

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
 کستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۴۲۹۶۹۹ - ۴۴۴۲۹۶۹۹ (۰۷۶)
 فکس: ۴۴۴۲۹۶۸۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۷۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صداقت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۰۱
 eghtesadkish@yahoo.com
 eghtesad-kish.ir

شاورما لبنانی (عربی)

قیس

جزیره کیش / صیفین قدیم
 روبه روی خانه بومیان
 ۰۹۱۷۹۶۴۲۶۱۱



انواع نوشیدنیهای گرم و سرد
 شیرینی و غذاهای عربی

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۱۲ - طلوع آفتاب: ۵:۳۱ - اذان ظهر امروز: ۱:۵۶ - غروب آفتاب: ۱۸:۲۲ - اذان مغرب: ۱۸:۳۹
 شنبه ۳ شهریور ۱۴۰۳، ۱۹ صفر ۱۴۴۶، ۲۴ آگوست ۲۰۲۴، شماره ۴۵۳۵ (دوره جدید)، ۱۲ صفحه قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

سخن‌بزرگان
 وقتی حرف می‌زنیم، بیشتر می‌خواهیم خودمان را قانع کنیم تا دیگران را.
 کسی که قانع شده باشد، کسی که به اندیشه‌های خود ایمان داشته باشد، اصلا حرف نمی‌زند!...
فریدون تنکابنی

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۷	▲ ۳۶	▲ ۳۴	▲ ۳۹	▲ ۳۸	▲ ۴۱	▲ ۳۹	▲ ۴۰
▼ ۳۲	▼ ۲۹	▼ ۳۰	▼ ۳۱	▼ ۲۹	▼ ۲۹	▼ ۳۱	▼ ۳۱

جملات ناب از کتاب‌های ناب
 آنبخت‌ها تل‌دار - مهرداد صدیقی
 بی‌بی قشقرقی به راه انداخت که بیابین، باین حرف‌ها که
 «شمامن آدم حساب نمکنین» و «هن رزوی دین عروسی
 نومه باید به گور ببرم» و «هن بگو که یک بسته روشور امروز
 تو مخوم نوموم کردم» و... خلاصه از آنجا که ماندن من هم
 به تنهایی صلاح نبود، همه به سمت خانه عروس راه افتادیم.
 البته همه که نه عمو جواد وزن عمو هاجر نیامدند؛ چون
 توی مشهد زندگی می‌کردند و عمو بی‌توانسته بودم خصی
 بگیرم. همه بتول هم برای دلیل نیامدنش گلایه کرده بود
 چرا فرد دیگری را که او می‌پسندد برای محمد نمی‌گیریم؟
 امامستله این بود که او اصلا هیچ کس را نمی‌پسندید و فقط
 دنبال پنهان‌بودن تابهانه‌گیر دامامان می‌گفت همه بتول وقتی
 جوان و مهربان بود، یک نفر را می‌خواست و او هم همه بتول
 را اولی یک دفعه، باینکه همه بتول هنوز هم او را می‌خواست،
 او دیگر عمه‌ام را خواسته و از آن موقع اخلاق عمه بتول سگ
 شده طفلکی، باینکه چهل سالش شده بود، هنوز عروسی
 نکرده بود و می‌گفت: «مردا آدم نیستن»

سعدی
 گر ماه من برافکند از رخ نقاب را
 برقع فروهدا به جمال آفتاب را
 گویی دو چشم جادوی عابد فریب او
 بر چشم من به سحر بستند خواب را
 اول نظر ز دست برقمم عنان عقل
 و آن را که عقل رفت چه داند صواب را
 گفتم مگر به وصل رهایی بود ز عشق
 بی حاصل است خوردن مستقی آب را
 دعوی درست نیست گر از دست نازنین
 چون شربت شکر نخوری زهر ناب را
 عشق آهیت است گر این ذوق در تو نیست
 هوشم کنی به خوردن و خفتن دواب را
 آتش و خرمن آزادگان سوز
 تا پادشاه خراج نخواهد خراب را
 قوم از شراب مست و در منظور بی نصیب
 من مست از او چنان که نخواهم شراب را
 سعدی نگفتمت که مرود در کمد عشق
 تیر نظر بیفکند افراسیاب را



سبک زندگی
وسواس فکری چیست و چطور درمان می‌شود؟
 یک روانشناس گفت: اختلال وسواس فکری - عملی
 شش‌دیم ممکن است توانایی کار کردن منظم و یا نقش
 داشتن در زندگی خانوادگی را برایتان غیر قابل تحمل
 می‌کند.
 دکتر زهر اگلامی حیدر آبادی گفت: تمام روزم برای
 اینکه بررسی کنم که هیچ چیز اشتباهی اتفاق نمی‌افتد،
 سپری شد. صبح یک ساعت طول می‌کشید تا از خانه
 بیرون بیایم، چون مطمئن نیستم که همه وسایل برقی را
 خاموش کرده باشم و تمام پنجره‌ها را قفل کرده باشم.
 سپس شش بار بررسی می‌کنم که آیا شومینه گازی
 خاموش است، اما اگر اوضاع درست به نظر نرسد، باید
 دوباره از اول همه این کارها را مرور کنم.
 وی گفت: ولی باز در آخر هم از همسر می‌خواهم
 دوباره همه آنها را برآیم چک کند. در محل کار همیشه
 عقب‌هستم، چون همه چیز را چند بار مور می‌کنم مبادا

