



نسخه الکترونیکی هفتمین شماره
نشریه ستبران را دریافت کنید:



فهرست

- ارسال نظرات اصلاحی اتاق ایران برای کمیسیون اقتصادی مجلس ۲
- فهرست کنفرانس ها و کنگره های بین المللی سال ۲۰۲۲ کشور نامیبیا..... ۲
- ۸۶۰۲ فعال اقتصادی ارزیابی کردند..... ۳
- احیای آرام امنیت سرمایه..... ۳
- جریان صعودی بازارهای داخلی ۴



سامانه خدمات
کسب و کار

با برگزاری مجامع صورت گرفت:

انتخاب اعضای هیات رئیسه کمیته‌های تخصصی سندیکا

مجامع کمیته‌های تخصصی سندیکای صنعت برق ایران شامل کمیته‌های سازندگان مقره و بوشینگ، سازندگان یراق آلات انتقال، سازندگان دکل انتقال، سازندگان کنتور و لوازم اندازه‌گیری، ارتینگ و حفاظت در برابر صاعقه، سازندگان یراق آلات توزیع و بهینه‌سازی مصرف طی روزهای ۱۵ الی ۲۳ اسفند ماه به صورت مجازی برگزار و اعضای هیئت رئیسه این کمیته‌ها انتخاب شدند.

استفاده شود. بر اساس نتایج انتخابات کمیته سازندگان دکل انتقال، آقایان مهندسین محمد فارسی، محمود فتوره‌چی، رضا میرزا آقا زاده، نصرالله رهنما و سرکار خانم مهندس فهیمه رخصتی به عنوان اعضای اصلی هیات رئیسه این کمیته انتخاب شدند. در مجمع کمیته سازندگان کنتور و لوازم اندازه‌گیری هم پس از معرفی کاندیداها رای گیری انجام شد و آقایان مهندسین جمشید بردبار، پویا نوروزی، حبیب الله قاسمی، حسین فاتحیان و مجید دانشور به عنوان اعضای اصلی و آقایان مهندسین

بر این اساس آقایان مهندسین پرویز آقایی، امیر فرشچیان، احمد شجاعی، رضا هاشمی و سرکار خانم دکتر لاله زمانی به عنوان اعضای اصلی و ایرج صمدی بروجنی به عنوان عضو علی‌البدل هیات رئیسه کمیته مقره و بوشینگ انتخاب شدند. در کمیته سازندگان یراق آلات انتقال هم آقایان مهندسین یزدآبادی، سجادی، معروفی، اسماعیلی و خطیبی به عنوان اعضای اصلی هیات رئیسه انتخاب شدند. بنا شد در مورد انتخاب اعضای علی‌البدل از نمایندگان شرکت‌های آلد و درورد کلید برق که در جلسه حضور نداشتند، در صورت تمایل

ادامه از صفحه قبل

احسان زرگر رضایی و ایوب سخی به عنوان اعضای علی البدل هیأت رئیسه انتخاب شدند. اعضای اصلی هیات ریسه کمیته ارتینگ و حفاظت در برابر صاعقه هم بر اساس انتخابات انجام شده آقایان مهندسین محمدرضا محرم پور، محسن نیاستی، محمدامین پاک طینت، آرش الهی پناه و عزت اله پرتوی شال بودند و آقایان مهندسین نوید زندیه و سیامک احمدی به عنوان اعضای علی البدل هیات رئیسه انتخاب شدند.

در مجمع کمیته سازندگان برق آلات توزیع پس از معرفی کاندیداها و دیدگاه‌های حضار، روند انتخابات بر اساس شیوه نامه برگزاری مجامع کمیته‌های تخصصی سندیکا به صورت مجازی و با کاندیداتوری ۱۱ عضو کمیته آغاز شد. پس از معرفی کاندیداها رای گیری انجام شد و آقایان مهندسین عباسعلی کثیری، مجید غنی‌زاده، ایرج صمدی بروجنی، احسان فکار و غلامحسین چراغیان به عنوان اعضای اصلی و آقایان مهندسین غلامحسین محمودیان و علیرضا فیض زاده به عنوان اعضای علی البدل انتخاب شدند.

در کمیته بهینه‌سازی مصرف نیز آقایان مهندسین حمیدرضا برازش، سعید سالمی، پوریا زحمتی، محمد جهانی و سرکار خانم مهندس بهناز افخمی به عنوان اعضای اصلی و آقایان مهندسین رضا مظاهری و علیرضا امینی به عنوان اعضای علی البدل انتخاب شدند.

شایان ذکر است از ۲۱ کمیته تخصصی سندیکای صنعت برق ایران، مجمع ۷ کمیته برگزار شده و مجمع ۱۴ کمیته دیگر در دستور کار سندیکا قرار دارد و در سال ۱۴۰۱ برگزار خواهد شد.

در نشست اخیر کمیسیون صادرات اتاق ایران مطرح شد

ارسال نظرات اصلاحی اتاق ایران برای کمیسیون اقتصادی مجلس

در نشست کمیسیون صادرات اتاق ایران مقرر شد نظرات اصلاحی اعضا درباره ارز، مالیات، لجستیک و خدمات بازرگانی تهیه و در اختیار کمیسیون اقتصادی مجلس قرار گیرد.

در نشست کمیسیون توسعه صادرات غیرنفتی اتاق ایران نقش مجلس در دستیابی به اهداف توسعه صادرات با محوریت بخش خصوصی با حضور رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس بررسی شد. در این جلسه مقرر شد اعضای کمیسیون پیشنهادات خود را درباره مسائل ارزی، استرداد مالیات بر ارزش افزوده، مالیات بر عملکرد شرکت‌ها، لجستیک و خدمات بازرگانی، تهیه و در اختیار کمیسیون اقتصادی مجلس قرار دهند.

در این بین امیرعابدی، رئیس کمیسیون صادرات اتاق ایران با عنایت به پیشرو بودن صادرات در اقتصاد کشورها، سیاست‌گذاری درباره صادرات را بسیار مهم خواند و تاکید کرد: یکی از موضوعات مهمی که در ایران باید مورد توجه و اصلاح قرار گیرد، سیاست‌های ارزی و تجاری است. تناسب‌سازی نرخ ارز با توجه به تورم بالا در کشور، یکی از مطالبات بخش خصوصی است.

