

اقتصاد کیش

روزنامه

اقتصاد کیش
 خیری، 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
 گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۱)
 فکس: ۴۴۲۴۹۶۸
 امور آگهی ها: ۴۴۲۰۲۸۵
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی ضفاشدت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۲۵۵۸۱۸۰۱
 eghtesadekish@yahoo.com
 eghtesad-kish.ir

**سوسیس
 کالباس
 مرغ و گوشت
 لبنیات محلی
 سبزی منجمد**



خانه پروتئین



بندر چارک، خیابان فلسطین
 ۰۹۰۳۳۲۰۱۰۱۷

سه شنبه ۱۰ بهمن ۱۴۰۲، ۱۸ رجب ۱۴۴۵، ۳۰ ژانویه ۲۰۲۴، شماره ۴۴۰۱ (۱۷۸۵ دوره جدید)، ۱۲ صفحه قیمت ۹۰۰۰ تومان

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۲ - طلوع آفتاب: ۶:۴۰ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۷ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۵ - اذان مغرب: ۱۷:۵۲

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۶ ▼ ۲۱	▲ ۲۶ ▼ ۱۵	▲ ۲۴ ▼ ۱۸	▲ ۲۷ ▼ ۱۸	▲ ۲۵ ▼ ۱۵	▲ ۲۷ ▼ ۱۳	▲ ۲۷ ▼ ۱۸	▲ ۲۶ ▼ ۱۵

سخن بزرگان

اولین گام انسان به سوی موفقیت زمانی است که از اسارت در محیطی که در آن برای اولین بار خودش را شناخته دست بردارد.
"مارک کین"

آیا میدانیدهای جالب درباره حیوانات

- ✓ آیا می‌دانید عمر متوسط یک پشه ۲ هفته است؟
- ✓ آیا می‌دانید زنبورها نور ماورای بنفش را می‌بینند؟
- ✓ آیا می‌دانید مگس‌ها می‌توانند به سرعت به جسمی که می‌بینند واکنش نشان داده و در ۳۰ میلی ثانیه تغییر جهت دهند؟

ولی الله فاتحی (فاتح) - کیشوند

سه گرمه را باز کن خنده را آغاز کن خودت را دمساز کن کم تر از این ناز کن بگو که اخمت زچیت مگر آن را چاره نیست که کرده غمگن تو راه دیگر ساز کن بخند زیبا شوی مست چو گل ها شوی چه خوش به دلها شوی بهره از این راز کن بخند دارد صفا خنده کن هان مر حبا چو خنده آرد وفا خنده کن اعجاز کن بخند خوشگل شوی در هر مشکل شوی جلا به جان دل شوی خنده کن پرواز کن بخند ای جان من جان سرفراز من بخند رخساره ات بیشتر از این باز کن به دیگران خنده نی بهر آن دل خنده ای بخند سالم شوی نی که بر انداز کن بخند ای (فاتح) تادلت زیبا شود چو گشت زیبا دلت خنده کن آواز کن

کاریکاتور



عکس روز



فرانک فتوحی - کیشوند

سبک زندگی

در مورد پانیک چه میدانید؟

تحت تاثیر وراثت می‌باشد. وی گفت: گاهی حملات پانیک وابسته به موقعیت هستند یعنی یک محیطی باعث حمله پانیک یا وحشت زدگی در فرد می‌شود و خود فرد متوجه آن محرک نیست. (در این صورت محیط فرد در گذشته خود تجربه کرده است) این روانشناس ادامه داد: حملات پانیک معمولا ۲ تا چند دقیقه طول می‌کشد و بیشترین آمار شیوع آن در سن ۱۸ تا ۳۴ سالگی می‌باشد. نکته قابل توجه این است که پانیک در خانم‌ها بیشتر دیده می‌شود. کاظمیان طرهانی گفت: درمان آن بین روانشناسی و روانپزشکی مشترک است. بستگی به شدت و تعداد حملات احتمال تجویز دارو وجود دارد. **نشانه‌های بالینی پانیک:** خشکی دهان عرق کردن زیاد گر گرفتگی تپش قلب لرزش دست تکرر ادرار اختلال خواب اختلال خوردن درد شدید در قفسه سینه نامنظم بودن تنفس و استپ تنفسی نشانه‌های شناختی پانیک: افکار دگم و بسته و باید و نبایدهای

