

مدیرعامل شرکت گاز استان کرمانشاه درحاشیه ییست وششمین نمایشگاه بین المللی نفت و گاز مطرح کرد:

تحقق شعار سال با اجرایی شدن برنامه‌های شرکت گاز استان کرمانشاه

اکبر میثاقی /گروه استان‌ها: در سال جاری شرکت گاز استان کرمانشاه گازرسانی به ۳۶۴ روستا و همچنین ۲۵۵ واحد تولیدی و صنعتی و دو شهر از گله و رجب‌ار را در دست اجرا دارد که باتوجه به ظرفیتهای موجود تأثیر بسزایی در تحقق شعار سال و زمینه اشتغال آفرینی خواهد داشت.
سیروس شهبازی، مدیرعامل شرکت گاز استان کرمانشاه در حاشیه ییست

و ششمین نمایشگاه بین المللی نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی

بایان این مطلب، اظهارداشت: نظربه این که اسما بصورت رایگان گازرسانی به ۲۵۵ واحد تولیدی و صنعتی توسط گاز استان اتفاق خواهد افتاد، لذا ایجاد بستر مناسب و پایدار و سوخت ارزان قیمت جهت صنایع، زمینه توسعه صنایع و رونق تولید را رقم خواهد زد. وی با بیان این که شرکت گاز استان

و ششمین نمایشگاه بین المللی نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی

بایان این مطلب، اظهارداشت: نظربه این که اسما بصورت رایگان گازرسانی به ۲۵۵ واحد تولیدی و صنعتی توسط گاز استان اتفاق خواهد افتاد، لذا ایجاد بستر مناسب و پایدار و سوخت ارزان قیمت جهت صنایع، زمینه توسعه صنایع و رونق تولید را رقم خواهد زد. وی با بیان این که شرکت گاز استان

اقتصادNasleFarda.netEconomy

مریم محسنی / گروه اقتصاد
news@naslefarda.net

روسیه عرضه گاز طبیعی خود به فنلاند را قطع می کند، زیرا دولت فنلاند در تلاش برای پیوستن به ناتو در پاسخ به حمله مسکو به اوکراین است.

شرکت انرژی فنلاندی «Gasum» روز جمعه اعلام کرد که شرکت «گازپروم» (غول انرژی روسیه) به این شرکت اطلاع داده که از روز شنبه عرضه گاز خود را قطع خواهد کرد.

شرکت «گازوم» فنلاند در بیانیه‌ای اعلام کرده که گاز طبیعی را از منابع دیگر از جمله از طریق خط لوله «بالتیک کانکتور» بین فنلاند و استونی – به مشتریان خود عرضه خواهد کرد. «میگا ویلجانن» مدیرعامل گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود.

او گفته: ما به دقت برای این وضعیت آماده شده‌ایم و به شرطی که هیچ اختلالی در شبکه انتقال گاز ایجاد نشود، می‌توانیم در ماه‌های آینده گاز همه مشتریان خود را تأمین کنیم. قطع گاز روسیه به فنلاند در پی امتناع دولت هلسنیکی از پرداخت هزینه گاز وارداتی روسیه به واحد پولی «روبل» انجام می‌شود. روسیه هفته گذشته نیز صادرات برق به فنلاند را قطع کرده است.

روسیه از کشورهای اروپایی وارد کننده گاز خواسته بهای گاز وارداتی

گزارش خبری

روایت ایلان ماسک از آینده اقتصادی

آمریکا؛

ونزوئلای شدن پیش‌بینی

می‌شود

نسل فردا / گروه استان‌ها
news@naslefarda.net

«ایلان ماسک» هشدار داد که افزایش تورم و تشدید انتشار دلار، ایالات متحده را به ونزوئلا تبدیل می‌کند، به گزارش تحریریه، روزنامه «دیلی میل» در گزارشی نوشت «ایلان ماسک» معتقد است که شاید هزینه زندگی در آمریکا در دوران ریاست جمهوری «جو بایدن» به قدری بد و سخت شود که ممکن است ایالات متحده را به ونزوئلا تبدیل کند. مدیرعامل تسلا که چندی پیش با پیشنهاد ۴۴ میلیارد دلاری برای خرید تویتتر اقدام کرده بود که با قاطعیت به دموکرات‌ها رأی داده است، اما وی اکنون دولت فعلی را به شدت ضعیف و ناکارآمد می‌داند و می‌گوید که ریاست جمهوری «دونالد ترامپ» در انجام کارها مؤثر تر بود. ماسک اعتقاد دارد اکنون رئیس جمهور واقعی آمریکا کسی است که صفحه تله پرومتر (صفحه نمایش سخنرانی جلوی بایدن) را کنترل کند. راه رسیدن به قدرت، مسیری است به تله پرامتر. اگر کسی به این صفحه تکیه بدهد مانع سخنرانی بایدن می‌شود و مانند شخصیتی یکی از فیلم‌های سینمایی هر کنار می‌شود.

