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

«آموزشگاه بین المللی سخنوری ثمره»
جهت رفاه ساکنان محترم جزیره زیبای کیش
و ایجاد شرایط مناسب برای هنرجویان و زبان آموزان عزیز،
کلیه ی دوره های آموزشی (فن بیان و مهارت های ارتباطی) و
(مهارت های کلامی به زبان انگلیسی) را برای تمام گروه های
سنی(خردسالان / نونهالان / نوجوانان / بزرگسالان)
با تخفیف ویژه برگزار می کند.
آغاز
دوره ی تابستانی
از هفته ی اول
تیر ماه ۱۴۰۵
تماس:
۰۹۱۷۵۰۸۲۳۰۴
۰۷۶۴۴۴۲۱۸۵۰

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۳۴ ـ طلوع آفتاب: ۵:۰۴ ـ اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۷ ـ غروب آفتاب: ۱۸:۵۱ ـ اذان مغرب: ۱۹:۱۰

شنبه ۶ تیر ۱۴۰۵، ۱۲ محرم ۱۴۴۸، ۲۷ ژوئن ۲۰۲۶، شماره ۴۹۳۵ (۲۳۱۹ دوره جدید)

قیمت ۱۵۰۰۰ تومان

	کیش	بندرعباس	قشم	بندرلنگه	میناب	بستک	بندرچارک	پارسیان
▲	۳۴	۳۶	۳۶	۳۶	۳۸	۳۷	۳۸	۳۸
▼	۲۹	۲۹	۳۲	۲۹	۳۰	۲۵	۲۸	۲۷

سخن بزرگان

هرکجا درد است درمان نیز هست هرکجا فقر است نعمت نیز هست .

مولانا جلال الدین بلخی

سبک زندگی

چه عواملی باعث افسردگی می‌شود؟

افسردگی بیماری شایع قرن اخیر است و افرادی شماری را در سراسر جهان درگیر کرده است. تحمل این شرایط اصلاً آسان نیست، اما فراموش نکنید که هر مشکلی در این دنیا راه چاره‌ای دارد.

افسردگی چیست؟ افسردگی بیماری بسیار پیچیده‌ای است و هیچ‌کس دلایل قطعی و تک‌عاملی آن را به‌وضوح نمی‌داند. گاهی بحران‌های زندگی و گاهی ژنتیک در این میان نقش دارند. شاید شما هم از مبتلایان به این بیماری باشید و بارها از خود پرسیده باشید: «چرا من؟ چرا از میان این همه آدم، من باید درگیر افسردگی باشم؟» شما کاملاً حق دارید که ناراحت باشید و به دنبال ریشه‌یابی این مشکل بگردید.

در ادامه مهم‌ترین عواملی که می‌توانند زمینه‌ساز این بیماری باشند را با هم بررسی می‌کنیم.

تغییرات فیزیکی مغز: ترشح بالای هورمون استرس، باعث کوچک شدن بخش هیپوکامپ مغز می‌شود. شناخت ریشه‌های افسردگی به ما کمک می‌کند تا درک بهتری از شرایط خود یا عزیزانمان داشته باشیم:

ژنتیک و سابقه‌ی خانوادگی: اگر در خانواده سابقه‌ی افسردگی وجود داشته باشد، احتمال ابتلا افزایش می‌یابد. البته این بیماری مانند امراض تک‌ژنی نیست و تعامل چندین ژن مختلف در بروز آن نقش دارد.

واکنشی کاملاً نرمال به از دست دادن‌ها (مثل طلاق یا مرگ عزیزان) است. این حس معمولاً موقتی است، با گذشت زمان تسکین می‌یابد و فرد همچنان می‌تواند در لحظاتی از روز احساس شادی را تجربه کند.

یک وضعیت پایدار و فلج‌کننده است که با احساس بی‌ارزشی مطلق، تاریکی آینده و ناتوانی در لذت بردن از کارهای روزمره همراه است و به مرور زمان بدون مداخله درمانی بدتر می‌شود.

محققان متوجه تفاوت‌هایی در ساختار مغز افراد سالم و مبتلا به افسردگی شده‌اند. برای درک بهتر این موضوع، باید با سه عامل مهم در مغز آشنا شویم:

هیپوکامپ (Hippocampus): این بخش کوچک از مغز که برای ذخیره‌ی خاطرات و اطلاعات حیاتی است، در برخی افراد افسرده کوچک‌تر از حد معمول است.

