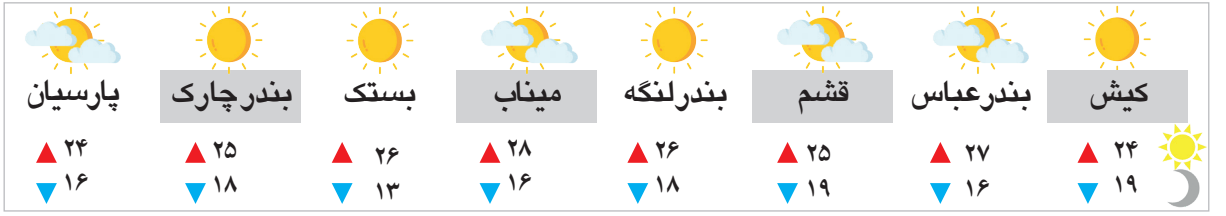


# اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۰۷ - طلوع آفتاب: ۶:۲۳ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۸ - غروب آفتاب: ۱۷:۵۱ - اذان مغرب: ۱۸:۰۸



روزنامه اقتصاد کیش  
WhatsApp group

با کانال واتساپ  
روزنامه اقتصاد کیش  
همراه باشید

WhatsApp

شنبه ۴ اسفند ۱۴۰۳، ۲۳ شعبان ۱۴۴۶، ۲۲ فوریه ۲۰۲۵، شماره ۴۶۶۳ (دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

سخن بزرگان  
بزرگی، معرفت، ادب، و نجابت آدمیان را به هنگام خشم و عصبانیت بیاز مائید  
نه در زمانی که همه چیز بر وفق مرادشان است...

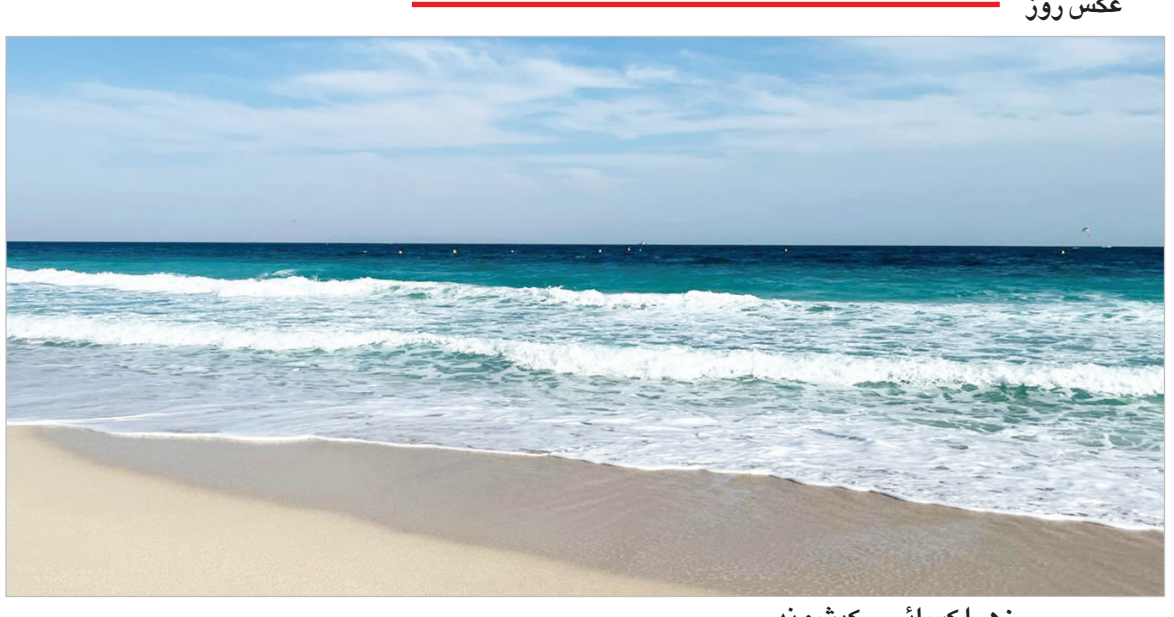
چارلی چاپلین

**میرداماد**  
وز از ناله‌ام بنیاد جان نابود می‌گردد  
هنوز از آن مه شب‌ها جهان پر دود می‌گردد  
هنوز از بس هجوم درد و غم در سینه تنگم  
همه شب تا سحر راه نفس مسدود می‌گردد  
بلائی عشق طرح دوستی افکند و می‌دانم  
که آخر دشمن این جان غم‌فروست می‌گردد  
ز غمزه چند بر هستی ما ناوک زنی؟ رجمی!  
که این صحرا پر از پیکان زهر آلود می‌گردد  
نگویم دل در این ویرانه تن دشمنی دارم  
که هر روزم از آن بنیاد جان نابود می‌گردد  
به دردی سر به سر کردی دو عالم شادباش ای دل  
که در سودای عشق آخر زیان‌ها سود می‌گردد  
ز لطف خویش زنجیری بیا بر گردن شب نه  
که باز امشب به رگم من فلک خوش‌رود می‌گردد  
به طنز اشراق را گویی که خوشنودی ز ما یانه  
بلی از چون تو خونخواری کسی خشنود می‌گردد؟

**جملات ناب از کتاب‌های ناب**  
پیر مرد صدساله‌ای که از پنجره بیرون  
پرید و ناپدید شد - یوناس یوناسون  
وقتی پنج‌ساله بود، موقع خرکش کردن بشکه‌ها،  
برای وقت کشی، شروع کرد به شمردن آن‌ها: «  
یک، دو، سه، چهار، پنج...»  
وقتی بزرگ‌تر شد، این تمرین‌ها را سخت‌تر کرد  
تا هم‌چنان برایش چالش برانگیز باشند: «پونز ده  
تا بشکه ضربدر سه بار ضربدر هفت نفر بارکش،  
به‌اضافه‌ی یکی که اون جانشسته و هیچ کاری  
نمی‌کنه... می‌شه... سیصد و پونز ده.»  
مادر نومبوکو چندان حواسش به اطرافش نبود  
ولی متوجه شده بود که دخترش می‌تواند جمع  
و تفریق کند.

