

# 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  
 کستور توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان  
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای  
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵  
 تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۱)  
 فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸  
 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

روزنامه اقتصاد کیش  
 WhatsApp group



با کانال واتساپ  
 روزنامه اقتصاد کیش  
 همراه باشید

WhatsApp

دوشنبه ۱۸ فروردین ۱۴۰۴، ۸ شوال ۱۴۴۶، ۷ آوریل ۲۰۲۵، شماره ۴۴۸۳ (دوره جدید) قیمت ۱۲۵۰۰ تومان

**سخن‌پزگان**  
 قدرت شکست‌ناپذیر خدا هر مانعی را از سر راه بر می‌دارد. خداوند بخشاینده است و انسان، دریافت‌کننده.  
 زندگی، بازگشت اندیشه‌ها، گفتارها و کردارهای ماست که دیر یا زود به ما باز می‌گردد.  
**اسکاول شین**

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۲۰ - طلوع آفتاب: ۵:۳۸ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۶ - غروب آفتاب: ۱۸:۱۴ - اذان مغرب: ۱۸:۳۱

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۲	▲ ۳۵	▲ ۳۱	▲ ۳۴	▲ ۳۸	▲ ۳۹	▲ ۳۳	▲ ۳۷
▼ ۲۵	▼ ۲۲	▼ ۲۳	▼ ۲۲	▼ ۲۳	▼ ۲۲	▼ ۲۴	▼ ۲۴

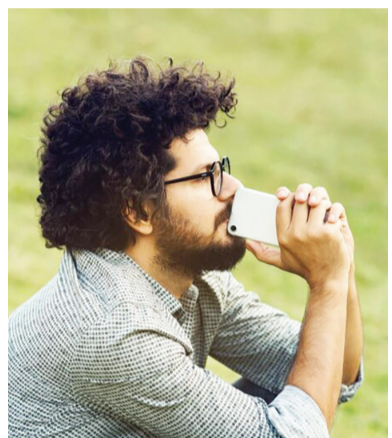
**مولانا**  
 من دی نگفتم مر تو را کای بی نظیر خوش لقا  
 ای قدمه از رشک تو چون آسمان گشته دوتا  
 امروز صد چندان شدی حاجب بدی سلطان شدی  
 هم یوسف کنعان شدی هم فر نور مصطفی  
 امشب ستایمت ای پری فردا ز گفتن بگذری  
 فردا زمین و آسمان در شرح تو باشد فنا  
 امشب غنیمت دارم تا باشم غلام و چاکرت  
 فردا ملک بی هوش شود هم عرش بشکافد قبا  
 ناگه بر آید صصری نی بام مانده نه دری  
 زین پشکان پرگی زند چونک ندارد پیل پا  
 باز از میان صرصرش در تابد آن حسن و فرش  
 هر ذره‌ای خندان شود در فر آن شمس الضحی  
 تعلیم گیرد ذره‌ها زان آفتاب خوش لقا  
 صد ذرگی دلربا کانها نبودش ز اینتا

**جملات ناب از کتاب‌های ناب**  
**جات از هزار تو- نیکول لبرا**  
 شاعران و عارفان، به نظر همیشه در جایی باشکوه،  
 به لحظه بیداری درون می‌رسیدند (در کوهستان  
 و در حالی که به دریای پهناور خیره شده‌اند، یا کنار  
 جوی آب روان یا در دشت و دمن) اما این بیداری  
 برای من، در کلبه‌های چوبی و در میان جنگل رخ داده  
 زمانی که به صورت غیرقابل کنترلی گریه می‌کردم و  
 اشک‌هایم بر روی کاسه‌سویبی که در حال خوردن  
 آن بودم، می‌بارید.  
 من به همراه شریک زندگی ام، للی، در حال گذراندن  
 تعطیلات در بخش شمالی ایالت نیویورک بودیم تا  
 کمی از زندگی شهری و استرس‌زادریلادلفیا فاصله  
 بگیریم



