

خانه دار شدن شبیه یک رویا است...

*** سر آغاز – نسرين داودی**

یکی از اساسی ترین مشکلات خوزستان بحث مسکن است و با توجه به شرایط اقتصادی کشور، شرایط خوبی برای تولید مسکن در خوزستان به چشم نمی خورد و مشکل کمبود مسکن در استان ادامه دار خواهد بود. در حوزه ساخت مسکن دورنمایی از بهبود اقتصاد قابل رویت نیست و بروکراسی های بخش دولتی برای ساخت مسکن و همچنین شرایط دشوار بخش خصوصی در این حوزه باعث شده تا چشم انداز حل مشکل کمبود مسکن در خوزستان چشم اندازی تیره و تاریک باشد و حل این مساله دور از دسترس به نظر آید.

با توجه به شرایط حاکم بر بازار مسکن خوزستان و ادامه گرانی‌ها باید گفت که امیدی به برنامه‌های تصمیم‌گیران در راستای توسعه مسکن و کاهش قیمت در بازار مسکن نیست. همچنین شرایط

موجود باعث شده تا بخش خصوصی نیز رغبتی برای حضور در این بازار و ساخت مسکن و تلاش برای جبران کمبود مسکن در استان و به تبع آن در کشور نداشته باشد. با توجه به این امر سرمایه‌گذار بخش خصوصی ریسک حضور را در این حوزه نمی‌پذیرد و حاضر به سرمایه‌گذاری در این بازار پر نوسان تولید مسکن نیست.

درباره وضعیت نامناسب بازار مسکن در کشور و استان خوزستان هشدارهای بسیاری از سوی کارشناسان داده شده اما به نظر می رسد متولیان و تصمیم‌گیران این حوزه تنها به اعلام آمار و ارقام متفاوت، بسنده می‌کنند و هیچ راهکار عملی برای حل بروکراسی‌ها در بخش دولتی و یا حمایت از بخش خصوصی برای تولید مسکن ارائه نمی‌کنند تا شاهد جبران کمبود مسکن و همچنین کاهش قیمت‌ها باشیم و مردم بتوانند خانه دار شوند.

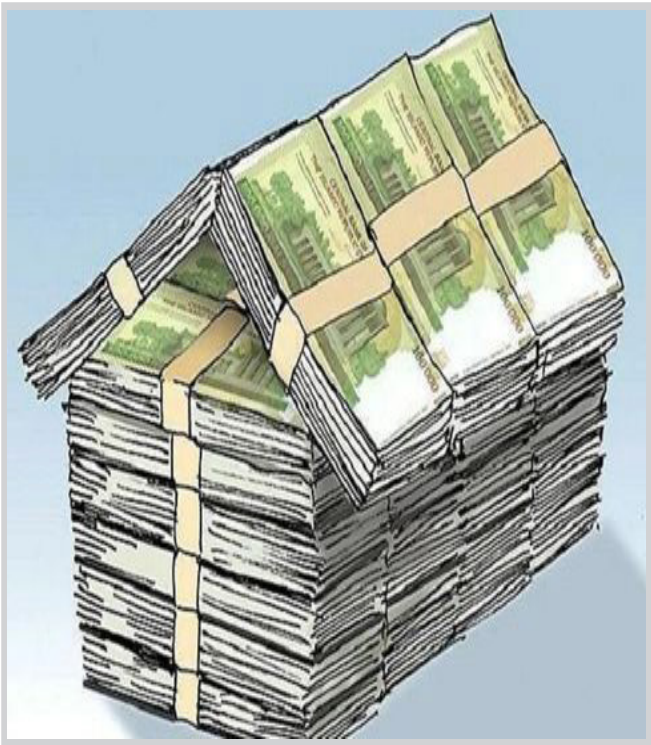
با توجه به روند رشد قیمت انواع نهاده‌های ساختمانی و تداوم این جریان، قطعاً به روند ساخت و ساز آسیب وارد می شود به شکلی که بخش خصوصی یا رغبت و یا توان حضور در این حوزه را نخواهد داشت؛ برای بخش دولتی نیز که عمدتاً به صورت مشارکتی با مردم نسبت به ساخت اقدام می شود باید گفت که شرایط اقتصادی توان مردم را به زیر صفر برده و آن‌ها امکان اینکه آورده‌ای داشته باشند تا با همراهی دولت بتوانند خانه دار شوند را ندارند و خانه دار شدن را رویایی دورتر از همیشه می بینند.