او مدیریت ذخایر ارزی کشور و اجتناب از تزریق درآمدهای ارزی پس از توافق در وین به منظور کنترل نرخ ارز و سرمایه‌گذاری این منابع با هدف توسعه زیرساخت‌ها و فعالیت‌های مولد را مورد تاکید قرار داد و افزود: پارلمان بخش خصوصی، نماینده شرکت‌های

کوچک و متوسط بوده که سهم بالایی در اشتغال کشور و تولید دارد. بنابراین توجه جدی مجلس برای رفع موانع و چالش‌های پیش روی فعالان اقتصادی بسیار مهم است

این فعال اقتصادی هزینه‌های بالایی که در صدور کالا به صادرکنندگان تحمیل می‌شود، نگرانی صادرکنندگان فرش از انتقال مرکز فرش ایران به وزارت میراث فرهنگی و اجرایی نشدن مصوبه مربوط به مستثنی بودن محصولات کشاورزی از رفع تعهدات ارزی را به عنوان مهم‌ترین موضوعاتی که مطرح است و باید مورد توجه مجلس قرار گیرد، عنوان کرد.

محمدرضا پورابراهیمی، رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس، میانگین رشد اقتصادی در ۸ سال گذشته را صفر اعلام کرد و گفت: همان‌طور که می‌دانیم در دنیا تعهدات ارزی اتفاق می‌افتد و به دنبال آن سیاست‌های ارزی را تغییر می‌دهد. در این بین همیشه تراز تجاری ایران مثبت و ذخایر ارزی همیشه دو برابر نیاز کشور بوده است.

او با اشاره به اینکه خوشبختانه در ۶ ماه گذشته صادرات کشور ۲۵ درصد افزایش داشته و تراز تجاری به سمت مثبت پیش رفته است، گفت: پیش‌بینی می‌شود در ۶ ماهه سال آینده، تراز تجاری مثبت شده و مشکلات اقتصادی کم رنگ‌تر شود و به دنبال آن قوانین سخت‌گیرانه صادراتی و تعهدات ارزی از بین برود.

پورابراهیمی با تاکید بر اینکه انواع عوامل درونی و خارجی مواجه هستیم و این شرایط موجب شده تا به جای کاهش مشکلات باعث تشدید مسائل و چالش‌ها شویم، گفت: برای مثال ایجاد ارز ترجیحی یکی از موارد اشتباهی بود که در گذشته هم در ایران تجربه شده و در کشورهای دیگر نیز اتفاق افتاده بود؛ اما در نهایت هیچ‌کدام به موفقیت نرسیدند.

رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس، اقتصاد را یک علم

دانست که ارز یکی از مولفه‌های مهم آن است و طبق اصول علمی مشخص است که چه عواملی روی آن تاثیر دارد.

در نهایت پورابراهیمی پیشنهاد داد که اعضای کمیسیون اقتصادی مجلس درباره چالش‌هایی که با آن مواجه هستند، راهکار ارائه و در اختیار کمیسیون اقتصادی مجلس قرار دهند.

او از اعضای کمیسیون صادرات خواست تا برای تسهیل در صادرات، بهبود شرایط ترانزیت بین سوریه، عراق و ایران، چگونگی تقویت بخش خصوصی و برندسازی، راهکار ارائه دهند.

در نهایت اعضا به این نتیجه رسیدند که پیشنهادات خود را درباره مسائل ارزی، استرداد مالیات بر ارزش افزوده، مالیات بر عملکرد شرکت‌ها، لجستیک و خدمات بازرگانی، تهیه و در اختیار کمیسیون اقتصادی مجلس قرار دهند تا با همکاری یکدیگر به بهبود شرایط اقتصادی کمک کنند.

فهرست کنفرانس‌ها و کنگره‌های بین‌المللی سال ۲۰۲۲ کشور نامیبیا

فهرست کنفرانس‌ها و کنگره‌های بین‌المللی سال ۲۰۲۲ کشور نامیبیا واصله از وزارت امور خارجه منتشر شده است.

فهرست کنفرانس‌ها و کنگره‌های بین‌المللی سال ۲۰۲۲ کشور نامیبیا واصله از وزارت امور خارجه منتشر شده است. علاقه‌مندان می‌توانند این فهرست را در پیوست مشاهده و دریافت نمایند.

[پیوست](#)

نمره امنیت سرمایه‌گذاری در فاصله بهار ۱۳۹۷ تا تابستان ۱۴۰۰

تابستان ۱۴۰۰	بهار ۱۴۰۰	زمستان ۱۳۹۹	بایز ۱۳۹۹	تابستان ۱۳۹۹	بهار ۱۳۹۹	زمستان ۱۳۹۸	بایز ۱۳۹۸	تابستان ۱۳۹۸	بهار ۱۳۹۸	زمستان ۱۳۹۷	بایز ۱۳۹۷
۶/۴۱	۶/۲۶	۶/۲۲	۶/۳۷	۶/۴۶	۶/۱۶	۵/۸۴	۶/۱۲	۶/۰۷	۶/۰۷	۶/۱۸	۶/۴۳

نماگرهای امنیت سرمایه‌گذاری به ترتیب ارزیابی در تابستان ۱۴۰۰

ردیف	نماگرهای شاخص امنیت سرمایه‌گذاری	تابستان ۱۳۹۹	بایز ۱۳۹۹	زمستان ۱۳۹۹	بهار ۱۴۰۰	تابستان ۱۴۰۰	میانگین سال ۱۳۹۹	تغییر تابستان ۱۴۰۰ نسبت به بهار ۱۴۰۰
۱	عملکرد دولت (نمنا سب‌ترین - بدترین ارزیابی در فصول اخیر)	۷/۸۵	۷/۷۹	۷/۶۳	۷/۷۰	۷/۶۷	۷/۷۳	مناسب‌تر
۲	ثبات اقتصاد کلان	۷/۴۰	۷/۱۶	۶/۷۷	۶/۷۹	۶/۷۵	۷/۰۸	مناسب‌تر
۳	شفافیت و سلامت اداری	۶/۸۸	۶/۷۲	۶/۶۹	۶/۶۹	۶/۷۰	۶/۶۸	نمنا سب‌تر
۴	تعریف و تضمین حقوق مالکیت	۶/۷۰	۶/۶۷	۶/۴۱	۶/۵۱	۶/۴۴	۶/۵۶	مناسب‌تر
۵	فرهنگ وفای به عهد و صداقت و درستی	۶/۵۷	۶/۵۴	۶/۳۸	۶/۴۲	۶/۳۶	۶/۳۸	مناسب‌تر
۶	ثبات و پیش‌بینی‌پذیری مقررات و رویه‌های اجرایی	۶/۰۵	۶/۰۲	۵/۷	۵/۸۶	۵/۷۲	۵/۹۰	مناسب‌تر
۷	مصونیت مال و جان شهروندان از تعرض	۴/۶۲	۴/۴۰	۴/۵۰	۴/۴۵	۴/۴۳	۴/۴۱	مناسب‌تر