عکس روز  
 \* عکس های خود از جزیره کیش و هر مکان یا عکس همراه با روزنامه را جهت چاپ به شماره ۰۹۳۴۶۸۵۸۴۱ ارسال فرمایید \*

**سبک زندگی**  
**چگونه از شر افکار منفی خلاص شویم؟**  
 این نوروها بیشتر و با شدت بیشتری با هم فعال شوند، این قدرت درونی بیشتر در مغزتان شکل خواهد گرفت. وقتی این کار را انجام می‌دهید، فقط در آن لحظه نیست که از جنبه‌های مثبت بیشتر بهره‌برداری می‌کنید. با تمرین، در واقع به مغزتان یاد می‌دهید که در آینده هم به جنبه‌های مثبت بیشتر توجه کند.  
 در واقع ششما و انکش عاطفی تان را به آن تجربه مثبت تقویت می‌کنید. آنچه با گذشت زمان، می‌تواند تمایل به منفی‌نگری را متعادل و در واقع مغز را آماده کند تا در آینده تجربیات خوب بیشتری را جذب و حفظ کند.  
 برای درک اینکه چرا این روش موثر است، ابتدا مهم است که بدانیم انسان اصولاً به منفی‌نگری تمایل دارد؛ به این معنی که بیشتر احتمال دارد به مسائل منفی توجه کند و آنها را از مسائل مثبت مهم‌تر در نظر بگیرد.  
 این موضوع برای تمام کسانی که این تجربه را دارند که آرامش هنگام بیدارگری در یک روز زیبا یا حتی شادی از خندیدن با یک دوست، بیشتر توجه کنید.  
 دکتر هانسون پیشنهاد می‌دهد پنج تا ۱۰ ثانیه یا بیشتر وقت بگذارید و در حس خوب آن تجربه بهمانند: هرچه



**آموزش آشپزی**  
**خورشت ترشی قورمه**  
**مواد لازم:**  
 گوشت خورشتی ۲۰۰ گرم  
 لوبیا چشم‌بلبلی نصف پیمانه  
 پیاز ۱ عدد  
 آلوچه به مقدار لازم  
 نمک و فلفل سیاه و زردچوبه به میزان لازم  
 زعفران دم کرده به میزان لازم  
 رب گوجه به میزان لازم  
 پیاز داغ (در صورت دلخواه) به مقدار لازم

**طرز تهیه:**  
 لوبیاها را از قبل خیس کنید. پیاز را خرد کنید و کمی تفت بدهید و بعد گوشت خورشتی را به آن اضافه کنید و تفت بدهید. مقداری فلفل سیاه و زردچوبه اضافه کنید و بعد کمی تفت بدهید. رب گوجه را اضافه کنید و کمی تفت بدهید و بعد یک مقدار آب بریزید و اجازه بدهید بپزد.  
 زمانی که گوشت نیم پز شد آب لوبیاها را دور بریزید و به خورش اضافه کنید، و بعد داخل خورش بریزید. نیم ساعت آخر پخت آلوچه‌های از قبل خیس شده را داخل آن بریزید، نمک و زعفران را هم بریزید. و اجازه

**مسیر پروازی کیش - دبی - کیش**

**کیش - دبی - کیش**

**کیش - دبی - کیش**

شعبه و تنه شامبه  
 کیش - دبی ۱۰:۳۰ به ۱۱:۵۵  
 دبی کیش ۱۳:۰۰ به ۱۳:۱۵

روابط عمومی و امور بین الملل  
 شرکت هواپیمایی کیش

هواپیمایی کیش  
 KISH AIR

**گروه هتل های تاپ تورز**

**TOPTOURS Group**  
 تاپ تورز

هتل ویدا

هتل کوروش

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

**اقتصاد کیش**  
 پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش  
 گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش  
 روزنامه