اقتصاد کیش

روزنامه

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 مرکزي : کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای مروارید ،بلوک B۳ ، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ٤٤٤٢٤٩٦٩ - ٤٤٤٢٤٩٩٩ (٠٧٦)
فکس: ٤٤٤٢٤٩٦٨
امور آگهی ها: ٤٤٤٢٠٢٨٤
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ صمیم ۰۲۱٦٥٥٨٦٨٠١
eghtesadekish@yahoo.com
eghtesad-kish.ir

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۳۹ ـ طلوع آفتاب: ۵:۰۷ ـ اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۹ ـ غروب آفتاب: ۱۸:۵۱ ـ اذان مغرب: ۱۹:۰۹

شنبه ۱۶ تیر ۱۴۰۳، ۲۹ ذی الحجه ۱۴۴۵ ، ۶ جولای ۲۰۲۴، شماره ۴۵۰۳ (۱۸۸۷ دوره جدید)، ۱۲ صفحه

قیمت ۱۰۰۰۰ تومان

	کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندرچارک	پارسیان
▲	۳۷	۴۱	۳۷	۳۹	۴۲	۴۳	۳۹	۳۹
▼	۳۱	۳۲	۳۲	۳۱	۳۲	۲۹	۲۹	۲۹

سخن بزرگان

برای اینکه هیچ انتقادی از شما نشود فقط یک راه وجود دارد:
هیچ کاری را انجام ندهید، هیچ چیز نگویید و هیچکس نشوید.

اَرسطو

سبک زندگی

نسخه ای که امید را به زندگی تان باز میگرداند

امیدواری مهم ترین نقش برای رسیدن به اهدافمان را در زندگی ما ایفا میکند. برای امیدوار شدن لازم است با دنبال کردن مراحل درست به خودمان کمک کنیم. قطعـــا اتفاقات مختلفی در زندگـــی رخ می دهند که می توانند عاملی برای نا امیدی ما باشند. در این مطلب قصد داریم به شـــما بگوییم که چگونه باید در شرایط سخت؛ خودتان را کنترل کنید و دوباره امید را به زندگی برگردانید؛ پس با ما همراه باشید.

مهربانی کنید

بسیار مهم است که مهربانی را به دیگران انتقال دهید. به این توجه کنید که با مهربانی کردن به یکدیگر حال خود و اطرافیان را خوب می کنید و افکار پلید و ناراحت کننده در ذهن تان از بین می رود.

از شبکه های اجتماعی فاصله بگیرید

ضمن این که می گوییم با خودتان مهربان باشید، یعنی باید ســـعی کنید که خودتان را از چیز هایی که آزارتان می دهد دور کنید. یکی از راهکار ها این اســـت که از رسانه‌های اجتماعی دور بمانید، به اخبار گوش ندهید و این گونه به ذهن و روح و روان تان کمک کنید.

به خودتان سخت نگیرید

مهم ترین کار این است که خودتان را آرام کنید و به خود سخت نگیرید. اشتباهات تان را ببخشید و سعی کنید که زندگی راحتی داشته باشید.

هر روز تان را مانند یک هدیه بدانید

اگر هر روزی که از خواب بیدار می شوید؛ خدا را سپاس بگویید و از این بابت که شانس دوباره ای برای زندگی کردن پیدا کرده اید، خوشحال باشید و هر روز را مانند یک هدیه بدانید، قطعاً حال تان بهتر خواهد شد.

به آنچه دوست دارید فکر کنید

تمرکـــز خود را روی چیزهایـــی اختصاص دهید که دوستشان دارید و سعی کنید به دنبال موضوعی باشید که به شـــما انگیزه دهد، این گونـــه قطعا حال بهتری خواهید داشت.

برای کمک کردن داوطلب شوید

اگر می خواهید در یک مهارت خاص شـــرکت کنید، باید یاد بگیرید که به صورت داوطلبانه آن را با دیگران هم به اشـــتراک بگذارید که انجام این کار حس بسیار خوبی به شما خواهد داد و باعث می شود تا احساس مفید بودن کنید.