اگر دستگاه‌های ذی‌ربط در برنامه خود سیاست‌گذاری مناسبی جهت بهبود محیط کسب و کار و اقتصاد به‌ویژه در زمینه تولید و قیمت مسکن را اجرایی کرده بود امروز شاهد این نابسامانی نبودیم اما اکنون شرایط پیش رو برای بازار مسکن بسیار

سخت است و اگر قرار باشد این روند تغییر کند دولت باید ابتدا شرایط را در بحث ثبات اقتصادی مهیا و سپس با حمایت از بخش خصوصی و کاهش بروکراسی‌ها به بحث افزایش تولید مسکن در کشور و خوزستان کمک کند.

علی رغم سیاست‌های مقطعی دولت که در راستای تحقق برنامه‌های کوتاه مدت اعلام و در برخی مواقع ناقص اجرایی شد، هنوز موانع بزرگی در بستر تولید مسکن وجود دارد و بهبودی در کسب

و کارهای منتهی به این بخش حاصل نشده است. با توجه به شرایط موجود رد بازار مسکن به نظر می‌رسد که هیچ کس به دنبال حل موضوع مسکن و معضلات آن نیست. و هیچ گاه توجهی به راهکارهای ارائه شده از مسئولان ذی ربط نشده و همین موضوع یکی از دلایل اصلی شکست سیاست‌ها در بخش مسکن و اقتصاد مسکن است. شرایط نامساعد حاکم بر بازار مسکن استان و کشور دلیل اصلی خروج سرمایه‌ها



از بازار پر تقاضای تولید مسکن است به طوری که در یکسال گذشته شاهد فرار سرمایه‌ها از بازار مسکن بوده‌ایم و ادامه داشتن این روند به سود هیچکس نیست. آنچه در این زمینه حائز اهمیت است این است که دولت هرچه سریعتر به فکر اجرای سیاست‌هایی باشد که منجر به ساخت مسکن، کاهش قیمت مسکن و خانه دار شدن مردم شود؛ مساله ای که البته باید دید با توجه به شرایط کنونی چه زمانی محقق خواهد شد؟

آگهی تحدید حدود عمومی اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان رامهرمز

۶۶۷۷/۶۸۹ واقع در بخش یک بهبهان- جاده قدیم اهواز حد فاصل فلکه شهرک و فلکه دامداران بمساحت ۳۶۵/۶۹ مترمربع
۱۱- آقای عزیزالله کدیور فرزند نورالله، شش‌دانگ یک قطعه زمین محصور دارای پلاک ۶۶۷۷/۶۹۰ واقع در بخش یک بهبهان- جاده قدیم اهواز حد فاصل فلکه شهرک و فلکه دامداران بمساحت ۳۷۵/۳۷ مترمربع
۱۲- آقای نادر غلامی فرزند نصرالله، شش‌دانگ یک قطعه زمین واگذاری شده توسط شهرداری دارای پلاک ۷۱۹۵ واقع در بخش یک بهبهان- محل سادات بمساحت ۶۱/۲۹ متر مربع
۱۳- شهرداری بهبهان، شش‌دانگ شش باب مغازه دارای پلاک ۷۲۰۱ واقع در بخش یک بهبهان- حریم کانال شهید غفاری جنب دبیرستان دادپور بمساحت ۱۵۱/۵۵ مترمربع
----- (۱۴۰۲/۰۳/۲۴) -----

