

صورت حساب ۳ ماه قطع اینترنت را چه کسانی پرداخت کردند؟

## فاکتور قطع نت روی میز ملت

سه مدال برنز برای تکواندو ایران در رقابت های قهرمانی آسیا قطعی شد؛

### برنز ناهید، یلدا و صادقیان

گشوده شدن آغوشی نو برای نسل تازه

### سفری به اعماق آیین گل غلتان

هشدار یک روان شناس و پژوهشگر فلسفه اخلاق درباره زخم های پنهان جنگ

بر روان کودکان؛

### روح نسل فردا را دریابید

اقتصاد

عارف،

هیچ مسئولی حق اظهارنظر شخصی درباره بنزین ندارد



۳۱

اینفوگرافیک  
پژواک بهرامی



## کاهش وزن

### با عادات های ساده

 <p><b>تحرك غیورزشی</b></p> <p>استفاده از پله به جای آسانسور برای افزایش مصرف انرژی روزانه</p>	 <p><b>نوشیدن لیوان آب</b></p> <p>نیم ساعت قبل غذا برای افزایش سیری و کاهش کالری مصرفی</p>	 <p><b>صبحانه پروتئینی</b></p> <p>تخم مرغ؛ برای سیری طولانی تر و ریزه خواری کمتر</p>
 <p><b>بشقاب کوچک تر</b></p> <p>برای کنترل ناخودآگاه حجم غذا</p>	 <p><b>مکث قبل از ریزه خواری</b></p> <p>برای پیشگیری از خوردن احساسی</p>	 <p><b>خوراکی های سالم</b></p> <p>جلو چشم گذاشتن خوراکی های سالم برای افزایش انتخاب درست</p>
 <p><b>پیاپیاده روی بعد غذا</b></p> <p>برای کنترل قند خون و جلوگیری از افت انرژی و گرسنگی شدید</p>	 <p><b>خواب شبانه کافی</b></p> <p>برای تعادل هورمون های گرسنگی و کاهش میل به شیرینی</p>	 <p><b>آرام غذا خوردن</b></p> <p>برای دادن فرصت درک سیری به مغز و کاهش پرخواری</p>

کاهش وزن پایدار حاصل تغییرات کوچک و مداوم است، نه رژیم های سخت

مجلس؛ سیگنال تکرار ریاست رئیس بر پارلمان یا چیدمان تازه در هیات رئیسه

# «قالبیاف» و مساله چند ماموریتی

۲۰

WWW.NASLEFARDA.NET ۲۰۰۰۰ تومان naslefardaonline Email:online@naslfarda.net @naslefardaonline ۹۹۸۲۰۰۹۶۱۳