با عزیزان تان تماس بگیرید

انجام این کار نشـــان می دهد که شما چقدر به دیگران اهمیت می دهید و همین باعث ایجاد احساسات مثبت در آن ها خواهد شد و حال شما را هم خوب می کند.

در نهایت باز هم تاکید می کنیم که مهربان باشید. سعی کنید که در خودتان تغییراتی را به وجود بیاورید و این تغییرات را به سمت مهربان بودن سوق دهید.

کاریکاتور

صفای اصفهانی

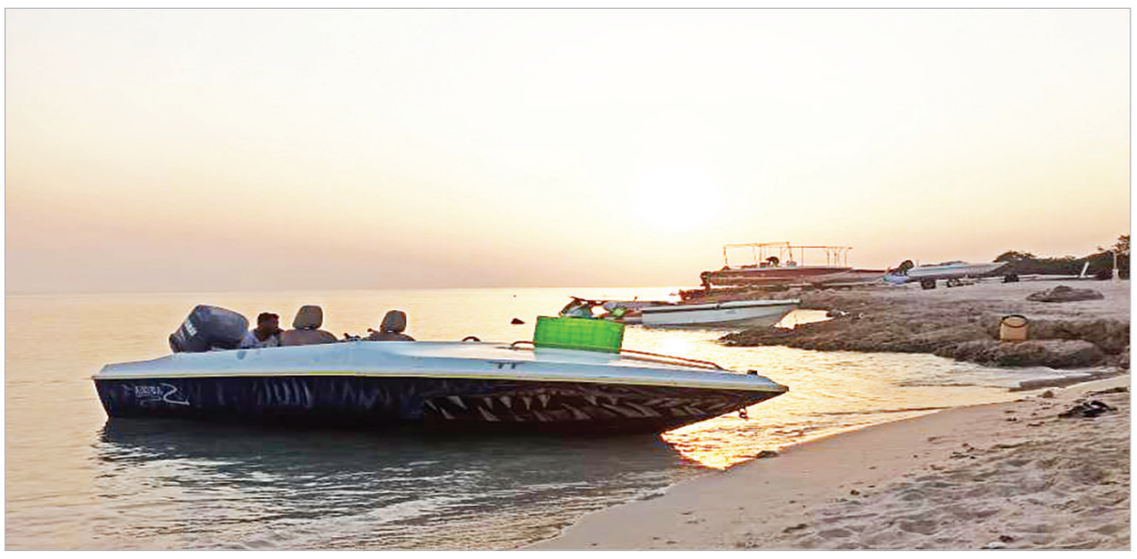
کسی که بنده عشقست جاه را چه کند
مقیم خلوت خورشید ماه را چه کند
نشسته بر سر خاکست و چرخ زیر قدم
گدای میکده اورنگ شاه را چه کند
کشد سر ار فکند عرش سایه بر سر او
سر برهنه ز هستی کلاه را چه کند
هزار بادیه گو بیش باش راه طلب
رسیده است بمقصود راه را چه کند
شئون بیحد ذاتست حد ذاتی دل
رسوم مدرسه و خانقاه را چه کند
ز کس پناه نجوید گدای دولت فقر
پناه سلطنتست او پناه را چه کند
امیر مملکت بارگاه فقر و فناست
فقیر مملکت و بارگاه را چه کند
پناه میبرم از دست زلف دوست بدوست
جز آنکه داد دهد دادخواه را چه کند
گرفت بی مدد غیر یار پست و بلند
شکوه شاه حقیقت سپاه را چه کند
گناه عیب بود شاه عیب پوش صفا
به غیر آنکه بپوشد گناه را چه کند

