

# 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  
 گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان  
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای  
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵  
 تلفن: ۴۴۴۴۹۹۹ - ۴۴۴۴۹۹۹ (۰۷۱)  
 فکس: ۴۴۴۴۹۶۸  
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴  
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صادشت، بلوار تیر،  
 انتهای خیابان ۱۲ غربی  
 شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۷۵۵۸۱۸۰۱  
 eghtesadekish@yahoo.com  
 eghtesad-kish.ir

**لوازم تحریر هانی**  
 عرضه کننده نوشت افزار  
 لوازم مدارس و اقلام فانتزی  
 ۵ نوبنیاد ۳ - مرکز خرید آراین  
 طبقه اول، غرفه ۴۱ و ۴۲  
 یکشنبه ۲۷ اسفند ۱۴۰۲، ۶ رمضان ۱۴۴۵، ۱۷، ۱۴۴۵، ۲۰۲۴، شماره ۴۴۳۳ (۱۸۱۷) دوره جدید، ۱۲ صفحه قیمت ۹۰۰۰ تومان  
 Hany\_tahrir  
 ۰۹۰۲۳۹۹۲۰۹۹

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۴۴ - طلوع آفتاب: ۶:۰۰ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۲ - غروب آفتاب: ۱۸:۰۴ - اذان مغرب: ۱۸:۲۰



دعای روز ششم ماه رمضان:  
 اللَّهُمَّ لَا تَخْذُلْنِي فِيهِ تَعْرِضُ لِي مَعْصِيَتِكَ وَلَا تَضْرِبْنِي سِيَاطَ تَقْوِيَتِكَ وَ زَخْرُ حَنِي فِيهِ مِنْ مُوجِبَاتِ سَخِيكِ بِنَمِّكَ وَأَيَادِيكَ يَا مُنْتَهَى رَغْبَةِ الرَّائِبِينَ،  
 خدایا مرا در این ماه به خاطر نزدیک شدن به نافرمانی‌ات وامگذار، و با تازیانه‌های انتقامت عذاب مکن، و از موجبات خشمت دورم بدار،  
 به فضل و عطاها، ای نهایت دل‌بستگی دل‌شدگان.

**کاریکاتور**  
  
 بر خیز که می‌رود زمستان  
 نارنج و بنفشه بر طبق نه  
 وین پرده بگویی تا به یک بار  
 بر خیز که باد صبح نوروز  
 خاموشی بلبلان مشتاق  
 آواز دهل نهان نماند  
 بوی گل بامداد نوروز  
 بس جامه فروختست و دستار  
 ما را سر دوست بر کنارست  
 چشمتی که به دوست بر کند دوست  
 بر هم نهند ز تیر باران

**سعدی**  
 بگشای در سرای بستان  
 منقل بگذار در شبستان  
 زحمت ببرد ز پیش ایوان  
 در باغچه می‌کند گل افشان  
 در موسم گل ندارد امکان  
 در زیر گلیم عشق پنهان  
 و آواز خوش هزارستان  
 بس خانه که سوختست و دکان  
 آنک سر دشمنان و سندان  
 بر هم نهند ز تیر باران

**چهل قاعده شمس تبریزی**  
 قاعده ۲۵  
**فقط در آینده دنبال بهشت و جهنم نگرد. هر گاه بتوانیم یکی را بدون چشمداشت و حساب و کتاب و معامله دوست داشته باشیم، در اصل در بهشتیم. هر گاه با یکی منازعه کنیم و به نفرت و حسد و کین آلوده شویم، با سر به جهنم افتاد ایم.**

**سبک زندگی**  
**اتفاقی چیست و چه ارتباطی با روزه‌داری دارد؟**  
 مولکول‌های ناخواسته و قسمت‌های ناکارآمد را حذف می‌کنند. گاهی اوقات اتفاقی برخی از این مولکول‌ها و قطعات را از بین می‌برد. در موارد دیگر، سلول این قطعات را به اجزای جدید باز یافت می‌کند. فرآیند فعال‌سازی اتفاقی به شدت توسط ۱۸ ژن مختلف مرتبط با اتفاقی تنظیم می‌شود. او گفت: فرآیند اتفاقی ارتباط آن با روزه داری یک فرآیند پیچیده در بیولوژی است که مربوط به تخلیص و پالایش سلولی مواد غذایی و دیگر مواد مصرفی است. در این فرآیند، سلول‌های خودکشی می‌کنند تا محتوای آنها را برای سلول‌های دیگر قابل استفاده کند.  
 وراثت و شخصیت و بالینی بیان کرد: روزه‌داری اعمال ماه مبارک رمضان و برای بهبود سلامت است. در طول روزه‌داری، غذای مصرفی شما این باعث می‌شود که بدن به یک فرآیند اتفاقی نزدیک شود، زیرا مجبور است از موادی که در دسترس نیستند استفاده کند.  
 او تصریح کرد: در طول روزه‌داری، بدن به فعالیتی مشابه مولکول‌های ناخواسته و قسمت‌های ناکارآمد را حذف می‌کنند. گاهی اوقات اتفاقی برخی از این مولکول‌ها و قطعات را از بین می‌برد. در موارد دیگر، سلول این قطعات را به اجزای جدید باز یافت می‌کند. فرآیند فعال‌سازی اتفاقی به شدت توسط ۱۸ ژن مختلف مرتبط با اتفاقی تنظیم می‌شود. او گفت: فرآیند اتفاقی ارتباط آن با روزه داری یک فرآیند پیچیده در بیولوژی است که مربوط به تخلیص و پالایش سلولی مواد غذایی و دیگر مواد مصرفی است. در این فرآیند، سلول‌های خودکشی می‌کنند تا محتوای آنها را برای سلول‌های دیگر قابل استفاده کند.  
 وراثت و شخصیت و بالینی بیان کرد: روزه‌داری اعمال ماه مبارک رمضان و برای بهبود سلامت است. در طول روزه‌داری، غذای مصرفی شما این باعث می‌شود که بدن به یک فرآیند اتفاقی نزدیک شود، زیرا مجبور است از موادی که در دسترس نیستند استفاده کند.  
 او تصریح کرد: در طول روزه‌داری، بدن به فعالیتی مشابه

