املاک خانه لوکس
گروه مشاورین خانه لوکس کیش
Kish Luxury Home Real Estate
بیژن نهنگی
۰۲۱-۸۲۸۰۴۴۶۸ ۰۹۳۴۷۶۸۴۴۶۸
آدرس: شهرک صدف، خیابان کرمان ساختمان بساک، طبقه اول ، واحد ۲۱

اقتصاد کیش
روزنامه

اقتصاد کیش
خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
صاحب امتیاز: موسسه مطبوعاتی و رسانه ای اقتصاد کیش
مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
قائم مقام مدیر مسئول: اسحق ارزانی
با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای مروارید، بلوک B۳، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۶۸۰۱
eghtesadekish@yahoo.com
eghtesad-kish.ir

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۳۶ ـ طلوع آفتاب: ۵:۰۳ ـ اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۱ ـ غروب آفتاب: ۱۸:۴۰ ـ اذان مغرب: ۱۸:۵۸ یکشنبه ۴ خرداد ۱۴۰۴، ۲۷ ذی‌القعده ۱۴۴۶، ۲۵ می ۲۰۲۵، شماره ۴۷۱۸ (۲۱۰۲ دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۲۵۰۰ تومان

	کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندرچارک	پارسیان
▲	۳۶	۳۶	۳۴	۳۶	۳۹	۴۳	۳۷	۴۱
▼	۲۸	۲۷	۲۸	۲۸	۲۸	۲۷	۲۷	۲۷

سخن بزرگان

به یاد داشته باشید انسان‌های خوشبخت کسانی نیستند که در زندگی بیشتر به دست آورده‌اند، بلکه آن‌هایی هستند که بیشتر به دیگران بخشیده‌اند.

اچ. جکسون براون

سبک زندگی

چند تغییر ساده برای رشد و پیشرفت شغلی

اینکه ما چه شغلی داشته باشیم، اهمیت بسیار زیادی را در روند زندگی مان دارد، زیرا تایم زیادی از روز خود را صرف کار کردن می کنیم. بنابراین باید سعی کنیم شغلی را انتخاب کنیم که به آن علاقه داشته باشیم تا هر روز برای سرکار رفتن با خودمان درگیر نباشیم. اما به هر حال شما می توانید با چند تغییر ساده رشد شغلی خود را افزایش دهید و مسیر بهتری را در پیش بگیرید.

هدف‌گذاری کنید

هدف‌گذاری از مهم‌ترین ابعاد پیشرفت در زندگی است پس هدفمند باشید و بدانید که به چه سمتی در حرکت هستید و می‌خواهید در چه ابعادی از زندگی کاری‌تان شاهد رشد و موفقیت خود باشید مثلا می‌خواهید ترفیع بگیرید یا در کارتان بهبود ایجاد کنید.

فرصت‌های پیشرفت را بررسی کنید

فرصت‌های شغلی موجود در شرکت خود را مرور کنید و بررسی کنید که آیا افراد دیگری در موقعیت شما، پس از مدتی به موقعیت بالاتری رسیده‌اند؟ اگر شرکت شما به کارکنان خود ترفیع نمی‌دهد، به دنبال فرصت‌هایی خارج از شرکت باشید.

ذهن خود را به سمت فراوانی ببرید

تا زمانی که روی ذهن خود کار نکنید، اتفاق خوبی رخ نمی دهد. ذهن شما باید به فکر ایجاد ثروت و فراوانی باشد. پس از چیز های ثابت و تکراری دوری کنید و به سمت فراوانی پیش بروید.

یادگیری را ادامه دهید

یادگیری مداوم رمز موفقیت در هر کاری است. به دنبال یادگیری باشید، مهارت‌های خود را ارتقا دهید تا به فردی آگاه در حیطه خود تبدیل شوید. هرچه بیشتر بدانید، در حرفه خود پیشرفت بیشتری خواهید کرد و رضایت شما از شغل شما افزایش می‌یابد.

یک شبکه گروهی ایجاد کنید

از دیگران کمک بگیرید. سعی کنید افکار و ایده های آن‌ها را نیز به کار ببندید. از خلاقیت آن ها کمک بگیرید و در شغلی که دارید از تجربیات افراد متخصص استفاده کنید یا یک گروه برای خودتان تشکیل دهید تا بتوانید با افراد در کنار یکدیگر پیشرفت کنید.

عادت‌های مثبت ایجاد کنید

تغییر روش‌ها و همچنین طرز تفکر به هیچ وجه غیرممکن نیست و مغز توانایی تغییر دارد پس عادت‌های منفی را کنار بگذارید و عادت‌های مثبتی در خود ایجاد کنید که منجر به موفقیت و پیشرفت شغلی می‌شوند.

ارتباطات خود را بهبود و گسترش بدهید

ارتباطات خود را بهبود و گسترش بدهید و با افراد مختلف شبکه ارتباطی برقرار کنید. این کار هم روی اعتمادبه‌نفستان اثرات مثبت می گذارد و هم امکان رشد را برایتان مقدورتر می کند. همچنین داشتن دوستان زیاد و ارتباطات موثر در روحیه تاثیر دارد.

تمرکزتان را بالا ببرید

بالارفتن تمرکز می‌تواند سرعت کارهایتان را بالا ببرد و موجب شود که از وقت‌تان بهتر استفاده کنید و باعث رشد و پیشرفت می‌شود. در محیطی بدون عوامل پرت‌کننده حواس مشغول به کار شوید و برای خود ساعت تعیین کنید.

