

لوازم تحریر هانی

عرضه کننده نوشت افزار
لوازم مدارس و اقلام فانتزی

۵ نوبنیاد ۳ - مرکز خرید آرین
طبقه اول، غرفه ۴۱ و ۴۲

قیمت ۹۰۰۰ تومان

۰۹۰۲۲۹۹۲۰۹۹

Hany_tahrir

اقتصاد کیش

خبری، 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
مرورید، بلوک B۲، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۲۰۲۸۵
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صادشت، بلوار تیر،
انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۰۲۱۶۵۵۸۱۸۰۱
eghtesadekesh@yahoo.com
eghtesad-kish.ir

سخن بزرگان

قدر زمان حال را بدانید که گذشته هرگز بر نمی گردد
و آینده شاید نیاید.
"گالیله"

کیش	بندر عباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۲۴ ▼ ۱۸	▲ ۲۶ ▼ ۱۴	▲ ۲۵ ▼ ۱۸	▲ ۲۵ ▼ ۱۶	▲ ۲۶ ▼ ۱۴	▲ ۲۳ ▼ ۹	▲ ۲۴ ▼ ۱۵	▲ ۲۲ ▼ ۹

آیا میدانیدهای جالب بدن انسان

آیا می دانید استخوان هیوئید در گلوئی شما تنها استخوان در بدن است که به هیچ جایی متصل نیست؟
آیا می دانید یک ساعت استفاده از هدفون باعث می شود باکتری ها در گوش شما ۷۰۰ برابر افزایش پیدا کنند؟
آیا می دانید شایع ترین بیماری پوسیدگی دندان است؟
آیا می دانید سخت ترین ماده در بدن انسان مینای دندان است؟

مولانا

باز در آمد به بزم مجلسیان دوست دوست
گر چه غلط می دهد نیست غلط اوست اوست
گاه خوش خوش شود گه همه آتش شود
تعبیه های عجب یار مرا خوست خوست
نقش وفاوی کند پشت به ماکی کند
پشت ندارد چو شمع او همگی روست روست
پوست رها کن چو مار سر تو بر آرز ز یار
مغز نداری مگر تاکی از این پوست پوست
هر کی به جد تمام در هوس ماست ماست
هر کی چو سیل روان در طلب جوست جوست
از هوس عشق او باغ پر از بابل ست
وز گل رخسار او مغز پر از پوست پوست
مفخر تبریزیان شمس حق آگه بود
کز غم عشق این تنم بر مثل پوست پوست



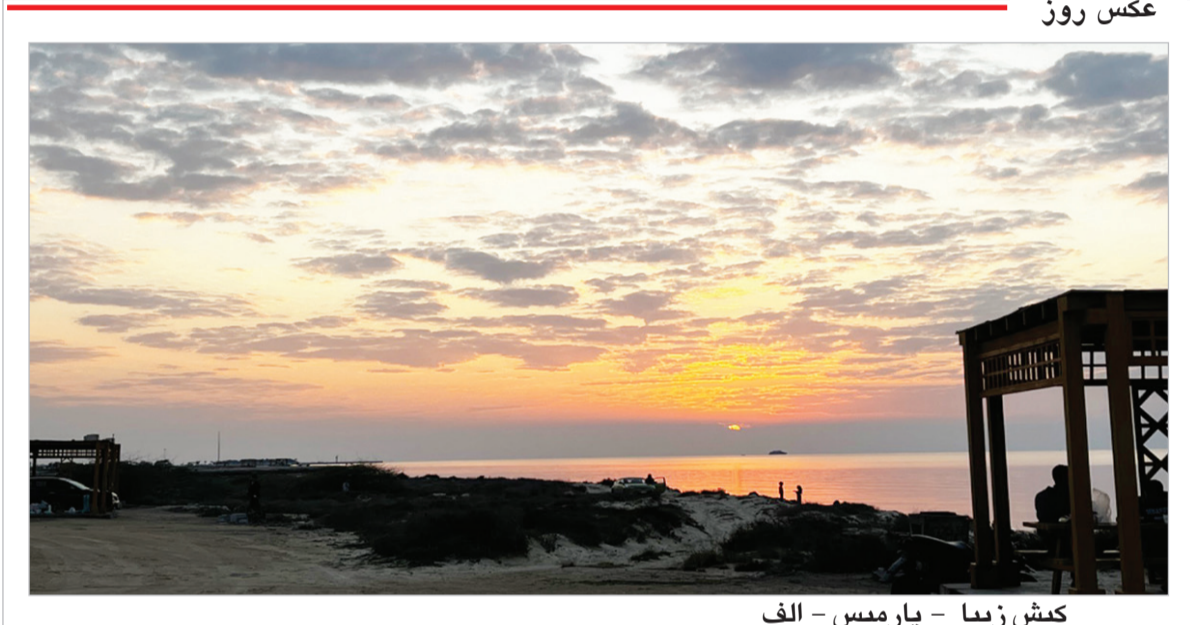
چگونگی درمان و مقابله با سندرم بی انگیزگی

