

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 کیش
قائم مقام مدیر مسئول: اسحاق ارزانی
با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
کستور 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: ۴۴۴۲۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۷۸۴
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۰۱
eghtesadekish@yahoo.com
eghtesad-kish.ir

گروه بین المللی
ویراسگال
ویراسگال
VIRA SEGAL INTERNATIONAL GROUP
به مدیریت: علی ابراهیمی معینی



چهارشنبه ۳ بهمن ۱۴۰۳، ۲۱ رجب ۱۴۴۶، ۲۲ ژانویه ۲۰۲۵، شماره ۴۶۴۲ (۲۰۲۶ دوره جدید) قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

سخن‌بزرگان
به سه چیز تکیه نکن: غرور، دروغ و عشق؛
آدم با غرور می تازد، با دروغ میبازد و با عشق می میرد...
دکتر شریعتی

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۴ - طلوع آفتاب: ۶:۴۳ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۵ - غروب آفتاب: ۱۷:۲۸ - اذان مغرب: ۱۷:۴۶

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۳	▲ ۲۴	▲ ۲۲	▲ ۲۳	▲ ۲۳	▲ ۲۱	▲ ۲۴	▲ ۲۲
▼ ۱۷	▼ ۱۰	▼ ۱۴	▼ ۱۳	▼ ۱۰	▼ ۶	▼ ۱۳	▼ ۱۱

جملات ناب از کتاب های ناب
تاملات - مارکوس اورلیوس
۱. اگر نیروی درونی حاکم بر ما خود را با طبیعت هماهنگ کند، همواره به سرعت خودش را با امکانات و فرصت‌های حاصل از هر وضعیتی تطبیق خواهد داد. در این صورت، محتاج هیچ ماده خاصی نخواهد بود؛ اهدافش را به اقتضای اوضاع و احوال تعقیب خواهد کرد؛ و حتی موانع پیشرفت را به نیروی محرکه بدل خواهد ساخت؛ مثل آتشی که توده زباله‌ها را فراگیرد، همان توده‌ای که می‌تواند آتش ضعیفی را خاموش کند، ولی آتش شعله‌ور به سرعت زباله‌ها را در کام خود فرومی‌برد و می‌سوزاند و بیش از پیش زبانه می‌کشد. ۲. هیچ چیز را به دست تصادف مسپار، هیچ کاری را بی‌توجه به اصول حاکم بر اجرای شایسته آن انجام مده.

مولانا
همان شاهم هر شبی بر خوان احسان و وفا
همان صاحب‌دولتم که دولتش پاینده با
بر خوان شیران یک شبی بوزینه‌ای همراه شد
استیزه رو گر نیستی او از کجا شیر از کجا
بنگر که از گمشدنی شده در قهرمان خون می‌چکد
آخر چه گستاخی است این والله خطا و الله خطا
گر طفل شیرینی پنجه زد بر روی مادر ناگهان
تو دشمن خود نیستی بر وی منه تو پنجه را
آن کاو ز شیران شیر خورژد، او شیر باشد نیست مرد
بسیار نقش آدمی دیدم که بود آن ازدها
نوح ار چه مردوار بد طوفان مردم خوار بد
گر هست آتش ذره‌ای آن ذره دارد شعله‌ها
شمشیرم و خون‌ریزم، من هم نرمم و هم تیز من
همچون جهان فانی ام ظاهر خوش و باطن بلا



عکس روز



سبک زندگی

چگونه نگرانی‌های مداوم به سلامت جسمانی آسیب می‌زند؟
این نوع اضطراب، اگر ادامه‌دار باشد، می‌تواند به اختلالات اضطرابی مانند حملات پانیک، اختلال اضطراب فراگیر (GAD) و وسواس فکری منجر شود که کیفیت زندگی را به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد.
علائم رایج اضطراب ناشی از نگرانی‌های مداوم:
- احساس تنش و نگرانی دائمی
- تحریک‌پذیری و عصبانیت
- مشکلات تمرکز
- افزایش ضربان قلب و تعریق
- کاهش تمرکز و افت بهره‌وری
نگرانی‌های ذهنی پیوسته می‌توانند موجب کاهش تمرکز و عملکرد شغلی شوند. ذهن فرد درگیر مشکلاتی می‌شود که اغلب خارج از کنترل اوست و همین امر باعث کاهش توانایی حل مسئله و افت بهره‌وری می‌شود.
آیا می‌دانستید نگرانی‌های مداوم می‌تواند باعث اضطراب شدید، مشکلات خواب و حتی بیماری‌های جسمانی شود؟ اضطراب، اختلال خواب و کاهش تمرکز تنها بخشی از اثرات منفی آن هستند. نگرانی‌های مداوم می‌تواند اثرات عمیقی بر سلامت روان و جسم داشته باشد. این نگرانی‌ها، چه دربار مسائل روزمره مانند کار، خانواده و امور مالی و چه دربار موضوعات بزرگ‌تری مانند سلامت و آینده، می‌تواند منجر به استرس روانی شدید شود. استرس مزمن، به‌ویژه اگر مدیریت نشود، ممکن است سلامت کلی فرد را به خطر بیندازد.
افزایش اضطراب و استرس
نگرانی‌های بیش از حد یکی از دلایل اصلی افزایش اضطراب در افراد است. در چنین شرایطی، فرد با فکر کردن مداوم به مشکلات، دچار ترس‌های بی‌پایه و احساس ناامنی در زندگی می‌شود.

