

# 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: اسحاق ارزانی  
 با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی  
 کستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان  
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای  
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵  
 تلفن: ۴۴۴۲۹۶۹۹ - ۴۴۴۲۹۶۹۹ (۰۷۶)  
 فکس: ۴۴۴۲۹۶۸۸  
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۹۸۴  
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صداقت، بلوار تیر،  
 انتهای خیابان ۱۲ غربی  
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۰۱  
 eghtesadekish@yahoo.com  
 eghtesad-kish.ir

## شاورما لبنانی (عربی) قیس

جزیره کیش / صفتین قدیم  
 روبه روی خانه بومیان  
 ۰۹۱۷۹۶۴۲۶۱۱

انواع نوشیدنیهای سرد و گرم  
 شیرینی و ناهای عربی



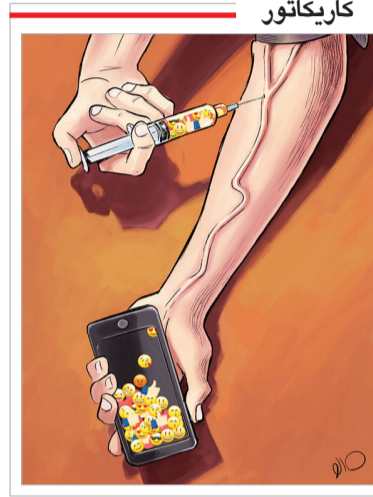
یکشنبه ۸ مهر ۱۴۰۳، ۲۵ ربیع الاول ۱۴۴۶، ۲۹ سپتامبر ۲۰۲۴، شماره ۴۵۵۶ (دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۶	▲ ۳۴	▲ ۳۳	▲ ۳۷	▲ ۳۷	▲ ۳۷	▲ ۳۷	▲ ۳۷
▼ ۲۹	▼ ۲۹	▼ ۲۹	▼ ۲۸	▼ ۲۸	▼ ۲۳	▼ ۲۷	▼ ۲۴

سخن‌بزرگان  
 انتخاب‌هایی که در طول زندگی می‌کنیم  
 بیشتر از توانایی‌های ما حقیقت وجودی ما را نشان می‌دهند.  
**جی کی رولینگ**

**جملات ناب از کتاب‌های ناب**  
 یک عاشقانه آرام - نادر ابراهیمی  
 چیزی هست به نام وجدان؛ که می‌توانی به آسانی با یک گلوله خلاصش کنی و برای همیشه از شز حضور توش روانه‌اش راحت نسوی. اما در این حال، دیگر هیچ گاه عطر شادی خالص را استشمام نخواهی کرد؛ و صافی کم‌رنگ اما عمیق آرامش، بر زندگی‌ت جای نخواهد گرفت.  
 طبیعت، یک عاشق کامل واقعی است، چرا که هرگز خود را تکرار نمی‌کند. دو بایبیز هم‌رنگ، دو بهار هم‌سان، دو تابستان همگون، دو زمستان مثل هم، هرگز، در تمام طول حیات انسان پیش نیامده است. حافظه، برای عتیقه کردن عشق نیست، برای زنده نگه داشتن عشق است. اگر پرنده را به قفس بیندازی، مثل این است که پرنده را قاب گرفته باشی. و پرنده‌ی قاب گرفته، فقط تصویری باطلی از پرنده است.

**افشین یداللهی**  
 خسته تر از صدای من گریه ی بی صدای تو  
 حیف که مانده پیش من خاطره ات بجای تو رفتی و آشنای تو بی تو غریب ماند و بس  
 قلب شکسته اش ملی پاک و نجیب ماند و بس طعنه به ماجرا بزنی اسم مرا صدا بزنی  
 قلب مرا ستاره کن دل به ستاره ها بزنی تکیه به شانه ام بده دل به ترانه ام بده  
 راوی آوارگی ام راه به خانه ام بده یکسره فتح می شوم با تو اگر خطر کنم  
 سایه ی عشق میز شوم با تو اگر سفر کنم شب شکن صد آینه با شب من چه می کنی  
 این همه نور دارم و صحبت سایه می کنی وقت غروب آرزو بهت مرا نظاره کن  
 با تو طلوع می کنم ولوله ای دوباره کن با تو چه فرقی می کند زنده و مرده بودنم  
 کاش خجل نباشم از زخم نخورده بودنم



**سبک زندگی**  
**حفظ اعتماد در زندگی مشترک؛ کلید یک عشق پایدار**

به خصوص در موارد حساس، نقش مهمی در تقویت اعتماد دارد.  
**ارتباط مؤثر**  
 او گفت: زوجین باید یاد بگیرند که چگونه با یکدیگر صحبت کنند و به مشکلات و نیازهای یکدیگر گوش دهند. ارتباط مؤثر به معنای بیان مشکلات و نگرانی‌ها به شیوه‌ای محترمانه و سازنده است. وقتی طرفین احساس کنند که شنیده می‌شوند، اعتماد عمیق‌تری بین آنها شکل می‌گیرد.  
**حفظ حریم شخصی و احترام متقابل**  
 رضایتی تصریح کرد: هر فرد نیاز به حفظ حریم شخصی دارد. زوجین باید به مرزهای شخصی یکدیگر احترام بگذارند و از کنترل یا جاسوسی در امور همسر خودداری کنند. اعتماد با احترام به استقلال فردی و

