابی به آن به کوه و بیابان پناه می‌برند. سکوت به ما این اجازه را می‌دهد که لحظه‌ای با خودمان در صلح باشیم و با نادیده گرفتن سروصداها به آرامش برسیم. گاهی اوقات سکوت مادرای رنگ و بوی انتظار و صبر است، گاهی از یک غم بزرگ رنج می‌برد که قابل توصیف نیست و گاهی نشان‌دهنده رضایت و لبخند است.

سکوت فضای آرامی را برای ذهن ما ایجاد می‌کند تا با تمرکز بیشتر، مغز ما وظایف خود را بهتر انجام دهد. سکوت همچنین به ما کمک می‌کند تا حافظه‌مان را تقویت کنیم.

در زمانهایی که سکوت می‌کنیم، می‌توانیم ایده‌ها و تفکر اتمان‌مان را مرور کرده و بهترین تصمیم را بگیریم. بنابراین، سکوت بر خلاقیت ما تأثیر می‌گذارد و ایجاد چنین فضایی برای سکوت و آرامش می‌تواند نقش مهمی در بهبود کیفیت و عملکرد ما داشته باشد.

آموزش آشپزی

خوراک گوشت و چغندر؛ غذای روسی



نرم نشوند سپس آن را از روی حرارت بردارید. ۱ پیاز خرد شده را با مقداری کره در ماهیتابه تفت دهید. سپس هویج پوست کنده و رنده شده را به آن بیفزایید و تا نرم شدن هویج آنها را تفت دهید. ۱ الی ۲ ساعت صبر کنید تا گوشت کاملاً پخته شود. سپس سیب زمینی‌های خرد شده را به گوشت اضافه کنید. ۱۵ دقیقه مهلت دهید تا سیب زمینی هانرم شوند. همه مواد را که قبلاً تفت داده‌اید به گوشت بیفزایید. ۱۵ دقیقه صبر کنید. گوشت فرنگی‌ها را پوست بگیرید و خرد کنید. سپس آنها را همراه با جعفری خرد شده، سیر رنده شده و نمک و فلفل به گوشت اضافه کنید. خوراک را روی

مواد لازم:
گوشت: ۳۰۰ گرم
چغندر قرمز: ۳ عدد
سیب زمینی: ۲ عدد
رب گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری
سیر: ۲ حبه
پیاز: ۲ عدد
هویج: ۲ عدد
جعفری خرد شده: ۲ قاشق غذاخوری
گوجه فرنگی: ۲ عدد
سیر: ۱ قاشق غذاخوری
شکر: ۱ قاشق غذاخوری
کره: ۱ قاشق غذاخوری

نمک: به مقدار لازم
فلفل: به مقدار لازم
طرز تهیه:
گوشت خرد شده را همراه با یک عدد پیاز رنده شده تفت دهید. بعد از اینکه رنگ گوشت کمی تغییر کرد ۴ لیوان آب به آن افزودن، روی حرارت ملایم گوشت را بپزید. پوست چغندر را بگیرید و با رنده درشت رنده کنید. چغندر را همراه با سرکه و روغن در تابه تفت دهید. به مواد شکر و رب گوجه اضافه کرده و همچنان تفت دهید. صبر کنید تا رشته‌های چغندر رنده شده کمی

یک فانتزی فروشی جدید

تحریر های

کلی لوازم کادویی و تحریر

شعبه جدید بساک صدف

@hany_tahrir

با در دست داشتن روزنامه ۱۵٪ تخفیف بگیرید 15% OFF

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
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۴۲۹۹۹ - ۴۴۴۲۹۹۹ (۰۷۱)
 فکس: ۴۴۴۲۹۶۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صداشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۰۱
 eghtesadekish@yahoo.com
 eghtesad-kish.ir

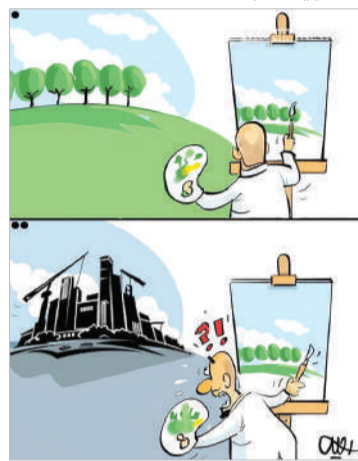
یکشنبه ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳، ۱۹ شوال ۱۴۴۵، ۲۸ آپریل ۲۰۲۴، شماره ۴۴۵۰ (۱۸۲۴ دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۰۰۰۰ تومان

سخن بزرگان

تنها زمانی می‌توانید چیزی را که ریشه‌های عمیق در فرهنگ شما دارد به وضوح ببینید که آن چیز در کار دور شدن از شما و فرو رفتن در دور دست باشد.

جی. هیلیس میلر

کاریکاتور



عکس روز



جزیره قشم

جملات ناب از کتاب‌های ناب
 کتاب کیمیاگر
 «زمانی که واقعاً خواستار چیزی هستی، باید بدانی که این خواسته در ضمیر جهان متولد شده است و تو، فقط مأمور انجام‌دادنش بر روی زمین هستی. حتی اگر فقط هوس سفر کردن باشی یا ازدواج با یک دختر بازرگان یا جستجوی گنج»
 «روح دنیا از خوشبختی یا بدبختی هوس یا حسادت مردم انباشته است»
 «هیچ نیست مگر یک چیز: تکمیل «حدیث خویش»، که آن هم تنها اجبار انسان‌هاست. وقتی خواستار چیزی هستی، همه جهان در تکاپوی آن است که تو به خواسته‌ات برسی»

سهراب سپهری
 خانه دوست کجاست؟
 در فلک بود که پرسید. سوار آسمان مکنی کرد رهگذر شاخه نوری که به لب داشت به تاریکی شن هایتشید و به انگشت نشان داد سپیداری و گفت
 نرسیده به درخت کوجه باغی است که از خواب خدا سبز تراست
 در آن عشق به اندازه پره‌های صداقت آبی است میروی تا نه آن کوچه
 که از پشت بلوغ سر به در می‌آرد پس به سمت گل تنهایی می‌پیچی قد قدم نماند به گل
 پای فواره جاوید اساطیر زمین می‌مانی و تو را توسی شفاف فرامی‌گیرد در صمیمیت سیال فضا، خشن خشی می‌شنوی: کودکی می‌بینی رفته از کاج بلندی بالا جوجه بردارد از لانه نور و از او می‌پرسی خانه دوست کجاست؟

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



Café & Restaurant

جزیره کیش، مرموطه، بیرونی هتل پالاس
 ۰۹۳۱۴ ۷۶۸ ۴۴۵۳
 WWW.billionairerestaurant.ir
 billionaire.restaurant