بایدن به سادگی بیش از حد اسیر اتحادیه‌ها شده است

وی اعتقاد دارد به نظر نمی‌رسد دولت بایدن بتواند کار زیادی انجام دهد. دولت ترامپ کنار گذاشته شد اما افراد زیادی در دولت او بودند که در انجام کارها مؤثر تر عمل می‌کردند.

وی ادامه داد: بایدن به سادگی بیش از حد اسیر اتحادیه‌ها شده است اما اواما اینچنین نبود. ایلان ماسک هشدار داد که افزایش تورم ایالات متحده را به ونزوئلا تبدیل می‌کند، وی می‌گوید اگر ایالات متحده به چاپ پول ادامه دهد، می‌تواند شبیه ونزوئلا باشد

ماسک در مورد بحران تورم فعلی نیز نظراتی را بیان کرد و گفت به نظرش دلیل واضح تورم این است که دولت یک میلیون میلیارد پول بیشتری از آنچه که داشت چاپ کرد. دولت نمی‌تواند چک‌هایی بیش از امد صادر کند، بدون اینکه توری را ایجاد کند. وی تأکید کرد: اگر دولت فدرال چک بکشد، آن را هرگز پس نمی‌گیرد بلکه باید دلار بیشتری منتشر کند و اگر دلارهای بیشتری ایجاد شود، پس از آن افزایش در قیمت کالاها و خدمات در سراسر اقتصاد، آنگاه تورم و دوباره سرعت تولید پول بیشتر رخ می‌دهد. وی می‌گوید کشورهای مختلف چندین بار این آزمایش را امتحان کرده‌اند. آیا ونزوئلا را دیده‌اید؟ می‌دانید که مردم ونزوئلا با سیاست‌های دولشان فقیر و فقیر تر شدند. ونزوئلا همچنان با تورم فوق العاده‌ای مبارزه می‌کند که در سال ۱۸۰۰ به اوج‌های نجومی بیش از یک میلیون درصدی رسید.

شاخص قیمت مصرف کننده در ایالات متحده، نشان داد که در آوریل ۲۰۲۳ درصد نسبت به ماه قبل افزایش یافته است؛ نسبت به سال گذشته هم تورم ۸.۳ درصد افزایش یافته است. این رقم برای ماه مارس افزایش ۸.۵ درصدی را نشان می‌داد. شاخص مواد غذایی هم نسبت به سال گذشته ۱۴.۲ درصد افزایش یافت که بزرگ‌ترین افزایش ۱۰ ماهه از سال ۱۹۸۱ است. همچنین شاخص انرژی نسبت به سال گذشته ۳۰.۳ درصد افزایش داشته است. بدون احتساب قیمت‌های بی‌ثبات مواد غذایی و انرژی، تورم مرکزی به ۶.۳ درصد در ۱۲ ماه منتهی به آوریل رسید که اندکی نسبت به نرخ سالانه ۶.۵ درصدی ماه مارس کاهش دارد.

تورم در حال تثبیت شدن است

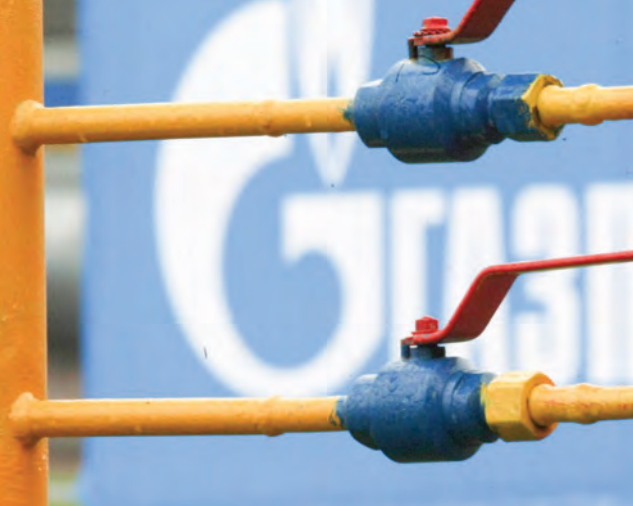
با این حال، یک نشانه نگران کننده آن است که تورم در حال تثبیت شدن است و قیمت‌های اصلی از مارس تا آوریل ۰۶ درصد افزایش داشتند یعنی دو برابر افزایش ۰.۳ درصدی از فوریه تا مارس.

کرمانشاه با اجرایی کردن برنامه‌ها و پروژه‌های سال ۱۴۰۱ در راستای سال تولید؛ دانش‌بنیان، اشتغال آفرین گام‌های مؤثری برداشته است، افزود: هم‌اکنون با توجه به کثرت پروژه‌های در دست اجرا به منظور گازرسانی به روستاها و صنایع مذکور بصورت مستقیم و غیرمستقیم، زمینه اشتغال بیش از ۱۰ هزار نفر در بخش‌های مختلف مانند تولید کنندگان کالا، مهندسیین طراح، عوامل دست‌اندر کار انجام پروژه‌ها، ماشین آلات و ... فراهم شده که بیانگر مبحث اشتغال آفرینی در راستای شعار سال است.

آغاز پروسه عضویت فنلاند در ناتو منجر به تشکیل خاکریز جدیدی شد؛ گرم‌تر شدن تنور جنگ سرد

آغاز پروسه عضویت فنلاند در ناتو منجر به تشکیل خاکریز جدیدی شد؛

گرم‌تر شدن تنور جنگ سرد



خود را به «روبل» روسی بپردازند، اما غالب این کشورها از حمله فنلاند از انجام این خواست خودداری کرده‌اند. قطع گاز فنلاند لایه جدیدی به جنگ

انرژی در حال تشدید بین روسیه و اروپا اضافه می‌کند. اتحادیه اروپا در اوایل ماه جاری میلادی پیشنهاد ممنوعیت واردات نفت از روسیه را داد و این هفته نیز جزئیات بیشتری از مورد برنامه خود برای کاهش وابستگی خود به گاز طبیعی روسیه منتشر کرد. روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل

گازوم، قطع گاز صادراتی روسیه به فنلاند را اقدامی «تأسف‌آور» خوانده اما گفته که این شرکت همچنان متعهد به تأمین گاز مصرف کنندگان خود خواهد بود

روسیه بیشتر گاز لهستان و بلغارستان

«میگا ویلجانن» مدیرعامل



۳

جمعه در توضیح درباره اظهارات شرکت فنلاندی درباره احتمال قطع گاز روسیه، گفت: ما در مورد تمام شرکت‌هایی که «گازپروم» با آنها قرارداد دارد، اطلاعاتی نداریم و باید از گازپروم در مورد جزئیات این مسائل سؤال کنید. اما بدیهی است که هیچ کس چیزی را به صورت رایگان در اختیار کسی قرار نمی‌دهد.

حدود یک هفته پیش نیز شرکت برق فنلاند (فینگرید) اعلام کرده بود که شرکت روسی «اینتراو» (Inter RAO) صادرات برق به این کشور را به دلیل پرداخت نشدن هزینه‌های آن، متوقف خواهد کرد.

«فینگرید» در این رابطه در بیانیه‌ای به نقل از شرکت روسی مذکور گفته بود که برق وارداتی از روسیه در حال حاضر به دلیل مشکلات در دریافت بهای برق فروخته شده در بازار، متوقف خواهد شد. قطع عرضه گاز و برق صادراتی روسیه در حالی صورت می‌گیرد که گفته می‌شود تصمیم عضویت فنلاند در ناتو عامل این اقدام بوده است.

پیش‌تر وزارت خارجه روسیه در بیانیه‌ای اعلام کرده بود که پیوستن فنلاند به ناتو یک تغییر اساسی در سیاست خارجی این کشور است. مسکو مجبور خواهد شد برای جلوگیری از تهدیدات برضد امنیت ملی خود، اقداماتی تلافی‌جویانه با ماهیت نظامی-فنی و یا ماهیت دیگر، انجام دهد.

سازم فرزند مهدی در دو دانگ شماغ از شش‌دانگ یکپاک ساختمان قدیمی به مساحت ۲۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۱۰۵۱ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.
۲/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۳/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۴/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۵/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۶/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۷/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۸/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۹/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

۱۰/ رای هیات: باتوجه به تقاضاینامه آرایه شده و مستندات ضمیمه به موجب سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۳۰۳ سند شماره ۶۶۶۱۳ مورخ ۱۳۶۲/۵/۹ دفترخانه ۷۳ و سند شماره ۲۰۲۷۸۸ مورخ ۱۳۶۷/۱/۱۲ دفترخانه ۶۱ و ملاحقه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که به مساحت ۶۶۹۱ مترمربع پلاک شماره ۶ فرعی از ۱۰۵۱ اصلی واقع در اسفهان بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک خبئی شهر تایید و رای خود را با حدود دین صادر می نماید.

یافته‌ها

ادامه از صفحه یک

طبق گفته ناتال آستل، درمانگر و عضو هیئت مدیره انجمن مالی درمان، زمانی که مورد پول یا از دست دادن شغل و بدهی‌ها نگرانی و استرس داریم، استرس‌مان بیشتر شده و در صورت داشتن مشکلات مربوط به سلامت روان ممکن است مشکل حادتر نیز شود. به گفته آستل، استرس در طول همه‌گیری بر نحوه مدیریت مالی تأثیر خواهد گذاشت. هر فردی بلاخره نگرانی‌ها و استرس‌هایی دارد و هنگامی که احساس خطر می‌کند واکنش اضطراری بیش از حد فعال می‌شود. این احساس می‌تواند طاقت فرسا باشد و باعث ایجاد اختلال در روند تصمیم‌گیری درست شود. به گفته آستل، برای حل این مشکل باید حتماً علت و علائم استرس مشخص شود. ابتدا باید با درک معنای سلامت مالی آشنا شویم. طبق نظر آستل، سلامت مالی از سه جزء تشکیل شده است:

۱. سواد مالی داشتن دانش در مورد امور مالی است، مانند دانستن اینکه امتیاز اعتباری چقدر است و امتیاز به چه معناست.
۲. رفتار مالی یعنی تصمیم‌گیری درباره نحوه خرج کردن و پس انداز کردن پول.
۳. احساسات درونی نسبت به پول شامل احساس یا فکر شما در مورد خرج کردن پول است. مثلاً آیا فکر می‌کنید همه افراد ثروتمند حریص هستند؟
به گفته کریستینا کلنوتیک، معاون ارشد و رئیس برند و شریک استراتژیک در Laurel Road، سلامت مالی ربطی به ثروت ندارد. در واقع، طی یک نظرسنجی معتبر توسط دانشگاه پرینستون، در حالی که در آمد کمتر از ۷۵۰۰ دلار در سال می‌تواند باعث نگرانی و استرس شود، داشتن در آمد سالانه بیشتر تأثیری بر رفاه عاطفی ندارد. در نهایت رفاه عاطفی به مدیریت شما در امور مالی شخصی و چگونگی حمایت از اهداف کلی شما در زندگی مربوط است.

طبق نظر کلنوتیک: داشتن درک عمیق از امور مالی و نحوه مدیریت آنها در جهت رسیدن به اهداف به نحوی که استرس ناشی از مدیریت پول به حداقل برسد، بهترین راه برای حفظ سلامت مالی است. اگرچه که دستیابی به سلامت مالی به زمان و آزمون و خطا نیاز دارد، اما در زمان‌های چالش‌برانگیز مالی نیز می‌توان به آن دست یافت. در این مقاله به شرح چند مورد برای کمک به دستیابی به سلامت مالی پرداخته‌یم.

۱. **دکمه ریست را بزنید**

طبق گفته کلنوتیک: با آغاز سال جدید، یک فهرست از برنامه مالی خود دوباره تنظیم کنید. عادات خرج کردن سال گذشته متعلق به گذشته است. اکنون باید پیشرفت کنید.

۲. **باورهای پولی خود را آشکار کنید**

می‌توانید از یک برنامه مخصوص مدیریت مالی استفاده کنید. این برنامه با توجه به سواباتی که از شما می‌برد شما را در یکی از چهار گروه قرار می‌دهد. یکی از این ۴ گروه شامل افرادی است که براین باورند که پول بد است. طبق گفته آستل: در صورت داشتن این باور، ممکن است ناخودآگاه کارهایی برای خراب کردن موفقیت مالی خود انجام دهید، زیرا نمی‌خواهم حریص باشم.

۳. **تمرین ذهن آگاهی کنید**

هنگام تصمیم‌گیری‌های مالی، تمرین ذهن آگاهی باعث تمرکز حواس می‌شود. به گفته آستل، قبل از اینکه بخواهید به امور مالی خود نگاه کنید یا با شریک زندگی خود در مورد آنها صحبت کنید، حضور در اتاق را تمرین کنید. مثلاً، به محیط اطراف خود نگاه کنید– رنگ‌های اتاق، جایی که نشسته‌اید و موارد دیگر. آستل می‌گوید: «نوقت راحت تر متوجه احساسات خود شوید، می‌توانید با بخش تصمیم‌گیری منطقی مغزتان به آن احساسات نزدیک شوید، که به شما در برقراری ارتباط با شریک زندگی‌تان کمک می‌کند».