اشتباهی کرده باشم. اگر چک نکنم، به حدی احساس
 نگرانی دارم که نمی‌توانم تحمل کنم.
 این روانشناس ادامه داد: اختلال وسواس فکری عملی
 شدید ممکن است توانایی کار کردن منظم، نقش داشتن
 در زندگی خانوادگی یا حتی کنار آمدن با افراد خانواده را
 برایتان غیرممکن نماید.
 وی افزود: با اینکه این افراد با اختلال وسواس فکری
 عملی دائما نگران از دست دادن کنترل خود هستند، در
 واقع این اتفاق نمی‌افتد. حتی ممکن است آنها با این
 سوال مواجه باشند که آیا در حال ابتلا به جنون و یا در
 شرف دیوانگی هستند. آنها معمولا با اینکه مقصر این
 اختلال نمی‌باشند، از وضعیت خود شرمسارند و سعی
 در پنهان سازی آن می‌نمایند. شما نگران از دست دادن
 کنترل خود هستید، ما می‌دانیم که این امر بسیار نادر
 است. غلامی گفت: روبروی رفتار اجباری مقاومت
 کنید، نه افکار وسواسی. برای کاهش اضطراب و درک
 اینکه آیا این افکار ناشی از مشکل اختلال وسواس
 فکری عملی هستند، می‌تواند مفید باشد. وسواس
 فکری افکار، تصاویر و تکانه‌هایی هستند که مرتباً در
 ذهن فرد تکرار می‌شوند و به نظر می‌رسد خارج از
 کنترل فرد هستند و علی‌رغم میل او به ذهنش می‌آیند.
 اگر به اختلال وسواس مبتلا باشید، این فکرها می‌تواند
 هم ناراحت کننده و هم ناتوان کننده باشد.
 وی افزود: وقتی فکر وسواسی به ذهن فرد مبتلا می‌آید
 بسیار نگران می‌شود و تلاش می‌کند آن را به طریقی
 از ذهن خود خارج کند و این مساله باعث می‌شود که
 این افکار دوباره و بدتر از قبل بازگردند و طبیعی است
 که اضطراب بیشتری در فرد ایجاد کرده و باید تلاش
 بیشتری برای سرکوب و خارج کردن آن افکار از ذهنش
 بکند و این چرخه ادامه پیدا می‌کند.

عکس روز

صالح احمد پور و فرزند - مروجان موسیقی محلی کیش

آموزش آشپزی
شامی کباب افغانی

مواد لازم:
 گوشت گوسفندی ۸۰۰ گرم
 تخم مرغ ۱ عدد
 آرد نخودچی ۱ قاشق غذاخوری
 پیاز ۲ عدد بزرگ
 سیر ۲ حبه
 فلفل سیاه و فلفل قرمز نصف قاشق چای خوری
 پودر گشنیز نصف قاشق چای خوری
 نمک به میزان کافی

طرز تهیه:
 گوشت را بشویید و بعد داخل قابلمه‌ای بریزید. پیاز
 را پوست بکنید و یکی از آنها را ۴ قاچ خرد کنید و به
 هم‌راه دو پیمانه آب به گوشت اضافه کنید. قابلمه را روی
 حرارت ملایم قرار دهید و کمی فلفل سیاه و قرمز به مواد
 داخل قابلمه اضافه کنید و در قابلمه را ببندید تا گوشت
 آرام آرام بپزد. در ۱۰ دقیقه آخر پخت گوشت، مقداری
 نمک روی آن بپاشید تا مزه دار شود. گوشت پخته شده
 را از روی حرارت بردارید و اجازه دهید تا کاملاً خنک
 شود و از حرارت بیفتد. سپس آن را داخل چرخ گوشت
 و یا غذا ساز چرخ کنید. در این مرحله از طرز تهیه کباب
 افغانی یک عدد پیاز باقیمانده را با رنده ریز رنده کنید و
 آب اضافی اش را با فشار دست کامل بگیرید.
 سپس به همسراه تخم مرغ، پودر تخم گشنیز، آرد
 نخودچی و مقداری نمک، فلفل سیاه و فلفل قرمز به
 گوشت چرخ شده اضافه کنید و خوب مخلوط کنید تا
 مواد کاملاً با هم ترکیب شوند. تابه‌ای را روی حرارت
 قرار دهید و مقداری روغن داخل آن بریزید تا داغ شود.
 سپس از مایه شامی به اندازه یک تخم مرغ بردارید و به
 صورت لوله‌ای در دست شکل دهید.

با ارائه خدمات متنوع و کیفیت بالا
میزبان تیم ملی فوتبال ایران در اردوی جزیره کیش
سرویس دهی از ساعت ۱۰:۰۰ صبح تا ۲:۰۰ بامداد

Breakfast | lunch | dinner | Cafe

رستوران و کافی شاپ
بیلیونیر
 BILLIONAIRE
Café & Restaurant

جزیره کیش، موموه، بیرونی هتل پالاس
 ۰۹۳۱۴ ۷۶۸ ۱۴۴۵۳
 WWW.BILLIONAIRERESTAURANT.IR
 BILLIONAIRE.RESTAURANT

شعبه ۱: نوبنیاد، مرکز خرید آرین
 شعبه ۲: صدف، مرکز خرید بساک
 Hany_Tahrir 0902 299 2099

نهشت افزار هانی

تحويل در محل
 ویژه ادارات

تحریر
های