

# اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۵:۲۰ - طلوع آفتاب: ۶:۳۸ - اذان ظهر امروز: ۱۲:۰۸ - غروب آفتاب: ۱۷:۳۷ - اذان مغرب: ۱۷:۵۴

کیش	بنر عباس	قشم	بنر لنگه	میناب	بستک	بنر چارک	پارسیان
▲ ۲۲	▲ ۲۳	▲ ۲۳	▲ ۲۳	▲ ۲۵	▲ ۲۲	▲ ۲۳	▲ ۲۳
▼ ۱۷	▼ ۱۵	▼ ۱۸	▼ ۱۵	▼ ۱۵	▼ ۱۱	▼ ۱۵	▼ ۱۶

## افزایش زوال عقل با انزوای اجتماعی



تحقیقات نشان می‌دهد انزوای اجتماعی یک عامل مهم برای زوال عقل در افراد مسن است. مطالعات جدید یک راه حل بالقوه ارائه می‌دهد: استفاده از فناوری برای تشویق افراد مسن به ارسال پیامک و ایمیل برای حفظ ارتباط. اگرچه این مطالعات ثابت نمی‌کند که فقدان ارتباط اجتماعی منظم باعث زوال عقل می‌شود، اما محققان گفتند که این مشاهدات را تقویت می‌کنند که انزوای اجتماعی می‌تواند خطر را افزایش دهد. اقدامات نسبتاً ساده برای افزایش حمایت اجتماعی ممکن است این خطر را کاهش دهد. «توماس کودجو» نویسنده ارشد مطالعه از دانشگاه جان هاپکینز می‌گوید: «ارتباطات اجتماعی برای سلامت شناختی ما مهم است و به طور بالقوه برای افراد مسن بدون استفاده از دارو به راحتی قابل اصلاح است.»

در این مطالعه، از شرکت کنندگان خواسته شد یک مصاحبه حضوری سالانه دو ساعته را برای ارزیابی عملکرد ذهنی و سلامتی خود تکمیل کنند. حدود ۲۳ درصد در ابتدا انزوای اجتماعی را گزارش کردند. آن‌ها هیچ نشانه‌ای از زوال عقل نداشتند. پس از ۹ سال، ۲۱ درصد از شرکت کنندگان به زوال عقل مبتلا شده بودند. محققان دریافتند که این خطر در میان سالمندان منزوی ۲۷ درصد بیشتر بود. به گفته کودجو، «سالمندان منزوی شبکه‌های اجتماعی کوچک‌تری دارند، تنها زندگی می‌کنند و مشارکت محدودی در فعالیت‌های اجتماعی دارند. یک توضیح احتمالی این است که داشتن فرصت‌های کمتر برای معاشرت با دیگران، تعامل شناختی را نیز کاهش می‌دهد و به طور بالقوه در افزایش خطر زوال عقل نقش دارد.»

در مطالعه دیگر، محققان دریافتند که فناوری ارتباطات، مانند تلفن و ایمیل، خطر انزوای اجتماعی را کاهش می‌دهد. محققان دریافتند که بیش از ۷۰ درصد از سالمندانی که در قرار ملاقات اولیه خود از نظر اجتماعی منزوی نبودند، تلفن همراه یا کامپیوتر داشتند. این شرکت کنندگان به طور مرتب از ایمیل یا پیامک برای برقراری ارتباط با دیگران استفاده می‌کردند. بزرگسالانی که دسترسی مداوم به فناوری داشتند، ۳۱ درصد کمتر از سایرین در معرض خطر انزوای اجتماعی بودند.

