

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۱	▲ ۲۳	▲ ۲۱	▲ ۲۲	▲ ۲۳	▲ ۲۲	▲ ۲۲	▲ ۲۲
▼ ۱۸	▼ ۱۱	▼ ۱۶	▼ ۱۴	▼ ۹	▼ ۱۰	▼ ۱۴	▼ ۱۴

مسابقات «جام پرچم» در جزیره کیش برگزار می شود

رئیس انجمن مینی فوتبال منطقه آزاد کیش:

وی افزود: پس از چند ماه فعالیت بر روی توسعه این ورزش در جزیره کیش در حال حاضر برگزاری یک دوره مسابقات با حضور ۸ تیم برنامه ریزی شده است. ضمن اینکه تیم های رده سنی پیشکسوتان نیز در این ورزش در جزیره کیش فعال شده است. بابایی از پیشنهاد انجمن مینی فوتبال جزیره کیش به مقامات کشوری برای میزبانی از برگزاری مسابقات کشوری جام پرچم که در آن ۳۲ تیم از استانهای مختلف کشور حضور دارند خبر داد و افزود: پیگیری اخذ میزبانی این مسابقات در جزیره کیش هستیم.

مسعود بابایی رئیس انجمن مینی فوتبال منطقه آزاد کیش گفت: پیشنهاد برگزاری مسابقات جام پرچم به انجمن مینی فوتبال ایران و فدراسیون ورزش های همگانی داده شده است و احتمال دارد این مسابقات در اسفند ماه سال جاری در جزیره کیش برگزار شود.

بابایی افزود: فعالیت رشته ورزشی مینی فوتبال برابر قوانین جهانی مدتی است در جزیره کیش آغاز شده است و در حال حاضر مشغول برنامه ریزی برای توسعه و فراگیر کردن این ورزش جذاب هستیم.

یکشنبه ۲۵ دی ۱۴۰۱، ۲۲ جمادی الثانی ۱۴۴۴، ۱۵ ژانویه ۲۰۲۳، شماره ۴۱۳۲ (۱۵۱۶ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۶۰۰۰ تومان

سخن بزرگان

جا مانده است چیزی جایی که هیچ گاه دیگر هیچ چیز جایش را پر نخواهد کرد...

نه موهای سیاه نه دندان های سفید!

حسین پناهی

نرخ ارز (تومان) - روز گذشته

دلار	۴۰,۳۰۰
یورو	۴۴,۳۶۹
درهم	۱۱,۱۳۲
سکه امامی	۲۱,۱۵۱,۰۰۰
سکه بهار آزادی	۲۰,۱۵۹,۰۰۰
نیم سکه	۱۲,۲۰۰,۰۰۰
ربع سکه	۷,۶۰۰,۰۰۰
طلا (هر گرم)	۱,۹۱۴,۶۰۰

فریدون مشیری

آخرای دوست نخواهی پرسید که دل از دوری رویت چه کشید سوخت در آتش و خاکستر شد وعده های تو به دادم نرسید داغ ماتم شد و بر سینه نشست اشک حسرت شد و بر خاک چکید آن همه عهد فراموش شد چشم من روشن روی تو سپید جان به لب آمده در ظلمت غم کی به دادم رسی ای صبح امید آخر این عشق مرا خواهد کشت عاقبت داغ مرا خواهی دید دل پر درد فریدون مشکین که خدای تو نخواهد بخشید

کاریکاتور

عکس روز

مشهد زیر صفر

سبک زندگی

۵ جمله سمی جامعه ستیزها برای نابودی اعتماد به نفس شما

فرد را وادار کند که خودش را زیر سوال ببرد، و (ب) نیاز سیری ناپذیر خودش را برای اینکه همیشه حق با خودش است، ارضا کند.