اقتصادی اختلاف شدیدی وجود دارد. در واقع آمارها چیزی را نشان می‌دهند که با تصویر ذهنی فعالان اقتصادی فاصله بسیاری دارد. بنابراین توصیه می‌شود سیاستگذاران حین تصمیم‌گیری به احساس و ادراک فعالان اقتصادی توجه کنند و صرفاً در اتخاذ سیاست‌ها و تنظیم بازارها به آمارهای رسمی اتکا نکنند. با اینکه مطالعه کلی گزارش‌های گویای بهبود آرام شرایط سرمایه‌گذاری و اندکی ثبات بیشتر در اقتصاد کلان است، اما کماکان مثل پنج فصل گذشته بی‌ثباتی اقتصاد کلان دومین دغدغه فعالان اقتصادی و سرمایه‌گذاری است. جدا از این موضوع، فعالان سرمایه‌گذاری در بین مولفه‌های آماری، بازهم برای چندمین بار مصونیت جان‌ومال شهروندان از تعرض را مناسب‌ترین مولفه در بین انبوهی از شاخص‌ها گزارش کرده‌اند. در این مطالعه، فعالان اقتصادی به مولفه اعمال نفوذ و تبانی در معاملات ادارات نمره ۸/۳۶، به مولفه

در بین ۳۱ استان کشور، کهگیلویه و بویراحمد، ایلام و تهران نامناسب‌ترین و خراسان جنوبی، سمنان و گلستان مناسب‌ترین وضعیت را از نظر شاخص امنیت سرمایه‌گذاری در تابستان ۱۴۰۰ کسب کرده‌اند. همچنین فعالان اقتصادی در حوزه معدن به‌جز نفت و گاز مانند پایش گذشته مناسب‌ترین ارزیابی و فعالان اقتصادی حوزه ارتباطات، توزیع و... (حمل‌ونقل، انبارداری، عمده‌فروشی و خرده‌فروشی) بدترین وضعیت را در بین ۹ رشته فعالیت گزارش کرده‌اند. لازم به یادآوری است که در طول چند پایش بخش ارتباطات و توزیع و... نامناسب مولفه‌ها را گزارش کرده که مفید است سیاستگذار بررسی کند که چرا برای فعالان این حوزه کاری این وضعیت در چند فصل پیاپی تکرار می‌شود. نکته دیگری هم که نباید آن را از نظر دور داشت، این است که در بخش نتیجه‌گیری گزارش تاکید شده که بین اطلاعات رسمی و روایت فعالان

دولت»، «ثبات اقتصاد کلان»، «تعریف و تضمین حقوق مالکیت»، «فرهنگ وفای به عهد و صداقت و درستی»، «ثبات و پیش‌بینی‌پذیری مقررات و رویه‌های اجرایی» و «مصونیت جان و مال شهروندان از تعرض» حادث شده که سوخت اصلی بهبود اندک امنیت سرمایه‌گذاری در فصل دوم ۱۴۰۰ بوده است.

از منظر کمی، گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس نشان می‌دهد نمره کلی امنیت سرمایه‌گذاری کشور در دومین فصل از سال ۱۴۰۰ از ۶/۲۶ در بهار ۱۴۰۰ اندکی بهبود یافته و به ۶/۲۱ رسیده است؛ موضوعی که از افزایش اندک امنیت سرمایه‌گذاری در کشور خبر می‌دهد؛ اما همزمان بر ضرورت تغییر سیاست‌های کلان دولت در حوزه‌های مختلف صحنه می‌گذارد. بر اساس این گزارش، ۸۶۰۲ نفر در نظرسنجی مرکز پژوهش‌های مجلس برای طرح پایش امنیت سرمایه در تابستان ۱۴۰۰ شرکت کرده‌اند. فعالان اقتصادی گفته‌اند که امنیت سرمایه‌گذاری کشور در تابستان ۱۴۰۰ نسبت به بهار ۱۴۰۰ اندکی بهبود یافته است. با لحاظ مولفه‌های آماری و پیمایشی اتفاق جالبی که در گزارش تابستان رخ داده، قرارگرفتن شاخص «اعمال نفوذ و تبانی در معاملات ادارات» برای اولین بار طی چند فصل اخیر در جایگاه نامناسب‌ترین مولفه مورد سنجش بوده است. بعد از این مولفه نامناسب‌ترین مولفه‌ها کماکان شامل عمل مسوولان ملی به وعده‌های داده‌شده و عمل مسوولان استانی و محلی به وعده‌های اقتصادی است که وضعیت کشور با کمی بهبود در این مولفه‌ها روبرو شده؛ اما قرارگرفتن نمرات آنها در بالاتر از عدد ۸ (۱۰ بدترین نمره است) گویای وضعیت نامناسب کشور در این بخش‌هاست.

۸۶۰۲ فعال اقتصادی ارزیابی کردند؛ شاخص امنیت سرمایه‌گذاری در تابستان ۱۴۰۰ اندکی بهبود یافت

احیای آرام امنیت سرمایه

دنیای اقتصاد: ۸۶۰۲ فعال اقتصادی در نظرسنجی مرکز پژوهش‌های مجلس، امنیت سرمایه‌گذاری در تابستان امسال را نسبت به فصل قبل از آن مساعدتر ارزیابی کردند. نمره کلی امنیت سرمایه‌گذاری کشور در حالی در بهار امسال ۶/۲۶ (۱۰ بدترین ارزیابی) ثبت شده بود که با اندکی بهبود به ۶/۲۱ در فصل تابستان رسیده است. بهبود اندک در ۶ نماگر اصلی شاخص امنیت سرمایه‌گذاری از ۷ نماگر عامل این تغییر است.

امنیت سرمایه‌گذاری اندکی بهبود یافت. گزارش بازوی پژوهشی مجلس از میزان امن بودن فضای کشور برای سرمایه‌گذاری گویای بهبود ۰/۵ واحدی در شاخص امنیت سرمایه‌گذاری در تابستان ۱۴۰۰ است. جدا از این موضوع، در آخرین گزارش پایش امنیت سرمایه‌گذاری از هفت‌نماگر کلیدی، ۶ نماگر وضعیتی مناسب‌تر از قبل پیدا کردند و تنها شفافیت و سلامت اداری بود که وضعیت بدتری را تجربه کرد. گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس تاکید دارد که به‌رغم بهبود فصلی شاخص امنیت سرمایه‌گذاری، کشور تا رسیدن به نقطه مطلوب و داشتن فضایی امن برای فعالان اقتصادی فاصله بسیاری دارد. بهبود اندک در امنیت سرمایه در گزارش تابستان، به مدد تغییر کمیت ۶ نماگر کلیدی شامل «عملکرد



روند بازارهای مالی / جریان سعودی بازارهای داخلی

یکی از روش‌های پیش‌بینی قیمت‌ها، نگاه به روند گذشته آنها است. بر این اساس در این صفحه روندهای قیمتی بازارهای مهم ایران و جهان به نمایش گذاشته شده‌اند. همچنین در متن مربوط به هر قسمت روند آتی قیمت‌ها براساس شواهد موجود پیش‌بینی شده‌اند.