جملات ناب از کتاب های ناب

سمفونی مردگان - عباس معروفی

آسمان برفی بر زمین گذاشته بود که سال ها بعد مردم بگویند همان ســـال سیاه. نیمی از مردم به سرپناه‌ها خزیده بودند، نیمی دیگر ناچار با برف و سرما پنجه در پنجه زندگی را پیش می‌بردند. برف همه را واگذاشته بود. سکوتی غریب کوچه و خیابان را گرفته بود، لوله‌های آب یخ زده بود، ماشین‌ها کار نمی کردند، در خیابان‌ها کپه‌های برف روی هم تلنبار شده بود، کاســـب‌ها پیاده‌رو را روفته بودند، امّا هنوز نیم متری از بارش شب پیش روی زمین خوابیده بود. در کوچه‌های باریک برف از سر در خانه‌ها می زد بالا، و مردم از زیر تونل کنده بودند و با امنیت خاطر در کانال‌های به هم پیوســـته رفت و آمد می کردند. بلا نازل شده بود؟ شاید. بسیار زمستان‌ها آمده و رفته بود، بسیار برف‌ها باریده بود، امّا هیچ کس به یاد نداشت چنین برفی را. و کلاغ‌ها شهر را فتح کرده بودند، بر هر درختی چند کلاغ. در خانه هم بودند. با آســـودگی روی طارمی‌ها و نرده‌ایوان می‌نشستند و ور می‌پریدند.

عکس روز



عکس از: زهرا کسائی - کیشوند

آموزش آشپزی

خورش ناردون

مواد لازم:

مرغ خرد شده	۱ عدد
پیاز درشت	۲ عدد
رب انار	۲ قاشق سوپ خوری
انار دون شده	۲۵۰ گرم
رب گوجه فرنگی	۱ قاشق چای خوری سرپر
آلوبخارا	۱۰۰ گرم
زردچوبه	۱ قاشق چای خوری
فلفل سیاه	۱ قاشق چای خوری
نمک و فلفل قرمز	به مقدار لازم

طرز تهیه:

مرغ را بشویید و خرد کنید. درون ظرفی تکه های مرغ را برای مزه دار شدن با پیاز خرد شده، فلفل و نمک مخلوط نمایید. بعد حدود دو ســـاعت تکه های مرغ را از مواد خارج کرده و در روغن کاملا سرخ کنید. درون قابلمه ای پیازها را خرد کنید و تفت دهید. به پیازها زردچوبه، فلفل قرمز، فلفل سیاه را افزوده و همراه با رب گوجه چند ثانیه دیگر تفت دهید تا رب کمی از حالت خامی درآمده و خوشرنگ شود. تکه های مرغ را به قابلمه حاوی پیاز و رب بیافزایید. اکنون در این مرحله انارهای دون شده را همراه کمی نمک به باقی مواد اضافه کنید. سه لیوان آب روی مرغها ریختـــه و اجازه دهید، به جوش آید.

حرارت را ملایم کرده و بگذارید یک ساعت خورشت شما ریز بجوشـــد. آلوهای خیس خورده و رب انار را بعد از یک ساعت به غذا بیافزایید. نیم ساعت زمان لازم اســـت که خورشت شما جا بیافتد. پس از غلیظ شدن سس خورش مرغ ناردونی غذای شما آماده سرو است.

مجمع عمومی عادی سالیانه
موسسه بازار بهکیش نوین کیش

بدینوسیله از مالکین محترم دعوت بعمل می آید تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه (نوبت اول) بازار بهکیش که در تاریخ ۱۴۰۳/۰۴/۳۱ در ساعت ۱۸:۰۰ در محل دفتر بازار برگزار می گردد حضور بهم رسانند.
شایان ذکر است هر عضو می تواند یک نفر را با معرفی‌نامه برای شرکت در جلسه و دادن رای معرفی نماید. هر یک از اعضاء نمی تواند وکیل قانونی بیش از سه عضو دیگر باشد.

صورتجلسه:

۱- استماع گزارش عملکرد هیات مدیره
۲- استماع گزارش حسابرس و بازرس قانونی موسسه
۳- تصویب صورتهای مالی سال ۱۴۰۲
۴- انتخاب اعضاء هیات مدیره
۵- انتخاب بازرس و حسابرس قانونی
۶- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار

رسول علافچیان
رئیس هیأت مدیره