**کاریکاتور**  
کاریکاتور

**عکس روز**  
عکس روز



**سبک زندگی**  
روش مدیریت زمان برای رسیدن به موفقیت

اهداف‌شان برسد. مدیریت زمان، تکنیک‌های متعددی وجود دارد که به افراد کمک می‌کند تا بهره‌وری خود را افزایش داده، برخی از این تکنیک‌ها عبارتند از:

- اولویت‌بندی وظایف**  
اولویت‌بندی یکی از کلیدهای موفقیت در مدیریت زمان است. استفاده از روش‌هایی مانند ماتریس آیزنهاور که وظایف را بر اساس اهمیت و فوریت دسته‌بندی می‌کند، به افراد کمک می‌کند تا وقت خود را بر روی کارهای مهم و ضروری متمرکز کنند.
- تعیین اهداف مشخص**  
داشتن اهداف واضح و قابل اندازه‌گیری از اهمیت بالایی برخوردار است. تعیین اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت و برنامه‌ریزی برای دستیابی به آن‌ها به ما کمک می‌کند تا روی مسیر مشخصی حرکت کنیم و از وقت خود به بهترین شکل استفاده کنیم.
- استفاده از تکنیک پومودورو**

اهداف‌شان برسد. مدیریت زمان، تکنیک‌های متعددی وجود دارد که به افراد کمک می‌کند تا بهره‌وری خود را افزایش داده، برخی از این تکنیک‌ها عبارتند از:

- اولویت‌بندی وظایف**  
اولویت‌بندی یکی از کلیدهای موفقیت در مدیریت زمان است. استفاده از روش‌هایی مانند ماتریس آیزنهاور که وظایف را بر اساس اهمیت و فوریت دسته‌بندی می‌کند، به افراد کمک می‌کند تا وقت خود را بر روی کارهای مهم و ضروری متمرکز کنند.
- تعیین اهداف مشخص**  
داشتن اهداف واضح و قابل اندازه‌گیری از اهمیت بالایی برخوردار است. تعیین اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت و برنامه‌ریزی برای دستیابی به آن‌ها به ما کمک می‌کند تا روی مسیر مشخصی حرکت کنیم و از وقت خود به بهترین شکل استفاده کنیم.
- استفاده از تکنیک پومودورو**

**آموزش آشپزی**  
کوفته قبریسی

مواد لازم:  
گوشت چرخ شده ۵۰۰ گرم  
سیب زمینی متوسط، رنده شده ۱ عدد  
سیب زمینی متوسط، آب پز ۱ عدد  
پیاز ۱ عدد  
جعفری ۱ یک‌دسته بزرگ  
تخم مرغ ۱ عدد  
لیموترش ۱ عدد  
پودر نان خشک به مقدار لازم  
نمناخشک ۲ قاشق غذاخوری  
دارچین ۲ قاشق چایخوری  
نمک ۱/۵ قاشق چایخوری

فلفل ۱/۵ قاشق چایخوری  
روغن برای سرخ کردن به مقدار لازم

**طرز تهیه:**  
سیب زمینی‌ها را رنده ریز کنید و آب اضافی آن را دور بریزید.  
سیب زمینی دیگر را در حالی که گرم است بجوشانید، پوست بگیرید و به خوبی له کنید. یا رنده ریز کنید.  
گوشت چرخ کرده، پیاز، نعنا و جعفری ریز خرد شده، تخم مرغ، نمک، فلفل و دارچین را اضافه کنید.  
خیلی خوب مخلوط کنید و اگر مایع اضافی داشت مقدار یک پودر نان خشک اضافه کنید. در این مرحله می‌توانید آن را در یک کسسه زپ لاک قرار داده و فریز کنید. و در مواقعی که خواستید آن را مصرف کنید زودتر از فریزر خارج کنید.

**TOPTOURS Group**  
تاپ تورز

**گروه هتل های تاپ تورز**

**هتل ویدا**

**هتل بزرگ کوش**

www.ttgroup.ir @Toptours\_Group ttgroup.ir 021-8586

**آگهی دعوت مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده**  
مؤسسه مرکز خرید آراین نوبنیاد کیش به شماره ثبت ۲۹۷

بدینوسیله از مالکین محترم مرکز خرید آراین واقع در جزیره کیش به آدرس: نوبنیاد، فاز ۳، جهت شرکت در مجمع عمومی مالکین عادی به طور فوق العاده دعوت به عمل می‌آید که در تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۵ رأس ساعت ۱۸ در محل دفتر مرکز خرید آراین حضور به هم رسانید.

**دستورات جلسه:**

- انتخاب اعضای هیأت مدیره
- تعیین روزنامه کثیرالانتشار

**هیأت مدیره مؤسسه مرکز خرید آراین نوبنیاد کیش**

**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

۴۴۴۲۴۹۶۹  
۴۴۴۲۴۹۹۹

**اقتصاد کیش**

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه