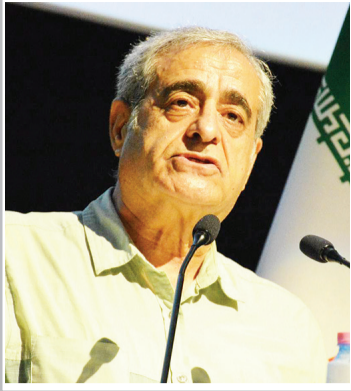


اقتصاد کیش

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 (۰۷۱)
 فکس: ۴۴۴۲۹۶۹۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۷۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۰۱
 eghtesadekish@yahoo.com
 eghtesad-kish.ir

بازگشت مهندس یزدان پناه به جزیره کیش



یزدان پناه در جزیره کیش مربوط به ایام انتخابات اخیر ریاست جمهوری بود که از طرف ستاد انتخاباتی دکتر پزشکیان برای شرکت و سخنرانی در همایش هواداران دکتر پزشکیان در کیش به جزیره دعوت شده بود. یزدان پناه از شخصیت های محبوب و مورد علاقه مردم کیش محسوب می شود که خدمات ایشان در دوران مسئولیت در کیش برای مردم منطقه فراموش نشدنی است. در صورت فراهم گر دیدن شرایط لازم برای حضور و نقش آفرینی جدی و قوی ایشان در دوره جدید مدیریت منطقه آزاد کیش پیش بینی می شود پیشرفت جزیره کیش شتابی قابل توجه پیدا کند.

مهندس محمدرضا یزدان پناه مدیر عامل پیشین و سال های گذشته سازمان منطقه آزاد کیش که از ایشان بعنوان معمار نوین کیش یاد میشود و سالهای مدیریت ایشان بعنوان مدیر عامل سازمان منطقه آزاد کیش را سال های طلایی کیش می نامند و اخیراً توسط دکتر کبیری مدیر عامل سازمان منطقه آزاد کیش بعنوان مشاور عالی سازمان منصوب شده اند، امروز در نشستی با مدیر عامل سازمان منطقه آزاد کیش برنامه ها و طرح های خود را بعنوان مشاور عالی منطقه آزاد کیش جهت مشارکت در برنامه های توسعه کیش ارائه خواهند نمود. به گزارش خبرنگار اقتصاد کیش آخرین حضور مهندس

چهارشنبه ۱۰ بهمن ۱۴۰۳، ۲۸ رجب ۱۴۴۶، ۲۹ ژانویه ۲۰۲۵، شماره ۴۴۴۷ (۲۰۲۱ دوره جدید) قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

سخن بزرگان

موفقیت یعنی دوست داشتن خود،
 دوست داشتن کاری که انجام می دهید و دوست داشتن نحوه انجام آن.
مایا آنجلو

| کیش | بندر عباس | قشم | بندر لنگه | میناب | بستک | بندر چارک | پارسیان |
|------|-----------|------|-----------|-------|------|-----------|---------|
| ▲ ۲۳ | ▲ ۲۶ | ▲ ۲۴ | ▲ ۲۳ | ▲ ۲۵ | ▲ ۲۳ | ▲ ۲۴ | ▲ ۲۳ |
| ▼ ۱۷ | ▼ ۱۰ | ▼ ۱۵ | ▼ ۱۴ | ▼ ۱۲ | ▼ ۷ | ▼ ۱۴ | ▼ ۱۱ |

سبک زندگی

راهکار افزایش هوش هیجانی

هوش هیجانی به معنای چگونگی مدیریت و تشخیص احساسات و واکنش های احساسی به دیگران است. در واقع به فهم چگونگی شکل دادن احساسات و تاثیر آنها روی افکار و عملکرد ما و کنترلی که روی رفتار و مهارت هایمان داریم، اشاره می کند. اگر ما از لحاظ احساسی و عاطفی آگاه تر باشیم، در نتیجه بیشتر رشد می کنیم و فهم عمیق تری از اینکه که چه کسی هستیم، به دست می آوریم و با دیگران ارتباط بهتر می سازیم. **تمرین زیر نظر قرار دادن احساسات**

همه ما زندگی شلوغی داریم و نمی توانیم خیلی به احساسات خود توجه کنیم اما باید سعی کنید در مواقع مختلف، در طول روز زمان هایی داشته باشید. در زمان های مشخص چند نفس عمیق بکشید و به احساسی که دارید، فکر کنید. ببینید که این احساسات از کجای می آیند و چه احساساتی را درون خود تجربه می کنید. هر چه بیشتر تمرین کنید، در انجام این کار مهارت بیشتری پیدا می خواهید کرد.

توجه کردن به رفتار

هنگامی که آگاهی از احساسات را تمرین کنید، می توانید زمان بگذارید و رفتار خود را هم شناسایی کنید. تجربه احساسات خاص آنها را ببینید و دقت کنید که این رفتارها چگونه روی زندگی شما اثر گذار هستند. برای اینکه کنترل بیشتری روی خودتان داشته باشید، بهتر است که رفتارهای خود را شناسایی کنید.

سؤال پرسیدن در مورد عقاید

در این دنیای پر مشغله، گیر کردن در حباب عقاید مختلف خیلی زود اتفاق می افتد. دقیقاً این وضعیتی است که عقاید شما به طور مداوم توسط دیگران دستخوش تغییر قرار می گیرند. زمان بگذارید و داستان های مختلف بخوانید، دیدگاه خود را نسبت به زندگی پیدا کنید و همیشه ایده های جدید را به کار بگیرید.

مسئولیت احساسات

احساسات و رفتارهای شما از خودتان می آیند و از

جملات ناب از کتاب های ناب

پسر شایسته - فریدامک فادن
 آب نداشتن به مراتب سخت تر از غذا نداشتن است. دهانم آن قدر خشک است که به سختی می توانم بازش کنم. لب هایم انگار با چسب بهم چسبیده اند. هر وقت هم که سعی می کنم از جایم بلند شوم، احساس سرگیجه دارم. سرم گیج می رود، وقتی می خوابم، خواب آب می بینم. خواب می بینم که چاله آبی پیدا می کنم و مثل سنگ ها شل آب می خورم. او من را می کشد. او می گذارد از بی آبی به بطور وحشتناکی بمیرم. حتی نمی خواهد بگذارد کار به جایی برسد که از شدت گرسنگی بمیرم. هر چند که آن هم باید دردناک باشد.

قاسم انوار

اگر در مغز، اگر در پوست یارست
 بهر جایی که هست آن یار غارست
 تراه گر روی دل با روی حق نیست
 بهر روز از همه رو شرمسارست
 دلا، گر عاشقی بگذارد و بگذرد
 که عاقل در میان گیر و دارست
 اگر تو نقش خوانی، نقش بر خوان
 همه عالم پر از نقش و نگارست
 مگو اسرار حق با نفس جاهل
 که نه اهل نظر اهل نظارست
 ز خود بیرون مرو، تا گم نگردی
 که آن یار گرامی در دیارست
 مرا هر کس که بیند مست گوید
 که قاسم مست چشم پر خمارست

کاریکاتور



طرف شخص دیگری نیست. هنگامی که مسئولیت احساسات و رفتار خود را بپذیرید، تاثیر مثبت آن را روی همه جنبه های زندگی احساس می کنید.

عکس روز



اشرف زابلی - کیشوند

دستگاه تصفیه آب خانگی برند جاماسب

مشترک ایران و تایوان (Made in k.f.z)
تولید جزیره کیش

قیمت ۲۱۰ درهم امارات

۰۷۶۴۴۴۷۳۱۱۶ اربابی
 ۰۹۳۶۱۷۳۴۶۷۹

بهشت خانواده جزیره زیبای کیش. درخت سبز، صنعت دوم، مجتمع تولیدی ارم یا نسیم صنعت کیش داخل بازار، طبقه اول، واحد ۱۱۶

پمپ آب وارداتی کله استیل و پروانه استیل جتی

قیمت ۲۲۰ درهم امارات

۰۷۶۴۴۴۷۳۱۱۶ اربابی
 ۰۹۳۶۱۷۳۴۶۷۹

بهشت خانواده جزیره زیبای کیش. درخت سبز، صنعت دوم، مجتمع تولیدی ارم یا نسیم صنعت کیش داخل بازار، طبقه اول، واحد ۱۱۶

رستوران آتارا

ساعت کار ۱۱:۳۰ الی ۱۶:۳۰

۰۹۱۷۲۲۰۷۰۰۵

آدرس: جزیره کیش، میدان خلیج فارس، روبه روی آب و برق، خیابان سرمايه ۴
 atarestaurant_kish

دستگاه کرایولیپولیز کویتیشن RF

لاغری در کوتاه ترین زمان

Dr.amirchoopaniclinic

۰۹۱۲۳۰۹۶۷۹۷
 ۰۹۳۶۷۶۲۶۶۸۰

جزیره کیش، صدف، ساغتمان بساک، طبقه دوم،
 مطب دکتر امیر چوپانی