### آموزش آشپزی

#### سالاد چیکن ترکیه ای



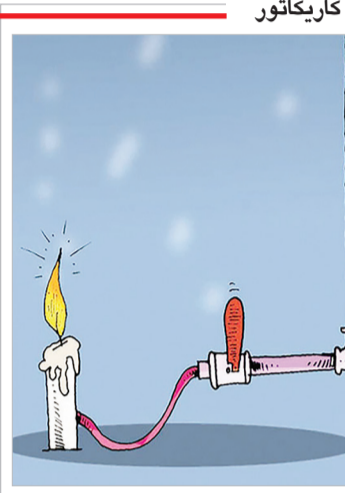
مواد لازم:  
سینه مرغ ۶۰۰ گرم  
پیاز ۲ عدد متوسط  
هویج فرنگی پخته شده نگین خرد شده ۱ پیمانه  
نخود فرنگی پخته شده ۱.۲ پیمانه  
خیارشور نگین خرد شده ۱.۲ پیمانه  
ذرت پخته شده ۱ پیمانه  
سس مایونز ۲۵۰ گرم

۳ قاشق غذاخوری سرکه  
۲ قاشق غذاخوری شکر  
به مقدار لازم شوید تازه خرد شده  
به مقدار لازم نمک و فلفل  
به مقدار لازم طرز تهیه:  
مرغ را با پیاز، نمک و فلفل و کمی آب بپزید و بعد از سرد شدن به صورت مکعبی خرد کنید.  
سبزیجات را با مرغ مخلوط کنید.  
سس مایونز، سرکه، شکر، نمک و فلفل را مخلوط نموده به سالاد اضافه کنید و نیم ساعت در یخچال بگذارید تا سالاد مزه دار شود سپس سرو نمایید.

### عکس روز



### کاریکاتور



### میرداماد

کافر با دردم آرد هرگز به درمان کار هست  
خاک عالم بر سر درمان چو درد یار هست  
میوه نارد باغ عمرم ورنه در هر شاخ و برگ  
صد هزاران نوک پیکان بهر من دربار هست  
مگذر از خاکم مباد اشعله گیرد دامن  
کم هنوز آتش ته خاکستر این مقدار است  
ای برهمن بگذر و مارابین کز کفر زلف  
چند طوق طاعتش در گردن زناز هست  
چند گوئیدم که از عشق اینهمه لاف ز چیست  
چون تو چندین نقطه اندر دور این پرگار هست  
اندر آن مجلس که جای باده عشق آتش دهد  
غیر اشراق ای عزیزان دیگری را بار هست

### نرخ ارز (تومان) - روز گذشته

دلار	۴۳,۶۱۸
یورو	۴۸,۵۳۷
درهم	۱۲,۱۵۵
سکه امامی	۲۴,۱۰۱,۰۰۰
سکه بهار آزادی	۲۲,۸۹۵,۰۰۰
نیم سکه	۱۴,۳۰۰,۰۰۰
ربع سکه	۹,۲۰۰,۰۰۰
طلا (هر گرم)	۲,۱۱۱,۵۰۰

## پارک برفی پنگوئن

\* پنگوئود  
\* پنگوئن درینک بار  
\* پنگوئود  
\* پنگوئن درینک بار

سانس روزانه یکسره از ساعت ۱۲ ظهر تا ۲۰ پذیرش میهمانان عزیز از ساعت ۱۲ تا ۱۸



جزیره کیش، میدان سنائی، بلوار موج، مجتمع تفریحی و گردشگری پنگوئن  
penguin.snowpark penguinsnowpark.com

۰۹۰۲۷۷۷۷۱۱۰  
۰۹۰۲۷۷۷۷۱۴۴

پنجشنبه ۱۳ بهمن ۱۴۰۱، ۱۱ رجب ۱۴۴۴، ۲ فوریه ۲۰۲۳، شماره ۴۱۴۷ (۱۵۳۱ دوره جدید) قیمت ۶۰۰۰ تومان

### سخن بزرگان

تقریباً همه مردم بخشی از عمرشان را در تلاش برای نشان دادن ویژگی‌هایی که ندارند، تلف می‌کنند.

سامول جانسون

۶ روز هفته

از شنبه تا پنجشنبه باشما هستیم

اقتصاد کیش

روزنامه

۰۷۶۴۴۴۲۴۹۹۹



۰۷۶۴۴۴۲۴۹۹۹

۰۷۶۴۴۴۲۴۹۹۹

۰۷۶۴۴۴۲۴۹۹۹