کرد. عده‌ای از کارشناسان معتقدند در صورت مثبت شدن مذاکرات و وجود پتانسیل رشد بالا در بورس، می‌توان انتظار صعود پرشتاب بازار را داشت.

بازار سکه

دو اهرم فشار معکوس سکه

بازار سکه طلا در این روزهای پایانی سال برخلاف سال‌های گذشته فضای بی‌رقمی را تجربه می‌کند. روند معکوس نرخ دلار در بازار داخلی ارز و قیمت‌های طلای جهانی، سایه‌ای از بلا تکلیفی بر سر این بازار افکنده است. به طوری که روز سه‌شنبه نیز سکه امامی نتوانست رشد قابل توجه همزمان با نرخ دلار را داشته باشد و همچنین نتوانست همسو با روند نزولی شدید بهای طلای جهانی بر مدار کاهش قرار بگیرد. بر این اساس این فلز گرانبه‌ای داخلی با تحرکات ناچیز به قیمت ۱۲ میلیون و ۴۵۰ هزار تومان مورد داد و ستد قرار گرفت. گفتنی است با توجه به شرایط مبهم حاکم بر این بازار بسیاری از سرمایه‌گذاران معاملات سنگینی را انجام نمی‌دهند و تنها معاملات کوچکی که مرتبط با خرید و فروش‌های عیدانه است در بازار به چشم می‌خورد.



بازار سهام

رشد برجای بورس تهران

پس از انتشار خبر سفر وزیر امور خارجه ایران به روسیه به منظور رایزنی درباره مذاکرات هسته‌ای، تحت‌تاثیر همین اخبار گروه‌های برجای از جمله خودرویی‌ها و بانکی‌ها تماماً سبزپوش شدند. همین امر باعث شد تا بازار سهام روز دوشنبه بر مسیر صعود قرار بگیرد. به طوری که شاخص کل روز گذشته توانست با ۱۹٪ / درصد جایگاه خود را تا سطح یک‌میلیون و ۳۳۷ هزار واحد افزایش دهد. شاخص هموزن نیز همسو با نماگر اصلی رشد کرد و ۳۶٪ / درصد به ارتفاع خود افزود. علاوه بر این لازم به ذکر است که ارزش معاملات خرد بورس (سهام و حق تقدم) روز گذشته افت روز ماقبل خود را اندکی جبران و رقم ۱۹۵۵ میلیارد تومان را ثبت

بازار طلای جهانی

سقوط قیمت طلای جهانی

بهای طلای جهانی روز سه‌شنبه در بازار جهانی کاهش مجدد یافت و به پایین‌ترین حد خود در بیش از یک هفته گذشته رسید. بازدهی اوراق قرضه ایالات متحده پیش از تصمیم سیاستی فدرال رزرو افزایش یافت و امید به پیشرفت در مذاکرات بین اوکراین و روسیه جذابیت این فلز گرانبه‌ها را کاهش داد. بازدهی اوراق قرضه ایالات متحده در روز دوشنبه به بالاترین حد در دو سال و نیم اخیر رسید و سرمایه‌گذاران در انتظار تصمیم سیاست فدرال رزرو هستند که روز چهارشنبه اعلام



خواهد شد. انتظار می‌رود که «فد» برای اولین بار در سه سال گذشته نرخ بهره را افزایش دهد. همین امر می‌تواند طی روزهای آینده نرخ طلای جهانی را به سطوح پایین‌تر هدایت کند. بر این اساس این فلز ارزشمند سطوح حمایتی خود را یکی پس از دیگری شکست و در قیمت ۱۹۳۰ دلار و ۹۵ سنت معامله شد.

بازار اوراق مسکن دور نزولی تسه‌ها

اوراق تسهیلات بانک مسکن روز سه‌شنبه را نیز همچون روزهای پیشین به روند نزولی خود ادامه دادند. به طوری که تمامی تسه‌ها در روز گذشته کاهش قیمت را به همراه داشتند. بر این اساس تسه اسفند ۹۹ با نماد تسه ۹۹۱۲ افت قیمت را با ۲/۲۵ درصد ریزش معادل ۲ هزار و ۵۰۴ تومان تجربه کرد. بر این اساس این اوراق بانکی یاد شده معاملات خود را در قیمت پایانی ۱۰۸ هزار و ۸۴۲ تومان خاتمه داد. همچنین تسه ۹۹۱۲ روز گذشته را با ارزش معاملات بیش از ۷۸ میلیون تومان پشت سر گذاشت. بسیاری از فعالان بازار مسکن بر این باور هستند که با توجه به سیاست‌ها و برنامه‌های اتخاذی دولت سیزدهم برای بهبود وضعیت در بخش مسکن، روند نزولی رشد نرخ تورم و افزایش تولید مسکن در سال آینده می‌تواند تا حدود زیادی قیمت‌ها را با تاثیرگذاری در بلندمدت به بازار املاک تعادلی کند.

بازار نفت شرایط فشرده بازار نفت

نفت روز سه‌شنبه کاهش مجدد قیمت‌ها را تجربه کرد و به پایین‌ترین حد خود در دو هفته اخیر تنزل یافت. زیرا مذاکرات آتش‌بس بین روسیه و اوکراین ترس از اختلالات بیشتر در عرضه جهانی نفت را

کاهش داد و در مقابل افزایش موارد ابتلا به کووید-۱۹ در چین نگرانی‌ها را در مورد کاهش تقاضا در این بازار افزایش داد. به همین دلیل نفت خام برنت روز گذشته در بالای محدوده ۱۰۰ دلار معامله شد. علاوه بر این نفت WTI به زیر مرز حساس ۱۰۰ دلار نزول کرد و در نزدیکی ۹۷ دلار در هر بشکه دادو ستد شد. به گفته برخی از کارشناسان حتی در صورت برقراری آتش‌بس، انتظار می‌رود قیمت نفت با مقاومت در برابر افت در سطوح بالا باقی بماند، زیرا تلاش‌های غرب برای منزوی کردن مسکو از طریق تحریم‌ها ادامه خواهد یافت و بازار جهانی نفت را در شرایط فشرده‌ای نگه می‌دارد.