<<املاک واقع در بخش دو بهبهان>>

۱- آقای سعید مهاجر فرزند خلیفه، شش‌دانگ باغ نخلی با حق شرب از چشمه قریه پشکر دارای پلاک ۲۹ واقع در بخش دو بهبهان روستای پشکر
۲- آقای سعید مهاجر فرزند خلیفه، شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی با حق شرب از چشمه قریه پشکر دارای پلاک ۳۹ واقع در بخش دو بهبهان روستای پشکر
۳- آقای سعید مهاجر فرزند خلیفه، شش‌دانگ یک قطعه باغ معروف به دو میل دون با حق شرب از چشمه قریه پشکر دارای پلاک ۷۴ واقع در بخش دو بهبهان روستای پشکر
۴- آقای سعید مهاجر فرزند خلیفه، شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی با حق شرب از چشمه قریه پشکر دارای پلاک ۸۴ واقع در بخش دو بهبهان روستای پشکر
۵- آقای سعید مهاجر فرزند خلیفه، شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی با حق شرب از چشمه قریه پشکر دارای پلاک ۹۳ واقع در بخش دو بهبهان روستای پشکر
----- (۱۴۰۲/۰۳/۲۷) -----

تحدید حدود پلاک های فوق راس ساعت ۸ صبح به ترتیب انجام خواهد شد، لذا به مالکین مجاور و متقاضیان ثبت بدینوسیله اعلام می شود که در موعد مقرر در محل حضور به هم رسانند بدیهی است عدم حضور مالکین مجاور مانع از عملیات تحدید حدود نخواهد شد و اعتراض نسبت به حدود و حقوق اترفاقی پس از تنظیم صورتمجلس تحدیدی با توجه به ماده ۲۰ قانون ثبت تا ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد ضمناً با توجه به تبصره ۲ ماده واحده اعتراض به تقاضای ثبت تحدید حدود، موضوع ماده ۱۶ و ۲۰ قانون ثبت می بایست توسط معترضین ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به واحد ثبتی با تقدیم دادخواست به مراجع ذیصلاح قضایی صورت پذیرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۳/۰۱

شناسه آگهی: ۸/۶۵/م-الف

هوای سرد صبحگاهی بر کاهش وزن چه افرادی تأثیر دارد؟

رضوی قرار گرفتن در معرض دمای سرد صبحگاهی ممکن است به سوزاندن چربی در مردان کمک کند،، نتایج مطالعه جدید نشان می‌دهد، مردانی که مایل به کاهش وزن هستند می‌توانند برای دستیابی به این هدف، صبح‌ها در معرض دمای سرد صبحگاهی قرار بگیرند زیرا ممکن است به افزایش چربی سوزی در آنان کمک کند.محققان دریافتند، در حالی که مردان هنگام قرار گرفتن در معرض دمای سرد صبحگاهی نسبت به دمای هوا در عصر احتمال بیشتری دارد که چربی بسوزانند، این موضوع در مورد زنان صادق نیست.این مطالعه بر روی چگونگی قرار گرفتن در معرض سرمایی که باعث سوزاندن بافت چربی قهوه‌ای یا چربی قهوه‌ای برای تنظیم دما و سوزاندن کالری می‌شود، تمرکز کرد. چربی قهوه‌ای نوعی چربی در بدن است که به تنظیم دمای بدن کمک می‌کند و دقیقاً قبل از اینکه فرد در دمای سرد احساس لرز کند این چربی فعال می‌شود.

محققان همچنین بررسی کردند که آیا چربی سوزی از یک ریتم شبانه‌روزی پیروزی می‌کند یا خیر همچنین چگونه این الگو در مردان و زنان متفاوت است.