پانیک یک حمله اضطرابی است که در آن فرد احساس می‌کند نمی‌تواند نفس کشیدن را ادامه دهد و لحظه مرگش فرا رسیده است. نسترن کاظمیان طرهانی گفت: پانیک یک حمله اضطرابی است که در آن فرد احساس می‌کند نمی‌تواند نفس کشیدن را ادامه دهد و لحظه مرگش فرا رسیده است. اما واقعیت چیز دیگری است. واقعیت این است که پانیک اصلا کشنده نیست و باعث مرگ نمی‌شود. اما چرا افراد دچار این حمله می‌شوند؟ دلیل عمده آن، اختلال دیگری است که مقاومت در درمان باعث شده بدن آن را به شکل پانیک نشان دهد. حمله پانیک کمتر

آموزش آشپزی

قرمز ز نخودچی اصیل اصفهانی

مواد لازم:
 پیاز متوسط رنده شده: ۱ عدد
 پیاز متوسط خرد شده: ۱ عدد
 آرد نخودچی: ۱ پیمانه
 گوشت گوسفند چرخ شده و بدون چربی: ۱۳۰ گرم
 نمک و فلفل: به مقدار لازم
 زرد چوبه: ۱ قاشق چای خوری
 رب گوجه فرنگی: ۱ قاشق غذاخوری
 نعناع خشک: ۲ قاشق مربا خوری
 آب: ۵ پیمانه
 طرز تهیه:
 گوشت چرخ کرده را با پیاز رنده شده و آرد نخودچی و



یک قاشق نعناع خشک و کمی نمک و فلفل و زردچوبه داخل یک کاسه بریزید و باهم مخلوط کنید و خوب هم بزنید و ورز بدهید. سپس یک پیمانه آب را کم کم به محتویات گوشت اضافه کرده، با دست خوب هم بزنید تا وقتی که به دست شما نچسبد. بعد از مایه گوشتی که ورز داده شده به اندازه دانه‌های گردو با دست گرد کنید و آنها را با فاصله کنار هم بگذارید. سپس داخل یک قابلمه مقداری روغن بریزید و روی شعله متوسط گاز بگذارید و پیازهای که خرد کرده‌اید را درون روغن تفت دهید تا نرم شود و بعد مقداری رب گوجه فرنگی، نمک، زردچوبه، فلفل و نعناع داخل آن بریزید و هم بزنید تا رنگ رب تغییر کند و بوی خامی آن گرفته شود. سپس ۲ پیمانه آب داخل آن بریزید و شعله را زیاد کنید تا به جوش برسد و کوفته قلقلی‌ها را آرام درون

معرفی دفاتر املاک جزیره زیبای کیش

آژانس املاک وکیل
 مدیریت: دکتر ناصر طاهری
 دکترای حقوق خصوصی
 وکیل پایه یک دادگستری
 ۰۹۱۲-۷۶۹۳۵۹۱
 ۰۷۶-۴۴۴۶۸۸۵
 بازار سارینیک، طبقه سوم
 واحد ۳۰۶

پرشین
 به مدیریت: مصطفی شهبواری
 ۰۹۳۴۷۶۸۳۳۳۳۳
 آدرس: بازار رویامال،
 طبقه دوم، واحد ۲۰۹

اقتصاد کیش
 روزنامه
 محل معرفی
 دفتر املاک شما
 ۰۷۶-۴۴۴۲۴۹۹۹

املاک حبیبی
 به مدیریت: عبدالغنی حبیبی
 کارشناس اسناد رسمی
 ۰۹۳۹۱۹۸۹۵۴۵
 ۰۹۱۷۱۹۸۹۵۴۵
 آدرس: بلوار میرمهنا، بلوار نیایش،
 نبش خیابان کرانه، پلاک ۲

سایبر سیستم و آی تی نگار

با مجوز رسمی از سازمان فنی و حرفه ای کشور
 برای اولین بار در غرب استان هرمزگان
 دوره های آموزشی
 کارت هوشمند رانندگان مسافری و باری
 شعبه بندر لنگه: خیابان انقلاب - روبروی پیکسل
 سایبر سیستم
 ۰۹۰۲۳۱۸۴۷۰۰ - ۴۴۲۴۲۹۲۳
 شعبه بندر کنگ: میدان ناخدا (میدان لنج)
 آی تی نگار کنگ
 ۰۹۲۱۴۶۰۸۶۹۰ - ۴۴۲۳۱۵۱۱
 با مدیریت جمشیدی

اولین مرکز تخصصی ثبت برند و نام تجاری
 در جزیره کیش
 اخذ اقامت در دبی و عمان
گروه بین المللی ویراسگال
 ویراسگال
 VIRA SEGAL INTERNATIONAL GROUP
 به مدیریت: علی ابراهیمی معینی
 جزیره کیش، برج صدف، شماره ۴۰۴
 ۰۹۱۲۵۰۱۱۳۷۲ - ۰۹۷۱۵۲۳۳۸۹۹۰۹