آموزش آشپزی

گراتن سیب زمینی
مواد لازم:
سیب زمینی آبیژ شده بزرگ ۳ عدد
روغن زیتون ۶ قاشق غذاخوری
نمک کوشر به مقدار لازم
فلفل ۱/۲ قاشق چایخوری
خردل آسیاب شده ۱/۴ قاشق چایخوری
سیر گرنول شده ۱/۲ قاشق چایخوری
آرد سوخاری ۱/۴ فنجان
آویشن تازه ۱ قاشق غذاخوری
پنیر گرویر، رنده شده ۱ فنجان
طرز تهیه:
سیب زمینی‌ها را روی یک تخته برش قرار دهید. سیب زمینی را نازک برش بزنید، اما چاقورا تا جایی پایین ببرید که ته سیب زمینی برش نخورد. مقداری روغن روی سیب زمینی‌ها بریزید و ۱ قاشق غذاخوری از روغن را برای مراحل بعدی نگه دارید. روغن را با دقت به داخل برش‌ها بمالید؛ برای این کار استفاده از انگشتان بهترین روش است. بانمک و فلفل سیب زمینی‌ها را مزه کنید و این ادویه‌ها را هم داخل برش‌ها و هم روی پوست سیب زمینی بمالید. سپس آن‌ها را به مدت ۱ ساعت یا تا زمانی که با فرو کردن چاقو نرم شوند، در فر بپزید. سیب زمینی‌ها را از فر خارج کرده و حالت فر را به گریل (broil) تغییر دهید. در یک کاسه، پنیر رنده شده، خرده نان، آویشن، پودر خردل، پودر سیر و روغن باقی مانده و مخلوط کنید. هم بزنید تا مواد رویه به حالت مرطوب و کمی چسبناک دربیاید. مخلوط آماده شده را بین سیب زمینی‌ها تقسیم کرده و به خوبی روی سیب زمینی‌ها فشار دهید. تا روی آن ثابت بماند. سیب زمینی‌ها را برای ۱ تا ۲ دقیقه یا تا زمانی که پنیر ذوب شده و خرده نان‌ها طلایی شوند، گریل کنید.

آگهی مناقصه عمومی همراه با ارزیابی کیفی
فشرده شماره ۱۶۳-۴۰۳
اداره کل راهداری و حمل و نقل
جاده‌ای استان هرمزگان

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان هرمزگان در نظر دارد مناقصه عمومی فوق را با مشخصات و شرایط کلی ذیل از طریق برگزاری مناقصه، به شرکت‌های واجد شرایط واگذار نماید.
(الف) شرح مختصر کارها:

موضوع پروژه	مبلغ برآورد (ریال)	شهرستان	مدت پیمان (ماه)	مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار (ریال)
تکمیل بازگشایی راه روستایی پوسن شهرستان بشاگرد	۲۰۰۶۶۸۰۵۴۸۰۱۷۰	بشاگرد	۸	۱۰۰۳۳۰۴۲۷۰۴۰۹

(ب) محل تأمین اعتبار: از محل اعتبارات استانی
(ج) شرایط مناقصه: ۱- داشتن شخصیت حقوقی ۲- داشتن توانایی ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در فرآیند ارجاع کار و ضمانت نامه انجام تعهدات ۳- دارا بودن رتبه ۵ رشته راه و ترابری. لذا متقاضیانی که دارای شرایط مذکور در بند «ج» فوق بوده و آمادگی اجرای پروژه را دارند می‌توانند جهت اخذ اسناد مناقصه از ساعت ۱۴:۳۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۰۶ تا ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۳ به پایگاه اینترنتی سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند، آخرین مهلت تحویل اسناد مناقصه، ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۲۷ و بازگشایی پاکات ساعت ۰۸:۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۲۸ خواهد بود. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی www.lets.mporg.ir مراجعه نمایید.

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان هرمزگان
شناسه: ۱۸۶۹۰۱۴

نوبت دوم
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک بستک
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی ششماره ۱۴۰۳۶۰۳۳۳۰۶۲۰۰۰۲۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۱۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بستک تصرفات مالکانه بلامعارض مناقضی آقای احمد غیرت فرزند نورالدین بششماره شناسنامه ۹۷۰ صادره از بستک سه دانگ مشاع از مجموع ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۳۹۹/۱۷ متر مربع پلاک ۱ فرعی از ۱۹۱۲ اصلی واقع در بستک قطعه یک بخش ۱۹ محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت مناقضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

حسام حبیبی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان بستک

قابل توجه کیشوندان و مسافران
با جمع آوری فیلترهای سیگار ساحلی در یک بطری نیم لیتری کامل و کمک به محیط زیست زیبای جزیره و تحویل به فروشگاه ما یک پک سه عددی فیلتر تصفیه آب خانگی رایگان هدیه بگیرید تا بتوانیم همیشه ساحل تمیز داشته باشیم

بهشت خانواده جزیره کیش: درخت سبز، صنعت دوم، مجتمع تولیدی ارم یا نسیم صنعت کیش، داخل بازار طبقه اول، واحد ۱۱۶
اربابی ۰۹۳۶۱۷۳۴۶۷۹
۰۷۶۴۴۴۷۳۱۱۶

نوبت دوم
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان هرمزگان
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک بستک
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی ششماره ۱۴۰۳۶۰۳۳۳۰۶۲۰۰۰۲۶ مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۱۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بستک تصرفات مالکانه بلامعارض مناقضی آقای علی غیرت فرزند نورالدین بششماره شناسنامه ۶۱۷۲ کد ملی ۳۴۸۹۳۰۴۰۲۰ صادره از بستک در سه دانگ مشاع از مجموع ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۷/۳۹۹ متر مربع پلاک ۱ فرعی از ۱۹۱۲ اصلی واقع در بستک قطعه یک بخش ۱۹ محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت مناقضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

حسام حبیبی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان بستک