افزایش ۶ هزار مگاواتی ظرفیت تولید برق برای تابستان معاون برق و انرژی وزیر نیرو با اشاره به دستاورد دولت مردمی برای عبور از زمستان بدون خاموشی، از افزایش ۶ هزار مگاواتی ظرفیت تولید برق تا پیک تابستان خبر داد.



معاون وزیر نیرو خبر داد؛

به گزارش خبرنگار مهر، همایون حائری امروز در نشست خبری افزود: گرچه تعرفه‌ها برای پرمصرف‌ها پلکانی افزایش خواهد یافت اما همچنان از یارانه برق استفاده خواهند کرد.

وی ادامه داد: ۸۰ درصد مشترکان در تابستان و ۷۰ درصد در زمستان جزو مشترکان کم مصرف هستند و از یارانه استفاده می‌کنند.

معاون وزیر بیان داشت: زمستانی که گذشت، زمستان سختی بود و با وجود محدودیتی که در قسمت تأمین سوخت گاز با توجه به رشد مصرف گاز خانگی داشتیم، اما همکاری‌های بسیار خوبی با وزارت نفت، صمت و سایر دستگاه‌ها انجام شد و توانستیم این زمستان را پس از چند سال اعمال محدودیت‌ها بدون هیچ مشکلی پشت سر بگذاریم.

معاون برق و انرژی وزیر نیرو، زمستان بدون خاموشی را دستاورد بسیار خوبی برای دولت مردمی دانست

و خاطرنشان کرد: اقداماتی که در زمستان امسال رخ داد، پیش‌نیازی بود که بتوانیم تابستان سخت سال آینده را با کمترین مشکل پشت سر بگذاریم و در این مسیر نیز به همراهی و پشتیبانی مردم و رسانه‌ها نیاز داریم.

وی با اشاره به تابستان‌های گذشته و مشکلات موجود، اضافه کرد: در چند سال اخیر تراز تولید و مصرف برق به هم خورده بود و همین نکته باعث می‌شد که در تابستان‌ها دچار محدودیت‌هایی شویم که به صنعت و بخش خانگی اعمال می‌شد. البته بر اساس برنامه ارائه شده وزیر نیرو به مجلس در این زمینه باید بتوانیم این اختلاف تولید، مصرف و همچنین وابستگی که در بخش تولید به نیروگاه‌های برق آبی داشتیم را جبران کنیم.

حائری اظهار داشت: به هر حال هر زمان نزولات آسمانی کم بود، تراز تولید و مصرف بیشتر جلوه می‌کرد و منجر به این می‌شد که در تأمین برق مردم در لحظاتی از پیک مصرف موفق نباشیم.

افزایش ۳۵ هزار مگاواتی ظرفیت تولید برق در مدت ۴ سال

معاون برق و انرژی وزیر نیرو با اشاره به برنامه وزیر نیرو برای افزایش ۳۵ هزار مگاواتی ظرفیت تولید برق در مدت چهار سال، گفت: این برنامه شامل ۱۵ هزار مگاوات نیروگاه‌های حرارتی، ۱۰ هزار مگاوات انرژی‌های تجدیدپذیر و ۱۰ هزار مگاوات نیز نیروگاه‌های حرارتی احداث‌شده توسط صنایع است که بر اساس آن در مدت چهار سال دولت مردمی ۳۵ هزار مگاوات به ظرفیت نیروگاه‌های برق کشور اضافه خواهد شد.

وی همچنین با اشاره به اجرای بند «ی» تبصره ۸ در زمستان امسال که با هدف اصلاح مصرف مشترکان انجام شد، تصریح کرد: در کنار این اقدامات وزارت

نیرو، با صرفه‌جویی و مدیریت مصرف که توسط مشترکان در این مدت انجام می‌شود، کمک شایانی خواهد شد.

حائری ابراز امیدواری کرد که با ترکیبی از ظرفیت نیروگاه‌های جدید و برنامه مدیریت مصرف، بتوانیم تاب‌آوری شبکه را افزایش دهیم؛ یعنی در کنار افزایش ظرفیت تولید بتوانیم مدیریت مصرف منطقی را در کشور اجرا کنیم.

اجرای ۱۰۰ برنامه عملیاتی صنعت برق برای عبور از تابستان

وی با تشریح برنامه وزارت نیرو برای گذر از پیک تابستان سال آینده، اظهار داشت: برای تابستان ۱۴۰۱ نیز ۱۰۰ برنامه عملیاتی در نظر گرفته شده است که با اجرای دقیق این برنامه‌ها، امیدواریم با کمترین مشکل از تابستان سخت عبور کنیم.

نخستین نیروگاه ساخته شده توسط صنایع پیک تابستان وارد مدار می‌شود

معاون برق و انرژی وزیر نیرو اضافه کرد: برنامه‌ای که برای تابستان سال آینده در نظر گرفته شده شامل افزایش ظرفیت تولید به میزان ۶ هزار مگاوات است که از این مقدار چهار هزار و ۹۰۰ مگاوات مربوط به واحدهای حرارتی و تجدیدپذیر است، چهار هزار و ۲۶۰ مگاوات آن واحد حرارتی است که توسط وزارت نیرو و یک واحد نیز توسط بخش صنایع که نخستین نیروگاه ساخته شده در راستای تفاهم‌نامه وزارت نیرو و صنایع است، احداث می‌شود.

وی با بیان اینکه ۵۰۰ مگاوات هم توسط نیروگاه‌های تجدید پذیر تأمین می‌شود، افزود: همچنین ۲۸۶ واحد نیروگاهی موجود هم با اقدامات کارشناسان داخلی حدود یک‌هزار و ۱۱۳ مگاوات ارتقای توان خواهند داشت.

مهرگزارش می‌دهد:

تکالیف باقیمانده از قانون جدید چک باید در موعد مقرر عملیاتی شوند

با وجود نزدیک بودن اتمام مهلت قانونی بانک‌ها برای اجرای تکالیفی از قانون جدید چک، خبری از مبنی بر ارائه این خدمت تا قبل از پایان موعد مقرر به گوش نمی‌رسد و لازم است بانک مرکزی پیگیری کند.



به گزارش خبرنگار مهر، در قانون جدید چک تلاش شد تا با اصلاح سازوکارهای مربوط به معاملات با چک، علاوه بر افزایش اعتبار چک‌ها، ریسک در معاملات و میزان چک‌های برگشتی کاهش یابد. در ادامه به برخی از این اصلاحات صورت گرفته اشاره می‌شود.

اصلاحاتی که قانون جدید چک در انجام معاملات ترتیب داد

یکی از این اصلاحات ایجاد شده، ایجاد تقارن اطلاعاتی بین صادرکننده و گیرنده چک است. بنابر ماده ۲۱ مکرر قانون جدید چک، بانک مرکزی موظف شده است تا امکان استعلام آخرین وضعیت صادرکننده چک شامل سقف اعتبار مجاز، سابقه

چک برگشتی در سه سال اخیر و میزان تعهدات چک‌های تسویه‌نشده را صرفاً برای کسانی که قصد دریافت چک دارند، فراهم نماید.

این نکته بدین معناست که علاوه بر صادرکنندگان که توانایی بررسی کیفیت محصول یا خدمات ارائه شده توسط گیرنده چک را دارند، گیرندگان چک بتوانند سوابق معاملاتی صادرکننده و همچنین میزان ریسک در معامله‌ای که به صورت غیرنقدی و به وسیله چک انجام می‌شود را بررسی کنند و با اطلاع و اطمینان بیشتری از چک در معاملات خود استفاده کنند.

نکته مهم دیگر این است که در ماده ۶ قانون جدید چک بیان شده که بانک‌ها مکلفند برای ارائه دسته چک به مشتریان خود، صرفاً از طریق سامانه صدور یکپارچه چک (صیاد) نزد بانک مرکزی اقدام نمایند؛ به بیان دیگر صدور دسته چک متمرکز در بانک مرکزی شده است که بر خلاف روند قبل از قانون جدید چک، دیگر بانک‌ها در امر صدور دسته چک دخالت مستمر نداشته و از این رو افراد معسر و ورشکسته یا دارای سابقه چک برگشتی رفع سوءاثر نشده نمی‌توانند از طریق تبانی با کارمندان یا مدیران شعب بانکی مجدداً دسته چک دریافت کنند.

از دیگر اصلاحات صورت گرفته در قانون جدید چک، این است که مطابق تبصره ۱ ماده ۲۱، تسویه چک‌های جدید توسط بانک صرفاً در سامانه تسویه چک (چکاوک) و طبق مبلغ و تاریخ مندرج در سامانه و در وجه دارنده نهایی چک براساس استعلام از سامانه صیاد انجام خواهد شد و در صورتیکه مالکیت آنها در سامانه صیاد ثبت نشده باشد، مشمول این قانون نبوده و بانک‌ها مکلفند از پرداخت وجه آنها خودداری نمایند. در چک‌های

جدید، صدور و پشت‌نویسی چک در وجه حامل ممنوع است و ثبت انتقال چک در سامانه صیاد جایگزین پشت‌نویسی چک خواهد بود.

اهمیت این مورد در آن است که گردش مالی افراد در سامانه مذکور ثبت شده و با ایجاد یک بانک اطلاعاتی مناسب در این سامانه، امکان استعلام سوابق صادرکنندگان چک برای گیرندگان فراهم می‌کند.

علاوه بر این موارد، مطابق ماده ۴ قانون جدید چک، در صورتی که موجودی حساب صادرکننده به اندازه مبلغ چک نباشد، بانک مکلف است تا در سامانه صیاد بانک مرکزی غیرقابل پرداخت بودن چک را ثبت و با دریافت کد رهگیری از سامانه و درج آن در گواهینامه، آن‌را به دارنده چک تسلیم کند. البته طبق ماده ۵ قانون جدید چک، در صورتیکه موجودی حساب صادرکننده نزد بانک کمتر از مبلغ چک باشد، به تقاضای دارنده چک بانک مکلف است مبلغ موجودی در حساب را به دارنده بپردازد و برای مابقی مبلغ چک، گواهینامه صادر کند. لازم به ذکر است که به گواهینامه فاقد کد رهگیری در مراجع قضائی و ثبتی ترتیب اثر داده نمی‌شود.

از طرف دیگر، مطابق ماده ۵ مکرر قانون جدید چک، بعد از ثبت غیرقابل پرداخت بودن یا کسری مبلغ چک در سامانه یکپارچه بانک مرکزی، این سامانه مراتب را به صورت برخط به تمام بانک‌ها و مؤسسات اعتباری اطلاع می‌دهد و پس از گذشت بیست و چهار ساعت کلیه بانک‌ها و مؤسسات اعتباری حسب مورد مکلفند تا هنگام رفع سواثر از چک، محدودیت‌هایی را نسبت به صاحب حساب تا زمان رفع سوءاثر از چک اعمال نمایند.

بنابراین، مطابق این اصلاحات صورت گرفته، نه تنها

زمان رسیدگی به مطالبه وجه چک در دادگستری کاهش می‌یابد، بلکه ضمانت اجرایی مناسبی برای پاس شدن چک‌ها توسط صادرکنندگان آن ایجاد می‌کند.

تأثیر مثبت قانون جدید چک بر معاملات به روایت آمار

در همین رابطه نصرالله پژمانفر، نایب رئیس کمیسیون اصل ۹۰ مجلس با اشاره به گزارش جدید بانک مرکزی در رابطه با قانون چک گفت: این گزارش حاکی از آن است که میزان استفاده مردم از چک‌های جدید در بازار، به میزان ۵۲ درصد از کل چک‌های مبادله‌شده رسیده است که نشان می‌دهد سهم چک‌های جدید به مرور در مبادلات افزایش یافته است.

وی افزود: از دیگر نکات مثبت اجرای قانون جدید چک که از آمار برآورد می‌شود این است که نسبت چک‌های برگشتی به مبادله‌شده از ابتدای سال تا پایان دی ماه در دسته چک‌های جدید برابر با ۶.۲ درصد است، در حالی که این نسبت در کل چک‌های مبادله‌شده اعم از چک‌های جدید و قدیمی برابر با ۸.۶ درصد است.

نایب رئیس کمیسیون اصل ۹۰ مجلس در مورد آمار چک‌های مبادله‌شده بیان کرد: کل چک‌های مبادله‌شده در این بازه زمانی نزدیک به ۷۳ میلیون فقره چک بوده که حدود ۶ میلیون فقره چک برگشت خورده است. همچنین کل چک‌های ثبت شده در سامانه صیاد نیز بیش از ۳۸ میلیون فقره چک بوده که ۱۵ میلیون از آنها موعد سررسیدشان فرا رسیده و بعد از مراجعه به بانک‌ها، یا برگشت خورده یا پاس شدند و ۲۳ میلیون باقی مانده نیز موعد سررسیدشان هنوز فرا نرسیده است.

