

اقتصاد کیش

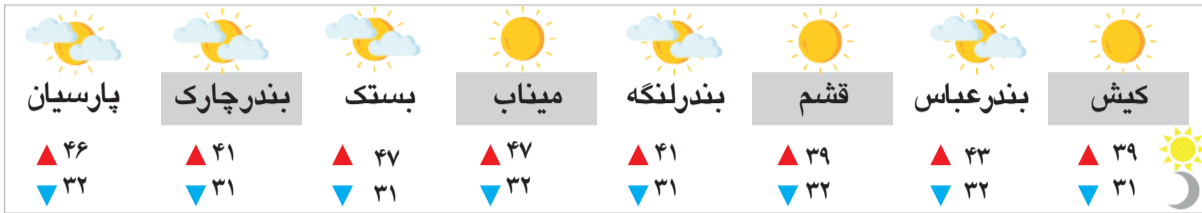
روزنامه

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
 کسره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
 نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
 مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
 تلفن: ۴۴۴۲۹۶۹۹ - ۴۴۴۲۹۶۹۹ (۰۷۳)
 فکس: ۴۴۴۲۹۶۹۸
 امور آگهی ها: ۴۴۴۲۷۸۴
 چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر،
 انتهای خیابان ۱۲ غربی
 شرکت چاپ صمیم ۰۲۱۶۵۵۸۱۸۰۱
 eghtesadkish@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

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۳:۳۲ - طلوع آفتاب: ۵:۰۱ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۵۵ - غروب آفتاب: ۱۸:۴۹ - اذان مغرب: ۱۹:۰۸
 سه شنبه ۲۹ خرداد ۱۴۰۳، ۱۱ ذی الحجه ۱۴۴۵، ۱۸ ژوئن ۲۰۲۴، شماره ۴۴۸۹ (۱۸۷۳ دوره جدید)، ۱۲ صفحه، قیمت ۱۰۰۰۰ تومان

سخن بزرگان
 شما نمی توانید یک مزرعه را در ذهن تان شخم بزیند؛
 برای تغییر کردن باید عمل کنید.
گوردون بی هینکلی



جملات ناب از کتاب های ناب
مثال همه عصرها: زویا پیرزاد
 آدم ها با دلایل خاص خودشان به زندگی ما وارد می شوند
 و با دلایل خاص خودشان از زندگی ما می روند. نه از آمدن
 ها زیاد خوشحال باش، نه از رفتن ها زیاد غمگین. تا هستند
 دوستشان داشته باش، به هر دلیلی که آمده اند، به هر دلیلی
 که هستند، بودنشان را دوست داشته باش. بی هیچ دلیلی،
 شادمانی های بی سبب همین دوست داشتن های بی چون
 و چراست.
 من و درخت چنار رو به روی پنجره باهم دوست بودیم.
 درخت چنار هم مثل من از رفتن هاسر در نمی آورد همیشه
 از یکدیگر می پرسیدیم «آدم ها چرا می روند؟ دنبال چی
 می روند؟ کجا می روند؟» درخت چنار می گفت «که تکه
 زمینی باشد که بشود در آن ریشه دواند، دیگر نمی خواهد
 بود. از زمین می شود غذا گرفت و برای آب هم به گرم آسمان
 و جوی مجاور امید داشت.»

سعیدی
 وه که گر من بازبینم روی یار خویش را
 تا قیامت شکر گویم کردگار خویش را
 یار یار افتاده را در کاروان بگذاشند
 بی وفا باران که بر بستند بار خویش را
 مردم بیگانه را خاطر نگه دارند خلق
 دوستان ما نیاززند یار خویش را
 همچنان امید می دارم که بعد از داغ هجر
 مرهمی بر دل نهاده امیدوار خویش را
 رای رای توست خواهی جنگ و خواهی آشتی
 ما قلم در سر کشیدیم اختیار خویش را
 هر که را در خاک غربت پای در گل ماند ماند
 گو در گذر در خواب خوش بینی دیار خویش را
 عاقبت خواهی نظر در منظر خوبان مکن
 و در کنی بدرون کن خواب و فرار خویش را
 کبر و ترسا و مسلمان هر کسی در دین خویش را
 قبله ای دارند و ما زیبا نگار خویش را
 خاک پایش خواست شد باز گفتم زینهار
 من بر آن دامن نمی خواهم غبار خویش را