۴. **بودجه‌بندی کنید**

زمانی را به نوشتن درآمد و هزینه‌های خود اختصاص دهید. کلنوتیک استفاده از قانون ۵۰/۳۰/۲۰ را برای بودجه‌بندی پیشنهاد می‌کند. ۵۰ درصد به هزینه‌های ثابت مانند اجاره، خدمات آب و برق و پرداخت خودرو اختصاص دارد. دوم، ۳۰ درصد صرف هزینه‌های متغیر مانند خوراک، سرگرمی یا خرید می‌شود. سوم ، ۲۰ درصد به اهداف مالی مانند ایجاد بودجه اضطراری، پرداخت بدهی کارت اعتباری و پس انداز برای بازنشتی اختصاص می‌یابد.

منبع: https://www.healthline.com/health-news/ways-to-improve-financial-wellness-during-challenging-Get-people-in-your-corner-۸#times

آگهی دعوت به جلسه مجمع عمومی فوق العاده شرکت تولیدی قطعات برق و تلفن آریا (سهامی خاص) شماره ثبت ۳۰۹۶۰۰۳۶۷۰۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۰۳۶۷۰۷

بدینوسیله از سهامداران یا نمایندگان قانونی سهامداران دعوت به عمل می آید تا در مجمع عمومی فوق العاده شرکت که در روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۱۳ رأس ساعت ۱۱ در محل قانونی شرکت، به نشانی استان مسلمان، شهرستان گرگان، بخش مرکزی، همدان لجران، روستا شهرک صنعتی گرگان، شهرک صنعتی گرگان، خیابان آموزش شریف، خیابان بزرگ، پلاک ۵، موسسه، طبقه همکف، کدپستی ۲۵۸۸۱۹۲۵۲ تشکیل می گردد حضور به هم رسانند.

دستور جلسه:

۱- تصمصم گیری در خصوص انتخاب مدیران برای ۱ سال

۲- تصمصم گیری در خصوص انتخاب بازرس اصلی و علی النهای برای سال مالی ۱۴۰۱

۳- انتخاب روز نامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی برای شرکت

هیئت مدیره شرکت

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالانه شرکت نهو به تجهیز البرز آریا (سهامی خاص) شماره ثبت ۲۳۴۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۶۷۲۵۶۸

بدینوسیله از کلیه سهامداران و نمایندگان قانونی سهامداران دعوت به عمل می آید تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالانه این شرکت که مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۲۳ رأس ساعت ۱۰ به نشانی: قزوین – شهر آوند – میرداماد – خیابان میردامادشرقی– خیابان چرجانی – پلاک ۱ – طبقه همکف کدپستی: ۳۳۱۳۱۹۵۵۲۷ تشکیل می گردد حضور به هم رسانید.

دستور جلسه:

– تصمصم گیری در خصوص انتخاب مدیران برای ۱ سال

– تصمصم گیری در خصوص انتخاب بازرس اصلی و علی النهای برای سال مالی ۱۴۰۱

– انتخاب روز نامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی برای شرکت

هیئت مدیره شرکت

در هر مناسبتی پیشرو باشید

طرح هدیه به نسل فردا این امکان را به شما می‌دهد تولدها، سالگرد ها و همه خاطرات خوشی را که با عزیزان تان دارید پیش آنها به یاد بیاورید. با عضویت در این طرح امکان ارسال و بگانه هدیه به هر نقطه از استان و چاپ آگهی تبریک در روزنامه یا شرایط ویژه را خواهید داشت.

hedieh@naslefarda.net

تلفن روابط عمومی: ۰۳۱۳۲۲۷۴۵۰۰-۰۳۱۳۲۲۷۴۵۰۰

تلفگرام: ۰۹۳۳۹۸۷۲۶۵۸

در هر مناسبتی پیشرو باشید

طرح هدیه به نسل فردا این امکان را به شما می‌دهد تولدها، سالگرد ها و همه خاطرات خوشی را که با عزیزان تان دارید پیش آنها به یاد بیاورید. با عضویت در این طرح امکان ارسال و بگانه هدیه به هر نقطه از استان و چاپ آگهی تبریک در روزنامه یا شرایط ویژه را خواهید داشت.

hedieh@naslefarda.net

تلفن روابط عمومی: ۰۳۱۳۲۲۷۴۵۰۰-۰۳۱۳۲۲۷۴۵۰۰

تلفگرام: ۰۹۳۳۹۸۷۲۶۵۸