همچنین پژمانفر افزود: از میان ۱۵ میلیون فقره

چرا رمزارزها نمی‌تواند به داد تحریم‌شدگان برسد؟

نشریه اکونومیست در گزارشی تحلیلی به کارایی صنعت بلاکچین و به طور مشخص، رمزارزها برای دور زدن تحریم‌های اخیر غرب علیه روسیه، پرداخته است. به باور تحلیل‌گر اکونومیست، سخت‌گیری‌های اعمال شده روی صنعت کریپتو و اجبار دولت‌ها به شفاف‌سازی در این وادی، تحریم‌شدگان روس را با شک و تردید در استفاده از این ابزار برای گریز از تحریم مواجه کرده است. با این حال، ممکن است پول دیجیتال بیشتر به عنوان ابزاری برای کمک به تلاش‌های اوکراین برای جمع‌آوری کمک‌های مالی در راستای مقابله با روسیه، استفاده شود.

برای قهرمانان کریپتو، ارزهای رمزنگاری شده قرار است یک مدینه فاضله آزادیخواهانه باشد. توکن‌ها توسط شبکه‌های غیرمتمرکز رایانه‌های شخصی مستقر در دهه‌ها کشور ایجاد و جابه‌جا می‌شود، بنابراین روی کاغذ، از کنترل و نظارت دولت‌ها و بانک‌ها آزاد هستند. منتقدان تامین مالی رمزنگاری، مدت‌هاست که این نگرانی را پررنگ و مخاطره‌آمیز جلوه داده‌اند.

با این حال، جنگ روسیه و اوکراین و تحریم‌های پس از آن که غرب علیه بانک‌ها، شرکت‌ها و شخصیت‌های روسی اعمال کرد، مساله استفاده از رمزارزها را جدی‌تر از گذشته کرده است. هشدارهای سیاستمداران و رگولاتورها در آمریکا و اروپا نشان می‌دهد که آنها نسبت به استفاده افراد و نهادهای تحریم‌شده و کسانی که می‌خواهند به تجارت با

یه گزارش ایسنا، بانک مرکزی اعلام کرد: در راستای توسعه خدمات الکترونیکی، تسهیل ارائه خدمات بانکی به مردم و کاهش مراجعات حضوری به شعب بانک‌ها به ویژه در شرایط شیوع ویروس کرونا، بانک مرکزی طی بخشنامه‌ای، «دستورالعمل حدود و چگونگی ارائه غیرحضوری خدمات پایه به ارباب رجوع در بانک‌ها و مؤسسات اعتباری غیربانکی» که توسط شورای عالی مقابله و پیشگیری از جرائم پولشویی و تأمین مالی تروریسم تصویب شده بود، به شبکه بانکی کشور ابلاغ کرد.

دستورالعمل مذکور متضمن الزاماتی است که با اجرای آن‌ها، بانک‌ها و مؤسسات اعتباری غیربانکی می‌توانند بخش قابل ملاحظه‌ای از خدمات پایه بانکی از قبیل افتتاح انواع حساب‌های بانکی ریالی غیر از حساب سپرده قرض‌الحسنه جاری؛ اعطای هرگونه ابزار پذیرش؛ اعطای انواع ابزارهای پرداخت؛ اجاره صندوق امانات؛ اعطای تسهیلات قرض‌الحسنه و نیز اعطای تسهیلات در زمینه‌هایی نظیر ساخت، خرید و یا تعمیر مسکن و یا خرید کالاهای ضروری نظیر خودرو را به صورت غیرحضوری ارائه کنند.

همچنین شرکت‌های واسپاری (لیزینگ) و تعاونی‌های اعتبار نیز می‌توانند در چارچوب اختیارات قانونی، بخشی از خدمات پایه خود را به صورت غیرحضوری عرضه کنند. شایان ذکر است، با توجه به اهمیت مقررات مذکور که می‌تواند آغاز فصل جدیدی در ارائه خدمات بانکی به عموم هم‌وطنان گرامی محسوب شود، بانک مرکزی در نظر دارد الزامات اجرای دستورالعمل مذکور را که متضمن نکاتی است که در تبیین فنی مفاد دستورالعمل یادشده و متعاقباً اجرای دقیق و یکنواخت آن توسط شبکه بانکی کشور مفید واقع خواهد شد، تدوین و ابلاغ کند.



دستورالعمل ارائه خدمات غیرحضوری به مشتریان بانک‌ها ابلاغ شد

دستورالعمل حدود و چگونگی ارائه غیرحضوری خدمات پایه به ارباب رجوع در بانک‌ها و مؤسسات اعتباری غیربانکی ابلاغ شد.

آنها ادامه دهند، از ارزهای دیجیتال و صرافی‌های کریپتو، نگران هستند. اگر تحریم‌شدگان روس قادر به جابه‌جایی پول بدون رصد از سوی دولت‌ها باشند، تا حد زیادی سلاح اصلی غرب علیه روسیه را از کار خواهند انداخت.

یکی از جذابیت‌های شبکه غیرمتمرکز رمزارزها، این است که دست‌کم در تئوری، بر مبنای فراملی عمل می‌کند. مورد دیگر این است که به عقیده بسیاری، در دنیای رمزارزها، حفاظت از حریم خصوصی افراد، نسبت به سیستم مالی سنتی قوی‌تر عمل می‌شود. بلاکچین‌های عمومی، مانند بیت‌کوین و اتریوم، اطلاعات تراکنش‌های خود را به طور علنی در همه دنیا اعلام می‌کنند، اما دارندگان آن را ناشناس نگه می‌دارند. در نظام بانکی، حریم خصوصی افراد و صاحبان پول، با محرمانه نگه‌داشتن اطلاعات تراکنش‌ها تضمین می‌شود اما افراد طرف معاملات، قابل شناسایی هستند. در واقع، خطوط بین این دو رویکرد، مبهم‌تر از آن است که تحریم‌کنندگان ممکن است انتظار داشته باشند.

شواهد بسیاری وجود دارد که نشان می‌دهد مردم روسیه طی هفته‌های اخیر برای به خرید رمزارزها تمایل پیدا کرده‌اند. حجم مبادلات جفت ارز روبل-بیت‌کوین در بایننس، بزرگترین صرافی ارز دیجیتال از نظر حجم، به حدود ۱۰ برابر سطح عادی خود، از حدود ۵۰ بیت‌کوین به ارزش ۲۰ میلیون دلار در روز به ۵۰۰ بیت‌کوین رسیده است. اما این اتفاق ممکن است در درجه اول از تمایل روس‌ها به نگهداری دارایی که ارزش آن کاهش نمی‌یابد، ناشی شود. از روز ۲۴ فوریه و با آغاز تقابل نظامی روسیه و اوکراین، ارزش روبل در برابر دلار آمریکا حدود ۴۰ درصد کاهش یافته است.

