

# اقتصاد کیش

روزنامه

اقتصاد کیش  
خری، 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  
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای  
مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵  
تلفن: ۴۴۴۲۹۶۶۹ - ۴۴۴۲۹۶۶۹ (۰۷۶)  
فکس: ۴۴۴۲۹۶۶۸  
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۷۸۴  
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صداقت، بلوار تیر،  
انتهای خیابان ۱۲ غربی  
شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۰۱  
eghtesadekish@yahoo.com  
eghtesad-kish.ir

## یک فانتزی فروشی جدید

### کلی لوازم کادویی و تحریر

### شعبه جدید بساک صدف

hany\_tahrir

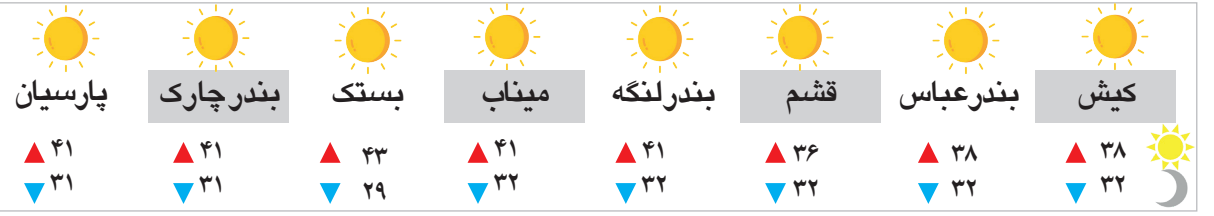
## با در دست داشتن روزنامه ۱۵٪ تخفیف بگیرید 15% OFF

شنبه ۳۰ تیر ۱۴۰۳، ۱۴۴۶، ۲۰ جولای ۲۰۲۴، شماره ۴۵۱۱ (۱۹۸۵ دوره جدید)، ۱۲ صفحه قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۴۸ - طلوع آفتاب: ۵:۱۴ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۰ - غروب آفتاب: ۱۸:۴۸ - اذان مغرب: ۱۹:۰۶

### سخن بزرگان

تصمیم گرفتیم بجسم به عشق...  
تنفر، بار سنگینی که تحمل کردنش خیلی سخته.  
مارتین لوتر کینگ



### کاریکاتور

#### ازدواج

ای معجزات موسی نموده از گر بیان  
هم چشم تست فرعون، هم زلف تست ثعیان  
ای پیش روی خویت حسن هزار یوسف  
داری هزار یعقوب اندر هزار کنعان  
ای خاسته بخوبی، صد فتنه خاست از تو  
ای خاسته بخوبی، بنشین و فتنه بنشان  
با چاه آن ز نخدان بر آن لبان زمزم  
گویی که: عاشقان را با کعبه گشت یکسان  
چون اصل زندگانی نوش لب تو دیدم  
نام لب نهادم سلطان آب حیوان  
چون در عراق یک دل نگذاشتی مسلم  
خورشید نیکوانی، سر برزن از خراسان

#### وطوط

ای معجزات موسی نموده از گر بیان  
هم چشم تست فرعون، هم زلف تست ثعیان  
ای پیش روی خویت حسن هزار یوسف  
داری هزار یعقوب اندر هزار کنعان  
ای خاسته بخوبی، صد فتنه خاست از تو  
ای خاسته بخوبی، بنشین و فتنه بنشان  
با چاه آن ز نخدان بر آن لبان زمزم  
گویی که: عاشقان را با کعبه گشت یکسان  
چون اصل زندگانی نوش لب تو دیدم  
نام لب نهادم سلطان آب حیوان  
چون در عراق یک دل نگذاشتی مسلم  
خورشید نیکوانی، سر برزن از خراسان

#### جملات ناب از کتاب های ناب

پخمه - عزیز زینب  
جدی میگویم تمام پندبختی من از چند تا آنکه کثلت شروع شد  
مدت هاست انتقام همین کثلت را پس میدم پنج شش  
ساله که من خودم نیستم. هر روز و هر هفته به یک قیافه در  
میام الان هم که پیش شما نشستم بنمیدم کی هستم، یک  
روز با زرس شدم، یک وقت دکتر شدم، مدتی مهندس بودم.  
خلاصه هر چی بگی شده ام غیر از خودم. اگر یک نفر از عقب  
صدا کند علی احمد، محمد، حسن امن خیال می کنم با من  
کار داره چون صدتا اسم دارم.  
با حیرت پرسیدم: یعنی چی؟  
- جواب این سؤال شما خیلی مشکله و باید مقدمه مفصلی  
براش چند. خلاصه اینکه سر نوشت، آدم را خیلی زیر و رو  
میکنه.  
هیچکس نمیدونه فردا چه اتفاقی برایش می افتد. مثلاً راه  
می رویم، یک دفعه پامون به سنگ میخوره و با اینکه می افتیم  
توی چوبی آب و همین موضوع باعث میشه که از یک حادثه  
بزرگ جان سالم به در می بریم.