سرمقاله

نسل فردا گزارش می دهد؛

بازار مسکن ایران و

مواجهه با یک الزام

راهبردی

سامان سفالگر / گروه تحریریه  
Naslefarda@gmail.com

به گزارش خبرنگار اقتصادی نسل فردا؛ در مدت اخیر افزایش قابل توجه و ملموس قیمت مسکن به موضوعی تبدیل شده که همه به آن می پردازند. از یک سو، قیمت مسکن به ویژه در کلانشهرها افزایش قابل توجهی داشته و از سوی دیگر، این افزایش قیمت موجب شده تا بسیاری، از سرازیر شدن تبعات آن به بازار اجاره حرف بزنند. موضوعی که آن نیز تأثیرات به شدت منفی را بر معیشت مردم داشته و دارد. با این همه، به تازگی شاهد یک روند معنادار در بازار مسکن بوده ایم. ماجرا از این قرار است که در پی تداوم یافتن تورم در کشور و تشدید گرانی ها در مدت اخیر، شاهد افزایش قابل توجه قیمت مصالح ساختمانی هم بوده ایم. در این راستا، مدیرکل راه و شهرسازی استان تهران با اشاره به افزایش دو تا سه برابری قیمت برخی اقلام ساختمانی، اعلام کرده که «این موضوع فشار قابل توجهی بر پیمانکاران و مجریان طرح های مسکن وارد کرده است». این مسأله بدون تردید می تواند بر قیمت تمام شده مسکن و گرانی بیش از پیش آن کمک کند. با این همه، در چنین وضعیتی، یک الزام راهبردی پیش روی بخش مسکن ایران است. آن الزام نیز این مسأله است که دولت باید تسهیلات مرتبط با خرید و ساخت مسکن را تا جای ممکن افزایش دهد. در حقیقت، باید ترتیباتی اتخاذ شود که در قالب آن ها، افزایش مبلغ تسهیلات مرتبط با مسکن، تا حدی متناسب با تورم حاکم بر این بازار شود. اگر این مسأله محقق نشود، هم در حوزه ساخت و هم خرید مسکن، چالش های جدی رو به رو خواهیم شد. از یاد نبریم که ایران همین حالا با کسری بیش از ۶ میلیون واحد مسکونی رو به رو است که این مسأله خود به یکی از محرک های جدی گرانی مسکن در ایران تبدیل شده است. حال اگر قرار باشد روند ساخت مسکن به دلیل فشارهای تورمی در کشور مان ضعیف تر شود، باید اذعان کنیم که تنها یک سناریو پیش روی این بازار قسار می گیرد و آن هم گرانی بیش از پیش است. ورای این ها، نباید از ببریم که مسکن صرفا یک حوزه اقتصادی نیست و با طیفی از دیگر حوزه ها هم مرتبط است. وقتی نیاز مردم در بخش مسکن به خوبی تامین نشود این مسأله می تواند تبعات منفی سیاسی و اجتماعی و حتی سلامتی را برای آن ها داشته باشد. این مسأله مخصوصا در وضعیت کنونی که دشمنان به دنبال ضربه زدن به ایران با تکیه بر مولفه های اقتصادی هستند، ابعاد جدی تری را نیز پیدا می کند. البته از چشم اندازی کلان نباید از این نکته نیز غافل شسویم که بخش مسکن بخشی مولد است که به اذعان بسیاری از صاحب نظران، با دست کم ۷۰ بخش صنعتی در ارتباط است. از این رو، اگر این بخش جان و رونق بگیرد و دولت به طرق مختلف از آن حمایت کند، ثمرات این مسأله را می توان در فضای کلی اقتصاد ایران مشاهده کرد. اگر از این زاویه به ماجرا بنگریم، حمایت از بخش مسکن چه در حوزه ساخت و چه خرید آن توسط مردم، شیه به حمایت دولت از کسب و کارهای تولیدی و کارخانه ها است. در واقع باید از چرخه اقتصادی کشور به این طریق حمایت کرد. آنچه واضح است نظام حکمرانی کشور به ویژه در بخش مسکن باید به اجماع نظر برسد و با قاطعیت، سیاست های سازنده ای را در حوزه مسکن اتخاذ کند.

به گفته نماینده مجلس ۳ نفر کاندیدای ریاست مجلس شده اند؛

## نقدعلی، قالبیاف و سالاری



اساس هر تصمیم از منظر رئیس جمهور در دیدار با رئیس و جمعی از مدیران سازمان صدا و سیما؛

## اذن رهبری و چارچوب شعام

۲۱

گزارش تصویری

#### رونمایی از آثار ملموس و ناملموس جنگ رمضان

مراسم رونمایی از الواح ثبت شده آثار ملموس و ناملموس جنگ تحمیلی رمضان، صبح یکشنبه (۳ خرداد ۱۴۰۵) با حضور سید رضا صالحی امیری وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی در باغ موزه دفاع مقدس برگزار شد.



### ثبت و سفارش آنلاین آگهی مفقودی کلیه مدارک

ارسال رایگان روزنامه به آدرس شما

عدم نیاز به مراجعه حضوری

سامانه آگهی:

www.agahinasleforda.ir

شماره تماس:

۰۹۳۰۱۶۳۸۳۴۶