برای یک الیگارش‌ی که به دنبال گریز از تحریم‌های

۶ نشانه که نشان می‌دهند اکنون زمان ترک شغل است

نگاه عمیق به مسیر شغلی

طی دو سال گذشته، تعداد بی‌سابقه‌ای از افراد به‌طور داوطلبانه شغل خود را ترک کرده‌اند. این نهضت اکنون آنقدر گسترده شده است که نامی را به خود اختصاص داده است: استعفای بزرگ. برخی از این افراد برای کارهای انعطاف‌پذیرتر در اقتصاد بزرگ گام برداشته‌اند. برخی به دنبال تغییر در سبک زندگی خود هستند. اما بسیاری از آنها به دلیل همه‌گیری کووید-۱۹ و تحولات اجتماعی مرتبط با آن ترغیب شده‌اند تا نگاهی عمیق به زندگی خود و آنچه به آنها هدف می‌دهد بیندازند.



مانند تغییر شغل، باید به‌طور سنجیده اتخاذ شود. من همیشه به مردم توصیه می‌کنم قبل از اینکه سراغ چیز جدیدی بروند، درباره ابداع مجدد در کار فعلی خود خوب فکر کنند، البته مواقعی وجود دارد که انتخاب درست این است که در مسیر تازه‌ای قدم بگذارند.

اگر در این فکر هستید که به استعفای بزرگ بپیوندد و تغییر شغل دهید، در اینجا چند نشانه برای ارزیابی اینکه آیا زمان آن فرا رسیده است که واقعا کاری را که قبلا دوست داشتید، تغییر دهید، ارائه شده است:

آیا احساس رکود می‌کنید و نیاز به تغییری دارید که امکان ارائه هدف و مشارکت بیشتری را به شما دهد؟ این کاملا طبیعی است.

هدف شما در طول زمان همچنان تغییر می‌کند و مناسب است که دائما راه‌های جدیدی برای تقویت مجدد آن پیدا کنید. اما گذر از آن دوره‌های گذار چالش‌برانگیز است.

همه ما لحظاتی را تجربه می‌کنیم که باید با تصمیم دشواری روبه‌رو شویم که از انجام کاری که قبلا هدف ما بوده است، رها شویم. اما تصمیمات بزرگ،

دیگر رشد شما را تشویق نمی‌کند.

بهترین ورزشکاران اغلب تمرینات بدنی متنوعی را انجام می‌دهند یا به‌طور چشمگیری روال خود را تغییر می‌دهند. این به این دلیل است که در برخی موارد، هر کاری که ما به‌طور مداوم انجام می‌دهیم دیگر به عنوان یک منبع رشد تلقی نمی‌شود. وقتی متوجه شدید منبع هدف دیگر قادر به رشد شما نیست، به دنبال ابداع مجدد یا تغییر دیگری بگردید. ترک شغل تصمیم بزرگی است، بنابراین من همیشه افراد را تشویق می‌کنم قبل از انجام چنین تغییری، ابتدا ببینند که آیا راه‌هایی برای ایجاد کار یا ایجاد تغییرات در محیط حرفه‌ای فعلی‌شان وجود دارد یا خیر. اغلب، تقویت مجدد کار شما می‌تواند به سادگی دیدن آن به شیوه‌ای متفاوت و اصلاح آن به روش‌های کوچک باشد، چیزی که اغلب به عنوان «مهارت شغلی» (job crafting) شناخته می‌شود. اگر از این مسیر خسته شده‌اید و دیگر نمی‌توانید در شغل خود رشد کنید، ممکن است زمان آن فرا رسیده باشد که شغل خود را عوض کنید.

شما به آن چیزی که در نظر داشتید دست یافته‌اید. گاهی اوقات، ممکن است در شغل فعلی خود رشدی نداشته باشید زیرا دیگر چیزی برای آرزو کردن وجود ندارد. گاهی اوقات ما به سادگی آن کاری را که برای رسیدن به آن برنامه‌ریزی کرده‌ایم انجام می‌دهیم و پس از آن آماده هستیم تا به سمت چالش‌های جدیدی پیش برویم.

شما فعالانه به دنبال راه‌هایی برای اجتناب از شغل خود هستید.

من دوستی داشتم که عاشق نوشتن بود. اما در مقطعی از زمان، او از این کار خسته شده بود و شروع به جست‌وجوی راه‌هایی برای اجتناب از آن کرد، هر فعالیتی از لباسشویی گرفته تا کار در حیاط را به جای

کنار هم قرار دادن کلمات در صفحه انجام می‌داد و از رسانه‌های اجتماعی ناپدید شد. او نهایتا متوجه شد اگر قرار است دوباره عاشق آن کار شود، به یک استراحت طولانی، دور از کار نوشتن، نیاز دارد. گاهی اوقات، شما نیاز است برای ایجاد یک عادت مثبت قدرتمند عمل کنید (برای مثال، همه ما باید ورزش کنیم، اما ممکن است شروع این کار سخت باشد). اما در مواقع دیگر لازم است یک استراحت موقت یا دائمی داشته باشید. یک حرفه باید چیزی باشد که با کنجکاو و پیش‌بینی به آن نزدیک شویم نه اینکه از آن اجتناب کنیم.

شما مرتبا با خستگی، فرسودگی شغلی یا ترس به کار نزدیک می‌شوید.

من قبلا شغلی داشتم که از آن لذت می‌بردم، اما در بلندمدت واقعا من را فرسوده کرده بود، به‌طوری که برای من سخت بود که صبح از خانه بیرون رفته و به سر کار بروم. اگر مرتبا از نزدیک شدن به کار خود هراس دارید، وقت آن است که به‌طور جدی آن را تغییر دهید یا آن را کنار بگذارید. زندگی شما کوتاه و ارزشمند است و کار شما باید آن را غنی کند.

آن باعث ایجاد عادات بد در شما می‌شود.

یکی دیگر از دوستان من در شرکتی کار می‌کرد که فرهنگ سمی بود و خود - حتی زمانی که از کار دور بود - به گونه‌ای رفتار می‌کرد که قبلا آن را غیراخلاقی یا نامناسب می‌دانست. به عنوان مثال، او متوجه شد دیگر خیلی راحت دروغ می‌گوید و همکاران و مشتریان را گمراه می‌کند. وقتی متوجه این موضوع شد بلافاصله شرکت را ترک کرد. وقتی کارتان شما را از اهداف و ارزش‌هایتان دورتر می‌کند، باید آن را رها کنید. هرگز اجازه ندهید یک محیط شغلی شما را به سمت بدتر شدن سوق دهد - به‌ویژه در مسائل شخصیتی.



MEHR NEWS AGENCY

Iman HamiKkhah