### سبک زندگی

## دلایلی که باعث به تعویق انداختن کارها می شود!

آن نمی کنند. آن ها ترس از قضاوت و انتقاد دارند و همین باعث می شود که مدام کارهاشان عقب بیفتند.  
**کمبود تمرکز و خستگی**  
اگر سرتان بیش از حد شلوغ باشد یا بیمار باشید یا تمرکز کافی نداشته باشید، احتمالاً دوست دارید که کارهایتان را به تاخیر بیندازید تا کمی فکرتان آزاد شود.  
**تمایل به کنترل کردن**  
به تعویق انداختن کارها یک وضعیت رایج است و بسیاری از افراد نمی دانند که چرا این اتفاق می افتد اما بعضی از آن ها به خاطر این که دوست دارند تمام جنبه های زندگی را کنترل کنند، در نتیجه شروع کار جدید را به تعویق می اندازند زیرا احساس می کنند که از کنترل آن ها خارج است.  
**کمبود مهارت مدیریت زمان**  
شما به اندازه کافی زمان دارید که بخواهید کارهایتان را به انجام برسانید اما بسیاری از شما به دلیل اینکه زمان کم نیابورید و یا این که نمی توانید آن را مدیریت کنید، کارهای جدید را شروع نمی کنید.

به تعویق می اندازند.  
بسیاری از افراد به خاطر اینکه می ترسند کارشان به شکل ایده ال به انجام نرسد، در نتیجه شروع به انجام

به تعویق انداختن کارها می تواند موجب افسردگی، بی خوابی یا حتی مشکلات جسمی مثل مشکل گوارشی هم باشد. پس قطعاً اگر به خودتان و سلامت روحی و جسمی تان ارزش ندهید، کارهایتان را به تعویق می اندازید؛ بسیاری از ما هستیم با وجود این که می دانیم نباید کارها را عقب بیندازیم اما با این حال این کار را انجام می دهیم.

**ترس از شکست**  
ترس از شکست باعث می شود که شما نتوانید کارهای خود را به خوبی انجام دهید، زیرا می ترسید که کاری را انجام دهید که مورد قضاوت قرار بگیرد و به اندازه کافی خوب نباشد.

**ترس از چگونگی انجام کار**  
هنگامی که ندانید چگونه و چگونه باید کاری را انجام دهید، قطعاً از آن می ترسید و همین باعث می شود که وسط کار گیر کنید و در نتیجه مدام آن را به تعویق می اندازید.

**دل سردی و بی علاقهگی**  
حتماً مشاهده کرده اید که بسیاری از افراد در ابتدای

### عکس روز

عکس از: استاد کیومرث صیاد

### آموزش آشپزی

## مرغ مارپیچی

برای درست کردن مرغ مارپیچی ابتدا باید سینه مرغ را پهن کرده و آن را به کمک پیفتک کمی بکوبید تا نازک شود. بعد به کمک سیر، نمک و کمی فلفل و میخک مرغ را مزه دار کنید و سپس لایه های ژامبون را روی سینه مرغ پهن کرده و برگ های ریحان را روی ژامبون ها بچینید. سینه مرغ را به همراه مواد داخل رول کرده و با سیخ های چوبی کوچک آنها را سیخ بزنید. در تابه ای مقداری روغن ریخته و سیخ ها را داخل آن سرخ کنید سپس می توانید از مقداری زعفران برای خوش رنگ تر شدن مرغ ها استفاده کنید. برای پختن مرغ ها میتوانید از باربیکیو استفاده نمایید. جوجه ها را می توانید بجای

مواد لازم:  
سینه مرغ بدون استخوان: یک عدد  
سیر و میخک خرد شده: به مقدار لازم  
پوره گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری  
ژامبون گوشت دودی: ۴ برش نازک  
برگ ریحان: به مقدار لازم  
نمک و فلفل: به مقدار لازم  
طرز تهیه:

## مجموعه تخصصی خودرو تخته گاز

با مدیریت سعید ارژنگ

- گیربکس
- موتور
- برق و باطری
- صافکاری
- نقاشی
- جلوبندی

آدرس: کیش، ۲۸ سوله، خیابان کارا، بلوک ۵۱۳  
تلفن: ۰۹۱۷۹۵۹۴۰۰۷ - ۰۹۳۸۵۰۵۵۸۸۴ - ۰۹۳۸۵۰۳۳۸۸۴

### دبیرخانه کمیسیون معاملات

م الف: ۱۴۰۳-۱۵۱

### دبیرخانه کمیسیون معاملات

م الف: ۱۴۰۳-۱۵۱

### دبیرخانه کمیسیون معاملات

م الف: ۱۴۰۳-۱۵۱

# نهشت افزار هانی

شعبه ۱: نوبنیاد، مرکز خرید آربین  
شعبه ۲: صدف، مرکز خرید بساک  
Hany\_Tahrir 0902 299 2099

تحويل در محل ویژه ادارات