یک روانشناس بالینی گفت: با صداقت، ارتباط مؤثر و احترام متقابل، اعتماد را در رابطه‌تان تقویت کرده و از آسیب‌های ناشی از سوء تفاهم و بی‌اعتمادی جلوگیری کنید.  
 حفظ اعتماد بین زوجین از اساسی‌ترین عوامل موفقیت در زندگی مشترک است. این اعتماد به مرور زمان و با رعایت نکات و اصولی مهم تقویت می‌شود. برای اینکه اعتماد از بین نرود، باید اقداماتی صورت بگیرد.  
**صداقت و شفافیت**  
 مرجان رضایی روانشناس بالینی اظهار کرد: مهم‌ترین اصل در حفظ اعتماد، صداقت است. زوجین باید با یکدیگر صادق باشند و از پنهان‌کاری پرهیز کنند. شفافیت در امور مالی، احساسات و تصمیمات روزمره،

**عکس روز**



بدون شرح...  
 موقعیت: روبروی برج‌های دوقلو کیش - زمان: جمعه ششم مهر ماه

**آموزش آشپزی**  
**نان لقمه‌ای آلمانی**

مواد لازم:  
 آرد قنادی: ۲ لیوان فرانسوی دسته‌دار  
 تخم مرغ: ۴ عدد  
 روغن مایع: ۴ قاشق غذاخوری  
 نمک: نصف قاشق چای‌خوری  
 شکر: ۱ قاشق غذاخوری  
 خمیر مایه: ۱ قاشق غذاخوری  
 آب گرم: ۱ لیوان فرانسوی دسته‌دار  
 روغن سرخ‌کردنی: به مقدار کافی  
 مواد دلخواه برای پر کردن نان: به مقدار لازم  
 دارچین، پودر قند، مغز پسته یا مغز گردو: برای تزیین طرز تهیه:  
 در اولین مرحله از طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی، شکر و خمیر مایه را در ظرف مناسبی بریزید و با یکدیگر

ترکیب کنید. حالا آب گرم با دمای تقریبی ۴۰ درجه سانتی‌گراد را نیز به این ترکیب اضافه کنید و هم بزنید. توجه داشته باشید، اصلاً نیاید از آب داغ استفاده کنید. سپس، درب ظرف را ببندید و حدود ۱۰ دقیقه منتظر بمانید تا خمیر مایه به عمل آید.  
 نمک، تخم مرغ و روغن مایع را نیز به خمیر مایه اضافه کنید. این ترکیب را با همزن به خوبی هم بزنید تا همه مواد با یکدیگر مخلوط شوند. نیمی از آرد الک شده را به مایه اولیه نان لقمه‌ای اضافه کرده و این ترکیب را با کمک لیسک فولد کنید. سپس درب کاسه را ببندید و حدود ۱۰ دقیقه صبر کنید تا خمیر شما لدکی پف کند. روندافروندن آرد باید کاملاً کنترل شده و تدریجی باشد. به محض آن که متوجه شدید، خمیرتان نرم و یکدست شده و از انسجام کافی برخوردار است، باقی آرد را کنار بگذارید. حدود یک ساعت منتظر بمانید تا خمیر کاملاً استراحت کند. در طول این مدت، حجم خمیر باید ۲

# زمان طلایی تشخیص

محک  
 مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان  
 mahak-charity.org

Childhood Cancer International  
 SOCIÉTÉ INTERNATIONALE D'ONCOLOGIE PÉDIATRIQUE  
 IOP  
 INTERNATIONAL SOCIETY OF PEDIATRIC ONCOLOGY

نصب اپلیکیشن  
 همراه پوشش ماه  
 اطلاع‌رسانی سرطان کودک  
**#GOGOLD**  
**محک**  
 مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان

**استودیو الپنج**  
 استودیو تصویربرداری  
 عکاسی  
 عروس

**مجتمع الست**  
**Alast Complex**

اولین مرکز تخصصی انتشارات  
 طراحی، چاپ و تبلیغات، فیلم، عکس، تیزر

موسسه فرهنگی هنری آموزشی  
**الست کیش**

آدرس: مزیزه کیش، خیابان فردوسی، جنب بازار بین‌المللی پانیز مجتمع الست

**اقتصاد کیش**  
 روزنامه

**۶ روز هفته**  
 از شنبه تا پنجشنبه با شما هستیم

۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