ماریت بون، یکی از محققان این تحقیق از مرکز پزشکی دانشگاه لیدن در هلند اظهار کرد: نتایج مطالعه ما نشان می‌دهد که زمان بهینه برای قرار گرفتن در معرض سرما در یک زمان خاص از چرخه ۲۴ ساعته بدن است. همچنین ممکن است تفاوت جنسی در نحوه واکنش بدن به قرار گرفتن در معرض سرما با توجه به افزایش متابولیسم در یک نقطه زمانی خاص وجود داشته باشد و به نظر می‌رسد که ارائه درمان‌هایی نظیر قرار گرفتن در معرض سرمای صبحگاهی ممکن است مفیدتر از عصر برای مردان باشد.قرار است که محققان این هفته، یافته‌های مطالعه خود را در کنگره اروپایی چاقی (ECO) در دوبلین ایرلند ارائه کنند.در مطالعه اولیه که روی موش‌ها انجام شد، محققان دریافتند که فعالیت متابولیک چربی قهوه‌ای در طول روز در نوسان است. این فعالیت دقیقاً قبل از بیدار شدن زمانی که بدن نیاز به افزایش دمای مرکزی خود دارد به اوج خود می‌رسد و در شب کاهش می‌یابد.محققان سپس ۲۴ شرکت‌کننده لاغر متشکل از مرد و زن که سن آنان بین ۱۸ تا ۳۱ سال بود را مورد ارزیابی قرار دادند. در طول ارزیابی، شرکت‌کنندگان روی تشک‌های پر از آب استراحت کردند و این تشک‌ها به تدریج خنک می‌شدند تا دمای آن به ۴۸ درجه فارنهایت برسد و یا زمانی که شرکت‌کنندگان احساس لرز می‌کردند، به مدت ۹۰ دقیقه در معرض سرمای پایدار قرار می‌گرفتند و در آن زمان انرژی مصرفی و دمای پوست آنان اندازه‌گیری شد.محققان دریافتند که مردان در صبح تفاوت‌های قابل توجهی در چربی‌سوزی داشتند در حالی که مصرف انرژی ناشی از سرما و دمای پوست بین صبح و عصر در زنان تفاوت چندانی نداشت. محققان بر این باورند که این مطالعه اولین گام مهم برای بررسی تأثیرات ریتم شبانه‌روزی زمان قرار گرفتن در معرض سرما بر متابولیسم (چربی) بدن است. در همین حال، آنان در تلاش هستند تا بررسی کنند که آیا قرار گرفتن مکرر در معرض سرمای صبحگاهی می‌تواند سلامت قلب و عروق را در مردان چاق بهبود بخشد یا خیر.بون افزود: «حدالاً موردی که یافته‌های ما نشان می‌دهد، این است که باید مداخلات در زمان‌های خاص هنگام هدف قرار دادن متابولیسم لیپید در نظر گرفته شود».

چگونه خشکی پوست را کاهش دهیم؟

روش‌های خانگی مختلفی برای درمان خشکی پوست وجود دارد که از آن جمله می‌توان به استفاده از روغن‌های گیاهی و همچنین داشتن رژیم‌های غذایی سالم و حاوی خوراکی‌های مفید برای سلامت پوست اشاره کرد.به نقل از سایت تخصصی «ان‌دی‌تی‌وی»، تأثیر استفاده موضعی از روغن‌های گیاهی نظیر روغن کنجد، نارگیل، ذرت یا آفتابگردان برای رفع خشکی پوست شگفت‌آور است. هرچند کارشناسان توصیه می‌کنند که حتی در صورت مصرف موضعی نیز به منظور پیشگیری از هر گونه حساسیت احتمالی استفاده از این ترکیبات بهتر است بنا به تشخیص فرد متخصص انجام شود.همچنین گنجاندن برخی مواد غذایی در برنامه تغذیه برای رفع خشکی پوست موثر است که از آن جمله می‌توان به سیب‌زمینی شیرین، مغزها و دانه‌ها دارای آنتی اکسیدان، ویتامین E و اسیدهای چرب ضروری، اسفناج و آووکادو اشاره کرد.علاوه بر اینها، اسیدهای چرب ضروری نیز برای سلامت پوست و مو معجزه می‌کنند. برای مثال ماهی یکی از غنی‌ترین منابع امگا ۳ (اسیدچرب مفید) است. اگر قصد دارید ماهی را در رژیم غذایی خود بگنجانید، طبع آن را به روش سالم بخارپز انجام داده و از بیش از حد سرخ کردن آن خودداری کنید. مصرف ماهی همچنین به مقابله با التهاب کمک می‌کند.