درمان بی انگیزگی به دلایل زمینهای آن بستگی دارد. بیمار ممکن است بتواند با تغییر شیوه زندگی و مراقبت از خود این اختلال را مدیریت کند. وی گفت: انسانها گاهی اوقات بی انگیزه، خسته و بی حوصله می شوند و از همه چیز دوری می کنند. آن ها گاهی احساس می کنند که دیگر توان برای ادامه دادن ندارند، که این می تواند یک حالت موقتی و زود گذر باشد؛ بنابراین نبود انگیزه به خودی خود مسئله حادی نیست و نیاز نیست نگران این باشید که اگر گاهی بی انگیزه شدید دیگر نخواهید توانست به موفقیت دست پیدا کنید. اما اگر این حالت طولانی شود و نادیده گرفته شود مسئله پیچیده تر خواهد شد. زمانی این مسئله نگران کننده می شود که این حالت نشانه ای از چندین اختلال عصبی و روانی افسردگی می باشد. در صورت شدید شدن می تواند به سندرم بی انگیزگی تبدیل شود که نیاز به درمان تحت نظر روانشناس بارونپزشک دارد.

حالات و احساسات به طرز بارزی متفاوت می شوند. به همین دلیل تمایل دارید که زمان بیشتری را به تنهایی سپری کنید. بی تفاوتی مداوم می تواند بر توانایی شما در حفظ روابط شخصی و عملکرد خوب در مدرسه یا محل کار تأثیر بگذارد. مطمئنا اگر روال زندگی طبق یک برنامه مشخصی پیش برود، احتمال بی انگیزگی روانی به خصوص در جوانان پایین می آید. مگر اینکه دچار یک مشکل عصبی زمینهای شده باشید که با درمان به موقع آن ها می توان از پیشرفت اختلال بی انگیزگی پیشگیری کرد.

قرایی مقدم افزود: بی انگیزگی و بی هدفی کارکنان و دانش آموزان بی دلیل نیست و یک مدیریت صحیح با ارائه پاداش می تواند مانع از بروز آنها شود. خوشبختانه امروزه روش های موثری برای درمان افسردگی و بی انگیزگی وجود دارد و داروها و روان درمانی می توانند به باز یابی علاقه شما به زندگی کمک کنند. نحوه صحیح

یک جامعه شناس گفت: فرد مبتلا به سندرم بی انگیزگی معمولا علائم عدم تمرکز و بی علاقگی را تجربه می کند. اما الله قرایی مقدم جامعه شناس گفت: یک فرد می تواند بی انگیزگی را در نبود یک بیماری زمینهای تجربه کند. نوجوانان گاهی با آن مواجه می شوند که معمولا با گذشت زمان از بین می رود. اما بی انگیزگی و بی علاقگی طولانی مدت در نوجوانان طبیعی نیست. وی گفت: اگر روال زندگی طبق یک برنامه مشخصی پیش برود، احتمال بی انگیزگی روانی به خصوص در جوانان پایین است. بنابراین در صورت مواجهه با بی انگیزگی به زندگی، کنکور و افسردگی، تنبلی و خستگی و لاغری خود یا هر یک از اعضای خانواده باید سریعا به فکر درمان باشید. این مشکل روحی می تواند یک فرد را سال ها از روند عادی زندگی دور کند. وی مطرح کرد: اصولا ظاهر چهره تغییری نمی کند اما



آموزش آشپزی

سالاد کلم قرمز با انار

مواد لازم:
کلم قرمز ۵۰۰ گرم
انار ۲ عدد
سس مایونز ۲ قاشق غذاخوری
ملت ۱ قاشق غذاخوری
گردو به میزان دلخواه
نمک و فلفل ۱/۲ قاشق چایخوری
آب لیمو ترش ۱ قاشق غذاخوری
به میزان دلخواه
پودر سیر ۱/۳ قاشق چایخوری

طرز تهیه:
در مرحله اول کلم را به خوبی شسته، سپس یک لایه از آن را پوست بگیرید. در ادامه با کمک خرد کن و یا رنده کلم ها را به صورت ختالی ریز کنید و در ظرف مناسبی که می خواهید سالاد را در آن سرو کنید بریزد. گردوها را با کمک یک چاقو به صورت ریز ریز خرد و به کلم ها اضافه کنید. دو عدد انار را درون و آنها را به کلم اضافه کرده و هم بزنید تا مواد با یکدیگر مخلوط شوند. در یک ظرف مناسب سس سفید را بریزید، میزان سس و ماست حد متوسط است. شما می توانید نسبت به ذائقه مان این میزان از سس را تغییر دهید. سس و ماست را خوب هم بزنید تا ترکیب شوند.
ادویه سالاد شامل نمک، فلفل، آب لیمو، آویشن و پودر

تیام رایان کیش

اینترنت Wireless

تیام رایان کیش، کیش، بازار پانید، طبقه دوم، واحد شماره 5
شماره واتس اپ 076 4480 5000
تیام نت شیراز 071 91014805
تیام رایان کیش 076 44805
تیام نت شیراز

www.tiyam.com

گروه هتل های تاپ تورز

TOPTOURS Group
تاپ تورز

هتل ویدا

هتل کوروش

کوروش هتل

www.ttgroup.ir @Ttoptours_Group 021-8586