سبک زندگی
قهوه و اختلال نقص توجه و بیش فعالی (ADHD)
 زندگی: افرادی که مبتلا به اختلال نقص توجه و بیش فعالی هستند، ممکن است به کافئین واکنش متفاوتی نسبت به افراد بدون این اختلال نشان دهند.
 پریدخت زند و روانشناس شخصیت اظهار کرد: افرادی که مبتلا به اختلال نقص توجه و بیش فعالی (ADHD) هستند، ممکن است به کافئین واکنش متفاوتی نسبت به افراد بدون این اختلال نشان دهند. دلایل این واکنش متفاوت می تواند باشد. به طور مثال کافئین یک محرک است و به طور معمول باعث افزایش هوشیاری و انرژی می شود. اما در افراد با ADHD، ساختار و عملکرد سیستم عصبی مرکزی ممکن است به گونه ای باشد که محرک ها تأثیر متضادی داشته باشند و در واقع به آرامش یا خواب منجر شوند. او ادامه داد: افراد با ADHD معمولاً سطوح دوپامین کمتری دارند. کافئین می تواند به افزایش موقت سطوح دوپامین کمک کند، اما این افزایش می تواند منجر به یک افت سریع در سطوح دوپامین پس از مدتی شود که باعث احساس خستگی و خواب آلودگی می شود.
تفاوت در متابولیسم
 زند تصریح کرد: متابولیسم کافئین در افراد مختلف متفاوت است. برخی افراد با ADHD ممکن است کافئین را سریع تر متابولیزه کنند که این می تواند باعث کاهش اثرات تحریک کننده آن و به جای آن احساس خواب آلودگی شود.
اثرات معکوس
 او گفت: در بعضی از موارد، محرک ها مانند کافئین می تواند اثرات معکوس بر روی



آموزش آشپزی
زیتون پنیر شمالی
مواد لازم:
 زیتون (بدون هسته): ۱ کیلو گرم
 سیر: ۵ حبه
 فلفل ترکی (پول پپری): ۲ قاشق غذاخوری
 گوجه خشک: ۲ قاشق غذاخوری
 روغن زیتون: نصف لیوان فرانسوی دسته دار
 پنیر رشته ای: ۱ بسته
 آب لیمو ترش تازه یا آب لیمو: ۴ قاشق غذاخوری
 نمک: به مقدار دلخواه
طرز تهیه:
 سیر را اساطوری و له کنید.
 سیر و زیتون را ترکیب کنید.
 گوجه فرنگی خشک شده را خرد کنید.
 گوجه فرنگی های خرد شده و فلفل ترکی را به زیتون اضافه کنید.
 باقی مواد را اضافه کنید.
 پنیر رشته ای را اضافه کنید.
 سپس، ظرف حاوی چاشنی زیتون پنیر را برای مدت ۲ ساعت یا بیشتر داخل یخچال قرار دهید. با انجام این کار، طعم مواد کاملاً به خورد یکدیگر می رود.

مدرسه فوتبال اتحاد سفین
(با مجوز رسمی از هیئت فوتبال کیش)
پرافتخارترین مدرسه فوتبال جزیره در رده پایه (۵-۱۸ سال)
قهرمان سه دوره پیاپی مسابقات در رده پایه
حضور در جام حذفی کشور در رده بزرگسالان
دارای کادری بومی، مجرب و با سابقه
مایک خانواده هستیم
هرف ما، پرورش و پیشرفت آینده ی ورزشی فرزندان شماست
09124970543 خانم سالمی
09162364868 حسن پور
09374074909 تقی پور
میرمهنا. زمین های چمن مصنوعی میرمهنا. جنب سالن ژیمناستیک

خشک کردن زمین در حال انجام ...
 شرکت آب فاضلاب استان هرمزگان

شعبه ۱: نوبنیاد، مرکز خرید آرین
شعبه ۲: صدف، مرکز خرید بساک
Hany_Tahrir 0902 299 2099
نهشت افزار هانی
تحويل در محل ویژه ادارات