

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
کستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
مرورید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۳)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۷۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۸۰۱
eghtesadekish@yahoo.com
eghtesad-kish.ir

روزنامه اقتصاد کیش
WhatsApp group



با کانال واتساپ
روزنامه اقتصاد کیش
همراه باشید

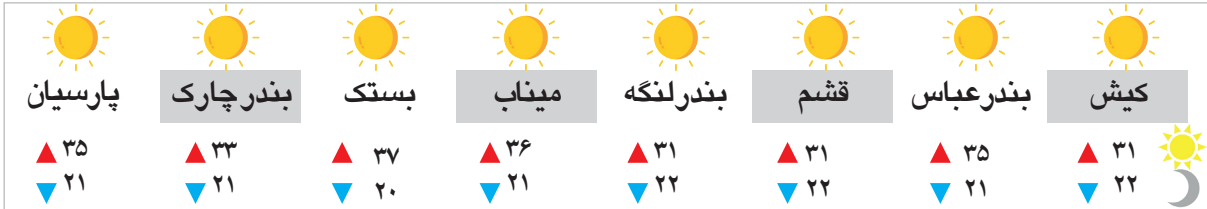
WhatsApp

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴، ۱۰ شوال ۱۴۴۶، ۹ آوریل ۲۰۲۵، شماره ۴۶۸۵ (۲۰۶۹ دوره جدید) قیمت ۱۲۵۰۰ تومان

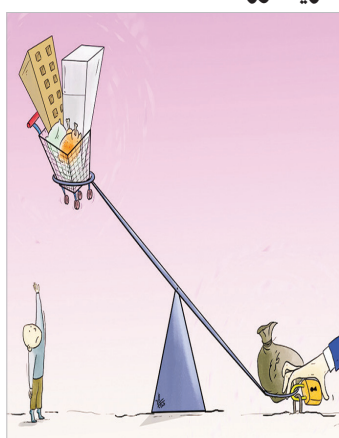
سخن‌بزرگان

قدرتمندترین نیرو برای متوقف کردن شما
افکاری است که در ذهن خودتان پرورش می‌دهید.

کنفسیوس فیلسوف چینی



کریکاتور



جملات ناب از کتاب‌های ناب
پیرانزی - سوزانا کلارک

جزر و مد ابتدا از تالارهای شرقی دور آمد و بی هیچ شدتی، از راه پله شرقی‌ترین نقطه بالارفت. آب بی‌رنگ بود و عمقش تا قوزک پا می‌رسید. جزر و مد این‌های خاکستری سرتاسر سنگ‌فرش پهن کرد، این‌های که گویی بارگه‌هایی از کف شیرین‌رنگ، شبیه مرم‌ر شده بود.

بعد از آن، جزر و مد از تالارهای غربی آمد و غرش کنان از راه پله غربی‌ترین نقطه بالارفت و با صدای شدیدی شبیه دست‌زدن، به دیوار شرقی کوبیده شد و کاری کرد که همه مجسمه‌ها بلرزند. رنگ کف جزر و مد، شبیه سفیدی استخوان‌های قدیمی ماهی‌ها بود و اعماق خروشان آن، رنگ مفرغ. در عرض چند ثانیه، آب تا کمر گاه‌رديف اول مجسمه‌ها رسید.

حافظ

صوفی بیا که آینه صافیست جام را
تاب‌گیری صفای می‌لعل فام را
راز درون پرده ز رندان مست پرس
کاین حال نیست زاهد عالی مقام را
عناق‌شکار کس نشود دام باز چین
کأنجا همیشه باد به دست است، دام را
در بزم دور، یک‌دو قدح در کش و برو
یعنی طمع مدار وصال دوام را
ای دل شباب رفت و نجیدی گلی ز عیش
پیرانه سر مکن هنری ننگ و نام را
در عیش نقد کوش که چون آیخور نماند
آدم بهشت، روضه دارالسلام را
ما را بر آستان تو پس حق خدمت است
ای خواجه بازمین به ترخم غلام را
حافظ مرید جام می‌است ای صبا برو
وز بنده بندگی برسان شیخ جام را

سبک زندگی

مدیریت دعوای خانوادگی؛ راهکارهای سازنده برای آرامش!