کورتیزول (هورمون استرس): ترشح بیش از حد هورمون استرس در افراد غمگین، یکی از دلایل اصلی کوچک شدن بخش هیپوکامپ است.

غمگین شدن در برابر از دست دادن‌ها (مثل مرگ عزیزان، از دست دادن شغل، طلاق یا بازنشستگی) یک واکنش کاملاً طبیعی است؛ اما غم لزوماً افسردگی نیست.

در افراد سالم، غم باعث احساس خلأ و کمبود انرژی موقت می‌شود و با گذر زمان بهبود می‌یابد. اما در افراد مستعد، همین غم می‌تواند دروازه‌ای برای ورود به بیماری افسردگی باشد.

تحمل این شرایط اصلاً آسان نیست، اما فراموش نکنید که هر مشکلی در این دنیا راه چاره‌ای دارد. با شناخت ریشه‌های بیماری و کمک گرفتن از متخصصان، درمان‌های مؤثر و بازگشت به روزهای روشن سلامتی کاملاً امکان‌پذیر خواهد بود. هیچ‌گاه برای شروع روند درمان دیر نیست.

آموزش آشپزی

میلک شیک هلو

مواد لازم:

بستنی وانیلی	۴ پیمانه
هلو یخ زده، تکه تکه شده	۱ پیمانه
شیر کامل یا هر نوع شیر	۱/۲ پیمانه
عصاره وانیل	۱ قاشق چایخوری
خامه زده شده	۱/۴ پیمانه
گیلاس	۲ عدد
هلو تازه، پوست کنده و خردشده	۲ عدد

دستور تهیه:

برای تهیه تهیه میلک شیک هلو ابتدا بستنی را داخل مخلوط کن بریزید. هلوهای یخ زده، شیر و عصاره وانیل را اضافه کنید.

سپس مواد را با سرعت بالا مخلوط کنید تا یکدست و صاف شوند.

در آخر، هلوهای تازه را اضافه کنید و به آرامی چند پالس بزنید تا تکه ها کاملاً خرد نشوند. اگر تکه های درشت تر را ترجیح می دهید، می توانید آن ها را فقط با قاشق هم بزنید.

اضافه کردن تزئینات و سرو: میلک شیک را داخل لیوان

مد نظرتون بریزید و روی آن را با خامه زده شده و یک عدد گیلاس ماراسکینو تزئین کنید!

کاریکاتور

جملات ناب از کتاب های ناب

ماه به روایت آه - ابوالفضل زرویی نصرآباد

آموخته‌ام که هر گاه عمویم علی با پدرم به صحبت می‌نشیند، پس از ادای سلام و احترام، از آنان فاصله بگیرم تا ناخواسته، مزاحم کلام و گفتارشان نباشم. اما آن روز پیش از آن که برخیزم، دست مهربان اما زبر و پینه بسته عمو، به نرمی دور بازویم حلقه شد و مرا دعوت به ماندن کرد. سرم را به بازوی ستبر و سینه گرمش تکیه می‌دهم. کاش تمامی مردم دنیا، مرا در این حال می‌دیدند تا به آنها می‌گفتم: ببینید. این عَلی است؛ عموی من، جانشین و داماد پیامبر، جنگاور افسانه‌ای، صاحب ذوالفقار، همبازی کودکان یتیم، داناترین مرد جهان، بخشنده‌ترین انسان روی زمین، شیر خدا و کارگر سخت‌کوش و روزمزد نخلستان‌های مدینه که اگر زُمُختی دستان تَرَک خورده‌اش مانع نبود، گرمی سرانگشتِ مهربانش را از گونه‌هایم دریغ نمی‌کرد. و این منم؛ مسلم پسر عقیل، نوه ابیطالب، برادرزاده علی، همو که عموی من است، جانشین و داماد پیامبر، جنگاور افسانه‌ای..