کاریکاتور

جملات ناب از کتاب های ناب

چایت را من شیرین می کنم - زهرا بلنددوست

آن روزها من یک‌ساله بودم و برادرم دانیال پنج‌ساله. مادرم همیشه نقطه‌ی مقابل پدر قرار داشت، اما بی‌صدا و جنجال. او تنها برای حفظ من و برادرم بود که تن به دوری از وطن و زندگی با پدرم داد؛ مردی که از مبارزه، تنها بدمستی و شعارهایش نصیب‌مان شد. شعارهایی که آرمان‌ها و آرزوهای دوران نوجوانی من و دانیال را تباه کرد؛ و اگر نبود، زندگی‌مان شکل دیگری می‌شد. پدرم با این که توهم توطئه داشت اما زیرک بود، و پل‌های بازگشت به ایران را پشت سرش خراب نمی کرد. می گفت «باید طوری زندگی کنم که هروقت نیاز شد به‌راحتی برگردم و برای استواری ستون‌های سازمان، خنجر از پشت بکوبم.» نمی‌دانم واقعاً به چه فکر می‌کرد؛

قصاب کاشانی

کی ز جور دهر کم فرصت الم داریم ما
چون تو را داریم از دشمن چه غم داریم ما
ما اسیران با گرفتاری ز بس خو کرده‌ایم
هر کجا در خاک دامی نیست رم داریم ما
کم مبادا از سر ما نقش داغ و مد آه
سرفرازی‌ها از این چتر و علم داریم ما
هست تا اشک ندامت ایمن ایم از سوختن
بیم ز آتش نیست تا دیده نم داریم ما
خانه بر دوشان در این دریا به‌هم پیوسته‌اند
دست همچون موج در آغوش هم داریم ما
قطره‌ای تا از می شوق تو باشد در ایاغ
کافریم ار آرزوی جام جم داریم ما
تا که چون قصاب مستغنی شدیم از لطف دوست
کی نظر دیگر به ارباب کرم داریم ما

عکس روز

* عکس های خود از جزیره کیش و هرمزگان یا عکس همراه با روزنامه را جهت چاپ به شماره ۹۳۴۷۶۸۵۸۴۱ ارسال فرمایید *

دکتر آریا شجاعی فر - کیشوند

آموزش آشپزی

شله بریان زیره

مواد لازم:

گوشت دنده یا گردن	۱۵۰ گرم
برنج دانه ریز	۱ پیمانه
پیاز	۱ عدد
زیره	۲ قاشق غذاخوری
نمک	۲ قاشق چای خوری
فلفل سیاه	۱ قاشق چای خوری
زردچوبه	۱/۲ قاشق چای خوری

طرز تهیه:

برنج نیمدانه را بشویید و با کمی نمک و آب بگذارید چند ساعت خیس بخورد.

پیاز را نگینی یا خلالی خرد کنید و در یک قابلمه مناسب با کمی روغن تفت دهید تا سبک و شیشه‌ای شود سپس گوشت را به همراه زردچوبه و فلفل سیاه اضافه کرده و تفت دید تا رنگ گوشت کاملا تغییر کند.

چند پیمانه آب جوش به آن اضافه کنید و اجاه دهید ۲ ساعت با حرارت ملایم بپزد.

استخون را از گوشت جدا کنید و دوباره گوشت را به همراه برنج خیس خورده به قابلمه اضافه کنید و بگذارید برنج بپزد.

هر از گاهی هم بزنید که برنج ته نگیرد.

زمانی که آب گوشت کم شد و برنج نرم شد، زیره را اضافه کنید و مخلوط نمایید و صبر کنید تا آب شله کاملا کشیده شود.

مواد را با گوشت کوب، بکوبید و سپس سرو نمایید.

موسسه مطبوعاتی و رسانه ای اقتصاد کیش

سرپرستی روزنامه ایران در منطقه آزاد کیش

روزنامه اقتصاد کیش

هفته نامه اقتصاد قشم

هفته نامه توسعه کیش

هفته نامه مناطق آزاد

پایگاه اطلاع رسانی اقتصاد کیش نیوز

۰۷۶ -۴۴۴۲۴۹۹۹
۰۹۳۴۷۶۸۵۸۴۱
eghtesadekishnews.ir
Eghtesadkish
آدرس: کیش ، خیابان فردوسی ویلاهای اداری مروارید ، بلوک B۳، طبقه سوم ، واحد ۷۱۵

هنرمند گرامی جناب آقای
یاسر عزیزی
بعنوان یکی از بهترین
نوازنده های ایران
امیدواریم همواره شاهد
درخشش بیش از پیش
شما در صحنه های هنری
ایران زمین باشیم.
جمعی از دوستداران شما

جناب آقای یاسر عزیزی
درخشش شما در صحنه های
هنر موسیقی شایسته تجلیل
و افتخار است . بر همت و
تلاش‌تان درود می فرستیم
و برایتان در ادامه راه توفیق
روز افزون را آرزومندیم .
جمعی از هواداران شما

عکاسخانه اردیبهشت
بلوار سنایی- بازار ونوس- طبقه اول- پلاک ۲۷۶
۰۹۳۴ - ۷۶۸ - ۶۴۳۷ * ۰۹۳۰- ۶۲۲ - ۵۳۳۰
عکاسخانه اردیبهشت