نداشتن توافق بر سر نحوه خرج کردن و پس انداز می‌تواند موجب استرس و نارضایتی در بین اعضای خانواده شود.

علاوه بر این، توقعات ناهم‌جا، مانند انتظار بیش از حد از یکدیگر بدون در نظر گرفتن شرایط واقعی، اغلب منجر به احساس ناکامی و اختلاف می‌شود. تفاوت‌های نسلی نیز نقش مهمی در ایجاد تعارضات دارد، چرا که اختلاف در باورها، ارزش‌ها و سبک زندگی بین نسل‌های مختلف می‌تواند به سوء تفاهم و اختلاف منجر شود. در نهایت، نبود ارتباط مؤثر و ناتوانی در بیان صحیح احساسات و نیازها، اغلب موجب سوء تفاهم و تشدید تعارضات خانوادگی می‌شود.

راهکارهای سالم برای مدیریت تعارضات خانوادگی

جهت مدیریت اختلافات خانوادگی، می‌توان از روش‌های متعددی بهره برد. یکی از مهم‌ترین راهکارها، ارتباط باز است که به معنای ایجاد فضایی برای بیان آزادانه احساسات و نگرانی‌ها بدون ترس از نمک و فلفل می‌باشد. باید به یاد داشت که حدود نصف لیوان شود. کناره بادمجان‌های پوست‌کنده را چاک می‌دهیم و با نمک در روغن با حرارت ملایم سرخ می‌کنیم، سپس مرغ را خرد می‌کنیم، استخوان‌های درشت آن را می‌گیریم و کنار می‌گذاریم.

غوره را می‌شوئیم و کمی نمک به آن می‌زنیم و در هر چاک بادمجان کمی غوره می‌ریزیم. بامیه‌ها را در ظرف مرغ می‌ریزیم و می‌گذاریم در حرارت ملایم کمی بپزد، سپس بادمجان‌ها را روی آن می‌چینیم و اجازه می‌دهیم خورش با حرارت ملایم چند جوش بزند و جا بیفتد.

برای گرفتن روغن اضافی بادمجان‌ها را در آبکش فلزی می‌چینیم و آبکش را در ظرفی قرار می‌دهیم.

عکس روز



* عکس‌های خود از جزیره کیش و هرمزگان یا عکس همراه با روزنامه را جهت چاپ به شماره ۰۹۳۴۷۶۸۵۸۴۱ ارسال فرمایید *

جزیره قشم - هرمزگان

آموزش آشپزی

خورش بامیه و بادمجان

مواد لازم:

مرغ تمیز کرده	یک عدد
بادمجان قلمی یک اندازه	شش عدد
بامیه	۵۰۰ گرم
پیاز سرخ کرده	۲۵۰ گرم
غوره	۲۵۰ گرم
رب گوجه‌فرنگی	یک قاشق غذاخوری
نمک و فلفل	به قدر کافی
روغن	۱۵۰ گرم

طرز تهیه:

مرغ را با یک لیوان آب، پیاز، رب گوجه‌فرنگی و کمی

با تخفیف ویژه

دستگاه کرایولیولیز کویتیشن RF لاغری در کوتاه‌ترین زمان



- اه اسکالپ
- کویتیشن آر اف
- لیپوپرو
- اتاق ورزش

مشاوره
۰۹۱۲۰۲۱۷۷۸۷
نوبت دهی
۰۹۳۴۷۶۸۵۸۹۹


Ariasalamat.kish

فیابان کاشانی، نرسیده به میدان سنایی، جنب برج مونا
سافتمان تندیس، درمانگاه آریا سلامت

شرکت صنایع چوبی حلاج



با ۲۵ سال سابقه فعالیت در کیش

کلیه سفارشات MDF، چوبی دکوراسیون غرفه و منزل

۰۹۳۴۷۶۹۸۲۵۲

جزیره کیش، شهرک صنعتی درخت سبز، صنعت ششم، پلاک R۱

اقتصاد کیش

پرتیراژترین و با سابقه‌ترین نشریه جزیره کیش

گسترده‌ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه

۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