۳. سوشیویت ها: من از نقش بازی کردن متنفرم/ تو استاد نقش بازی کردن هستی

هیچ عبارتی به اندازه «استاد نقش بازی کردن» باعث نمی شود که فرد به خود تردید کند. در واقع، این عبارتی است که سوشیویت ها برای ایجاد حس عدم اطمینان در فرد مقابل از آن استفاده می کنند. حقیقت این است که افراد جامعه ستیز، خودشان عاشق نمایش بازی کردن هستند. زیرا بدون آن نمی توانند به برنامه های خود خواهانه خود دست یابند!

۴. تو به من نیاز داری

فرد سوشیویت یا جامعه ستیز، عاشق این است که شما را کنترل کند. در واقع، مهم ترین خواسته او، این احساس است که فرد قربانی اراده فردی خود را به او

اگر با یک فرد سوشیویت یا جامعه ستیز رابطه داشته باشید، به احتمال زیاد نا آرام و عصبی بوده اید و این احساس (غالبا ظریف) را به درستی درک نمی کنید.

۱. سوشیویت ها: تو همانی که باید، هستی

در آغاز یک رابطه برای افراد جامعه ستیز یا سوشیویت، غیر معمول نیست که بمب عشق یا محبت فراوانی را به شما ابراز کنند. اما این رفتار عادی نیست. در بهترین سناریو، احتمالا فرد از تعادل خارج شده است. افرادی که خیلی سریع در یک رابطه پیش می روند و به مرزها احترام نمی گذارند، حس بدی به شما می دهند.

۲. مرا درست درک نمی کنی!

دکتر استفانی سرکیس، جامعه شناس می نویسد: گس لایتینگ تکنیکی در روانشناسی است که در آن یک شخص، برای به دست آوردن قدرت بیشتر، قربانی را وادار می کند واقعبین خود را زیر سوال ببرد. فرد جامعه ستیز از این عبارت استفاده می کند تا (الف)

آموزش آشپزی

موفلک

مواد اولیه:

- ماهی بدون استخوان به میزان لازم
- گندم یا جو پرک ۱/۵ پیمانه
- تخم کشنیز ۲ قاشق
- پیاز ۲ عدد
- نمک و زردچوبه و ادویه هندی به میزان لازم

طرز تهیه:

ابتدا گندم یا جو را درون دیگ تفت می دهیم تا سبک شود تا به قول معروف برشته شود. برشته شدن به این معنی است که تغییر رنگ دهد و قهوه ای شود اما نسوزد. سپس گندم های به دست آمده را مثل برنج در آب خیس می کنیم و کنار می گذاریم. پیازها را ریز کرده و درون روغن یا حرارت ملایم تفت می دهیم. وقتی پیاز هنوز پخته نشده، زردچوبه را نیز به آن اضافه می کنیم و تفت می دهیم.

ماهی را قبل از آغاز به تهیه موفلک درون قابلمه آب که حاوی زردچوبه و نمک است باید بچوبه شانیتم تا در این مرحله از آن استفاده کنیم. استخوان و پوست ماهی را جدا کرده و به همراه پیاز سرخ می کنیم.

آبی که ماهی در آن جوشیده را دور نریزید زیرا بعدا به آن نیاز دارید. در این مرحله این آب را به پیاز و ماهی تفت داده شده اضافه می کنیم. پس از به جوش آمدن آب، گندم خیس خورده را به آن اضافه می کنیم. در این مرحله از ادویه های تند دیگری مانند فلفل و ادویه های

گروه مشاورین املاک نیک

املاک نیک

مشاوره

در امور سرمایه گذاری

۰۹۱۲۲۷۸۵۶۶۱

۰۹۱۲۲۹۵۸۶۴۶

۰۹۱۲۸۵۰۸۰۶۵

۰۹۱۲۰۶۷۴۱۰۹

محمدرضا کیا: ۰۹۱۲۲۷۸۵۶۶۱

علی خاتمی: ۰۹۱۲۲۹۵۸۶۴۶

شهاب رهنما: ۰۹۱۲۸۵۰۸۰۶۵

نورالدین راستی: ۰۹۱۲۰۶۷۴۱۰۹

برای مشاوره خرید و فروش با شماره های زیر تماس بگیرید