**عکس روز**  
  
 کارناوال نوروزی - تهران

**آموزش آشپزی**  
**زولبیای خانگی**  
 مواد لازم:  
 آرد قنادی  
 نشاسته گل  
 آب ولرم  
 ماست پرچرب  
 روغن جامد یا کره یک ق  
 یک قاشق غذاخوری زعفران غلیظ  
 یک قاشق مریاخوری خمیر مایه  
 یک قاشق مریاخوری شکر  
 مواد لازم برای تهیه شربت:  
 آب  
 یک پیمانه  
 دو پیمانه  
 یک قاشق سوپ خوری گلوکز  
 یک قاشق سوپ خوری یک هشت پیمانه  
 زعفران دم کرده یک قاشق چای خوری  
 طرز تهیه:  
 یک کاسه کوچک انتخاب کنید و در آن آب ولرم و شکر را خوب مخلوط کنید. پودر خمیر مایه را روی مخلوط بپاشید و به آرامی هم بزنید. روی کاسه را برای ۱۰ دقیقه پوشانده و آن را کنار بگذارید. یک کاسه دیگر انتخاب کنید تا در آن نشاسته و ماست را مخلوط کنید. دقت داشته باشید که مخلوط ماست و نشاسته باید یک دست باشد.  
 پس از آماده‌سازی خمیر مایه، آن را به همراه روغن و آرد در داخل کاسه نشاسته بریزید و با همزن دستی خوب هم بزنید. بعد از یکدست شدن مقدار کلاب و زعفران گفته شده را اضافه کنید. بعد از یکدست شدن مایه زولبیای خانگی باید رو کاسه را بپوشانید و آن را برای هشت ساعت در یخچال بگذارید.  
 آب و شکر را درون یک قابلمه بریزد و اجازه دهید شکر کامل حل شود. مقدار آبلیمو گفته شده را به آن اضافه و صبر کنید تا به غلظت دلخواه برسد. در آخر گلوکز یا عسل را هم اضافه و هم بزنید. پنج دقیقه دیگر زمان دهید تا شربت بجوشد و به غلظت لازم برسد.  
 داخل یک تابه گود روغن بریزید تا داغ شود. بعد از داغ شدن روغن، مایه زولبیای خانگی را داخل آن بریزید و در طرف آن را کامل سرخ کنید تا طلایی شوند.  
 باید زولبیای سرخ شده را برای یک دقیقه داخل شش‌دانه گرم بیندازید. بعد از برداشتن آن از روی توری بگذارید تا شش‌دانه آن خارج شود. زولبیای سرخ شده را داخل ظرف مورد نظر چیده و روی آن را با خالخال پسته و گل محمدی تزیین کنید.

**ماساژ رها**  
 آرامش را به شما هدیه می‌دهیم  
 به همراه دستگاه آب و رسان و کلاژن ساز  
 ۰۹۰۳۱۵۴۵۱۲۶  
 ۰۹۱۲۵۵۷۲۹۹۷  
 massage\_raha  
 حمام ترکی  
 ماساژ ریلکسی  
 ماساژ ترکیبی  
 ماساژ وی آی پی  
 فیش اسپا  
 فیشیال صورت  
 جزیره کیش، میدان امیرکبیر، خیابان دانش، جنب رستوران کوه نور، هتل صدف، طبقه منفی ۱

**شرکت صنایع چوبی**  
**حلاج**  
 با ۲۵ سال سابقه فعالیت در کیش  
 کلیه سفارشات MDF، چوبی  
 دکوراسیون غرفه و منزل  
 جزیره کیش - شهرک صنعتی درخت سبز - صنعت ششم - پلاک R61 - ۰۹۳۴ ۷۶۹۸۲۵۲

**رنگ مشکات**  
 MESHKAT PAINT  
 مرکز تخصصی میکروسمنت و پتینه  
 مشاوره - اجرا  
 رنگ های ساختمانی - صنعتی  
 ۰۹۱۷-۲۰۶۰-۱۱۸  
 کیش / بلوار ایران / خدماتی گلدیس / غرفه ۳۱  
 PATINE-KISH

**اقتصاد کیش**  
 ۶ روز هفته  
 از شنبه تا پنجشنبه باشما هستیم  
 ۰۷۶ ۴۴۴۲۴۹۹۹