حافظ

سینه از آتش دل، در غم جانانه بسوخت
آتشی بود در این خانه که کاشانه بسوخت
تنم از واسطه دوری دلبر بگداخت
جانم از آتش مهر رخ جانانه بسوخت
سوز دل بین که ز بس آتش اشکم، دل شمع
دوش بر من ز سر مهر، چو پروانه بسوخت
آشنایی نه غریب است که دلسوز من است
چون من از خویش برفتم، دل بیگانه بسوخت
خرقه زهد مرا، آب خرابات ببُرد
خانه عقل مرا، آتش میخانه بسوخت
چون پیاله دلم از توبه که کردم بشکست
همچو لاله، جگرم بی می و خُمخانه بسوخت
ماجرا کم کن و بازآ که مرا مردم چشم
خرقه از سر به درآورد و به شکرانه بسوخت
ترک افسانه بگو حافظ و می نوش دمی
که نخُفتیم شب و شمع به افسانه بسوخت

عکس روز

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

ازسرگیری واردات خودرو از عمان - جزیره قشم

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 R1

آگهی مزایده فروش زمین

نوبت دوم

شهرداری بستک در نظر دارد به استناد مجوز شورای محترم اسلامی شهر بستک نسبت به فروش ۱ قطعه زمین در مالکیت خود از طریق مزایده اقدام نماید. متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد مزایده از طریق سامانه ستاد اقدام و جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن‌های ۳۱-۰۷۶۴۴۳۲۲۳۳۰ تماس حاصل نمایند. تضمین شرکت در مزایده به مبلغ ۵٪ قیمت پایه واریز به‌حساب سپرده سیبا ۳۱۰۰۰۰۲۳۸۸۰۰۱ به نام شهرداری بستک و یا معادل آن ضمانت‌نامه بانکی می‌باشد. برندگان اول، دوم و سوم مزایده هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آن‌ها به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد. شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادها مختاراست. هزینه چاپ آگهی و هزینه کارشناسی قیمت‌گذاری نیز بر عهده برنده مزایده می‌باشد. سایر اطلاعات مربوط به معامله در اسناد مزایده مندرج است.

ردیف	موقعیت	شماره قطعه	مساحت	قیمت پایه هر مترمربع ریال	قیمت کل ریال
۱	تفکیکی غرب بیمارستان فارابی	۶	۲۲۰	۱۲/۰۰۰/۰۰۰	۲/۶۴۰/۰۰۰/۰۰۰

شناسه ۲۲۰۱۴۵۸

شهرداری بستک

آگهی فقدان سند مالکیت

سند مالکیت ششدانگ یکدستگاه آپارتمان مسکونی واقع در جزیره کیش تحت پلاک ۲۴۵۱۸ فرعی مجزی شده از پلاک ۲۱۰۳ فرعی از ۵۶۲۱ اصلی کیش واقع در شهرک صدف فاز یک قطعه C۱-۱۰ طبقه همکف واحد ششم بدوا به نام خیریه تعلیماتی و تحقیقاتی علمی و دینی مکتب امیر المومنین ثبت و صادر گردید سپس ششدانگ برابر سند قطعی ۴۹۸۶ مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۱۳ دفترخانه ۱۱۹ کیش به نام میترا بابازاده انتقال اجرایی یافت و برابر مستند رهنی شماره ۱۴۳۰۲ و شماره سیستمی ۱۴۰۳۲۱۲۲۳۰۵۹۰۰۲۲۷۷ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۸ دفترخانه شماره ۱۱۹ شهر کیش به مبلغ ۲۵۲،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به مدت ۳۶ ماه در رهن بانک سینا قرار گرفت.

اینک آقای وحید مهری نسب برابر وکالتنامه شماره ۲۴۵۰۸ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۲۴ دفترخانه ۷۱۳ تهران برابر درخواست وارده به شماره ۸/۶۷۲ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۳۱ منضم به دو برگ استشهادیه اظهار داشته سند مالکیت موکل خود (میترا بابازاده) به شماره ۰/۶۱۹۷۴۹ ۰۰ بدلیل جابجایی مفقود گردیده است لذا باستناد ماده ۱۲۰ قانون اصلاحی آیین نامه قانون ثبت مراتب یک نوبت آگهی می شود تا هر شخص مدعی معامله با وجود اصل سند مالکیت و یا سند معامله پلاک مرقوم نزد خود می باشد ظرف مدت ده روز از تاریخ انتشار این آگهی اعتراض خود را کتباً به همراه اصل سند مالکیت و یا سند معامله به این اداره تسلیم نماید و در صورت عدم اعتراض و یا عدم ارائه اصل سند مالکیت و یا سند معامله در ظرف مدت مقرر قانونی اداره ثبت اقدام به صدور المثنای سند مالکیت خواهد نمود.

محمد اسلامی موحد - مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کیش

اقتصاد کیش
پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش
۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹
گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش