

امروز در تقویم: رحلت فقیه فرزانه آیت الله «ملا حبیب الله کاشانی» عالم ربانی و دانشمند کامل(۱۳۴۰ ق) وفات آیت الله «سیدهاشم نجف آبادی میردامادی» (۱۳۸۰ ق) تولد «کلارا یارتون» بنیانگذار صلیب سرخ امریکا(۱۸۶۱ م.ر.ک: ۱۲ آوریل) ۱

قیمت بیت کوین قیمت بیت کوین ۷,۴۸۷,۱۱۰,۸۵۳ دلار	قیمت سکه امامی قیمت سکه امامی ۵۵۲,۸۰۰,۰۰۰ ریال	گرم طلای ۱۸ عیار گرم طلای ۱۸ عیار ۵۰,۵۰۷,۰۰۰ ریال	قیمت یورو بازار آزاد قیمت یورو بازار آزاد ۸۱۸۷۰۰ ریال	قیمت دلار مبادله‌ای قیمت دلار مبادله‌ای ۷۸۳۸۰۰ ریال
--	--	---	---	---

گزارش ویژه

مدیرعامل بانک صادرات ایران، جشن بزرگ سالروز ولادت حضرت فاطمه زهرا سلام الله علی‌ها و بزرگداشت روز زن و مقام مادر:

شروع اصلاح ساختارهای مالی از سال گذشته باعث موفقیت‌های قابل توجهی شد



به اهداف بانک است. برای اینکه اتفاقات خوبی در بانک صادرات ایران رقم بخورد، باید همه ما کارمان را درست انجام دهیم و هدف داشته باشیم. وی احترام به ذینفعان بانک از جمله مشتریان، سهامداران و شرکای تجاری را از دیگر عوامل موفقیت

بانک در آینده دانست و گفت: اگر مشتریان نباشند ما به عنوان بانک، منفععی نداریم. درآمدی نمی‌توانیم کسب کنیم. پس باید با کسانی که به ما مراجعه می‌کنند با احترام رفتار کنیم. سیفی تأکید کرد: تکریم ارباب‌رجوع در شبکه بانکی در کنار فناوری

مدیرعامل بانک صادرات ایران در جشن بزرگ سالروز ولادت حضرت فاطمه زهرا سلام الله علی‌ها و بزرگداشت روز زن و مقام مادر، بر سه عامل «کار و تلاش هدفمند»، «دقت در اجرای درست و مناسب کارها» و «تکریم مشتریان» برای پیشبرد اهداف و تعالی بانک تأکید کرد. محسن سیفی در این جشن با تبریک فرخنده میلاد مبارک‌ام‌ابی‌ها حضرت فاطمه‌زهرا سلام الله علی‌ها و تأکید بر اینکه موفقیت‌های اخیر بانک حاصل تلاش جمعی کارکنان، حمایت سهامداران، اعتماد مشتریان و همراهی تیم مدیریتی بانک بوده، برخی اقدامات انجام شده در زمینه ارتقای وضعیت شغلی بانوان همکار را تشریح کرد. وی در ادامه با اشاره به اقدامات انجام شده برای اصلاح ساختارهای مالی گفت: اصلاح ساختارهای مالی از سال گذشته شروع شد که این اصلاح نیاز به چند سال زمان دارد ولی در این مدت کوتاه، موفقیت‌های قابل توجهی به دست آمد.

مدیرعامل بانک صادرات ایران در ادامه گفت: برای ارتقا و پیشبرد اهداف بانک لازم است با برنامه حرکت کنیم و هدف و مقصدمان مشخص باشد. اقدام مناسب و درست نیز دومین عامل برای رسیدن



کشف فرار مالیاتی از محل فعالیت هفت صندوق قرض الحسنه

شاهین مستوفی، رئیس مرکز بازرسی، مبارزه با فرار مالیاتی و پول‌شویی سازمان امور مالیاتی کشور درباره نحوه شناسایی فرار مالیاتی این تعداد صندوق قرض الحسنه گفت: با توجه به اطلاعات به‌دست آمده مبنی بر فرار مالیاتی تعدادی از اشخاص با سو استفاده از عدم شفافیت فعالیت برخی صندوق‌های قرض الحسنه، اجرای بازرسی مالیاتی موضوع ماده (۱۸۱)

قانون مالیات‌های مستقیم از محل فعالیت هفت صندوق قرض الحسنه مشکوک به کتمان فعالیت واقعی مشتریان در خراسان رضوی در دستور کار قرار گرفت. مستوفی با اشاره به تقاطع‌گیری اطلاعات حساب‌های مشتریان صندوق‌های قرض الحسنه استان با اطلاعات مضبوط در سامانه‌های اطلاعاتی سازمان امور مالیاتی کشور و پایش‌های

انجام شده توسط واحد اجرایی بازرسی و مبارزه با فرار مالیاتی و پول‌شویی اداره کل امور مالیاتی استان خراسان رضوی اظهار داشت: تاکنون، حساب‌های هزار و ۷۲۵ نفر از مشتریان عمده صندوق‌های قرض الحسنه مذکور با مجموع بستانکار مبلغ ۱۷ هزار میلیارد تومان (۱۷ همت) استخراج شده است. وی افزود: ۶۹۷ نفر از اشخاص یاد شده با مجموع بستانکار مبلغ



مدیرعامل بانک مسکن:

بخش عمده‌ای از دستاوردهای بانک مسکن مرهون بانوان است



زنان در جامعه و محیط کار را ضروری و مهم قلمداد کرد. وی در ادامه به مسئولیت‌های ویژه بانوان شاغل اشاره کرد و گفت: موجب خوشحالی است که ۱۵ درصد همکاران بانک مسکن را بانوان تشکیل می‌دهند. همکارانی که

علاوه بر وظایف شغلی خود باید به تدبیر امور منزل، تربیت فرزندان و همسراری نیز بپردازند. مدیرعامل بانک مسکن افزود: با توجه به دقت، اراده و ظرفیت زنان در انجام وظایف، می‌توان گفت که آنان

بسیاری از کارها را حتی بهتر و بیشتر از آقایان به پیش می‌برند و در مسیر ارتقای بانک نقش آفرین و مؤثر هستند. وی با اشاره به اهمیت بانک‌های دیجیتال در دنیای امروز گفت: با پیشرفت‌هایی که در این حوزه صورت گرفته است، شاهد هستیم که بخش بسیاری از افراد تأثیرگذار در حوزه بانکداری دیجیتال را بانوان تشکیل می‌دهند. پیگیری جدی مطالبات بانوان بانک مسکن مدیرعامل بانک مسکن گفت: به دور از هرگونه شعار اعلام می‌دارم که مطالبات بانوان محترم بانک تا حدی که دستورالعمل‌ها، مقررات و قوانین اجازه دهند، مورد رسیدگی جدی و پیگیری واقع می‌شوند. وی از اعضای کمیته انتصابات خواست که بررسی‌های لازم در انتخاب افراد برای جایگاه‌های مختلف شغلی، بدون توجه به جنسیت و صرفاً بر اساس معیارها و توانمندی‌های مورد نیاز صورت گیرد. دکتر خورسندیان افزود: تمامی بانوان همکار می‌توانند نظرات، پیشنهادها و مطالبات خود را با معاون مدیرعامل در امور منابع انسانی، مشاور مدیرعامل در امور بانوان و یا مشاور مدیرعامل در امور منابع انسانی مطرح کنند. وی در پایان سخنان خود ابرازامیدواری کرد با رفع چالش‌ها و دغدغه‌ها، زمینه‌های لازم برای ارتقا هرچه بیشتر بانک مسکن، نبل به اهداف و ارتقای سطح ارائه خدمات به مردم فراهم شود؛ چرا که هدف نهایی همه ما خدمت به مردم و جلب رضایت آنان است. همایش گرامیداشت مقام زن، در سالن همایش‌های شهید سردار سلیمانی بانک مسکن با بخش‌های متنوعی شامل موسیقی زنده سنتی، مسابقه و اهدای جوایز به بانوان بانک برگزار شد.

اخبار

وزیر امور اقتصادی و دارایی:

با اخبار جعلی می‌خواهند اراده ما را در مبارزه با رانت کاهش دهند

دکتر عبدالناصر همتی وزیر امور اقتصادی و دارایی با توییتی در شبکه اجتماعی ایکس نوشت: نکاتی که در جلسه کمیسیون اقتصادی مجلس گفتم دقیق و از روی صداقت با مردم و نمایندگان بود؛ مردم بدانند از روزی که وزارت اقتصاد را تحویل گرفتم و مبارزه با رانت‌خواری را شروع کردم یک روز آسوده نبوده‌ام هر روز یک خبر جعلی و فیک درست کرده‌اند تا اراده ما در حذف رانتها را کاهش دهند اما تنها انگیزه‌ام از پذیرش مسئولیت ایجاد تحولات بزرگ و حل بحران‌های عظیم کشور در راستای منافع و معیشت مردم با کمک شخص رئیس‌جمهور بوده است لذا باقدرت این مسیر را در جهت منافع مردم ادامه می‌دهیم.

بازگشت بیش از ۵۰۷ هزار میلیارد ریال دارایی به بانک دی

با پیگیری‌های حقوقی قضایی به عمل آمده ۵۰۷ هزار میلیارد ریال از دارایی‌های بانک دی به این بانک بازگشت.

با پیگیری‌های حقوقی قضایی به عمل آمده و در نتیجه رای نهایی دادگاه عمومی حقوقی مجتمع قضایی امام خمینی مشهد، قسمتی از ملک موسوم به کوهستان پارک مشهد به مساحت ۲۰۲۳۲ متر مربع، آزاد و رفع تصرف شد که آثار مالی ناشی از این اقدام حدوداً ۲۵۰۲ میلیارد ریال برآورد می‌شود.

همچنین در خصوص ملک درازشیب نیز با توجه به عدم انجام تعهدات قراردادی خریدار ملک مذکور، مرجع قضائی حکم بر فرسخ معامله و استرداد ملک به فروشنده (شرکت توسعه دپدار ایرانیان) و پرداخت وجه التزام به میزان بیست درصد از ثمن معامله به نفع شرکت مذکور و همچنین حکم بر بطان دعوی خریدار صادر کرد که بر اساس حکم صادره، محکوم به استرداد ملک، وجه التزام قراردادی و همچنین هزینه دادرسی به ارزش حدودی مبلغ ۰۴۷۰۲ میلیارد ریال شده است.

همچنین در خصوص ملک واقع در خیابان معلم تبریز بابت تسویه تسهیلات بانک دی نیز بر اساس حکم و اجرائیه دادگاه، محکوم علیه ملزم به تحویل ملک موسوم به معلم تبریز شد که ارزش تقریبی آن ۰۰۰۰۳ میلیارد ریال برآورد شده است.

در مجموع اقدامات حقوقی قضایی به عمل آمده، مبلغی به ارزش تقریبی ۵۹۳۰۷ میلیارد ریال از دارایی‌های مجموعه بانک دی به این بانک بازگشت داده شد.

رئیس شعبه خرم آباد بانک توسعه صادرات ایران:

آماده ارائه انواع خدمات ارزی و ریالی به مشتریان هستیم

رئیس شعبه خرم آباد بانک توسعه صادرات ایران در جلسه هم‌اندیشی فعالان اقتصادی و بانک‌های استان لرستان از آمدگی این بانک برای ارائه انواع خدمات ارزی و ریالی از جمله گشایش اعتبارات استانی داخلی دیداری و مدت دار، صدور انواع ضمانتنامه‌های ارزی و ریالی و ثبت ابرار پرداخت ارزی خبر داد.

یوسف حبیبی در جلسه با فعالان اقتصادی لرستان در اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی این استان در شهر خرم آباد گفت: این بانک بسته کاملی از خدمات جمله تأمین مالی، مشاوره تخصصی برای ارتقا، رقابت‌پذیری کالاها و خدمات ایرانی در بازارهای هدف تحت عنوان «طرح الماسان» در اختیار مشتریان قرار می‌دهد.

وی در گفت و گو با رئیس اتاق بازرگانی لرستان با اشاره به توانمندی بانک در ارائه خدمات تأمین مالی از طریق کراد فاندینگ و انواع خدمات ارزی به صادرکنندگان، اظهار داشت: پذیرش تعهدات از طریق صدور انواع ضمانتنامه‌ها از جمله ضمانت نامه تعهد پرداخت، حسن انجام تعهدات، شرکت در مناقصات، گمرکی و... با حداقل و بدیعه نقدی از دیگر خدمات اگزیم بانک ایران است.

از سوی شعب بانک توسعه تعاون؛

تأکید بر رعایت موارد ضروری در صدور دسته چک

بنابر اعلام دفتر امور بانکی وزارت امور اقتصادی و دارایی، به منظور پیشگیری از وقوع جرم توسط باندهای تهیه و فروش چک‌های صیادی، «شرط داشتن گردش حساب مورد قبول در بانک محل علیه یا سایر بانک‌ها به عنوان شرط الزامی احراز اهلیت متقاضی دریافت دسته چک» باید مدنظر شعب قرار گیرد.

بر اساس اعلام مدیرکل دفتر امور بانکی وزارت امور اقتصادی و دارایی، شعب باید از قبول هرگونه پروانه عضویت در انجمن صنفی به جای پروانه کسب به عنوان مدرک مثبته برای احراز اهلیت متقاضی دریافت دسته چک جدا اجتناب کنند.

این گزارش می‌افزاید، سازوکار افتتاح حساب جاری و اعتبار سنجی مبتنی بر آن از سوی بانک مرکزی در اسرع وقت راه‌اندازی می‌شود.

از ابتدای سال جاری تا پایان آذرماه؛

بانک تجارت بالغ بر ۷۰ هزار فقره وام ازدواج پرداخت کرد

بانک تجارت با هدف تسهیل ازدواج و معیشت زوج‌های جوان در ابتدای زندگی مشترک، از سال جاری و تا پایان آذرماه تعداد ۶۹۹۸۸ فقره وام قرض الحسنه ازدواج و ۶۰۲۵۴ فقره تسهیلات

فرزندآوری پرداخت کرده است.

این بانک در آذرماه سال جاری تعداد ۶۹۳۸ تسهیلات ازدواج به متقاضیان پرداخت کرده و به این ترتیب مجموع تسهیلات قرض الحسنه ازدواج پرداخت شده به زوج‌های جوان در سال جاری به ۶۹۹۸۸ فقره افزایش یافته است.

بانک تجارت همچنین در راستای اجرای قانون «حمایت از خانواده و جوانی جمعیت»، در آذرماه امسال، تعداد ۵۶۳۴ فقره تسهیلات فرزندآوری پرداخت کرده که روند روبه رشدی را نسبت به ماه‌های قبل نشان می‌دهد و به این ترتیب تعداد تسهیلات پرداختی بانک تجارت در این سرفصل تا پایان آذرماه به ۶۰۲۵۴ فقره بالغ شد.

بر اساس این گزارش، بانک تجارت از ابتدای سال ۱۴۰۳ تا پایان آذرماه جمعاً بیش از ۲۳۴ هزار میلیارد ریال تسهیلات ازدواج و ۴۹ هزار میلیارد ریال تسهیلات فرزندآوری پرداخت کرده است. بانک تجارت در سال ۱۴۰۲ نیز با اعطای ۹۵ هزار و ۱۸۱ فقره تسهیلات ازدواج و ۱۴۰۲ هزار و ۵۳۳ فقره تسهیلات فرزندآوری از جوانان ایرانی حمایت کرده است.



سخن روز

وقتی بدبویی است که هدف قابل دستیابی نیست، هدف تان را تغییر ندهید، بلکه مراحل عمل را تغییر دهید.

کنفسیوس

سوژه روز

واتساپ و گوگل پلی رفع فیلتر شدند

عضو شورای اطلاع رسانی دولت از رفع فیلتر واتساپ و گوگل پلی در جریان برگزاری جلسه امروز شورای عالی فضای مجازی خبر داد.

شهاب‌الدین طباطبایی در حساب کاربری خود در شبکه اجتماعی ایکس نوشت: «در گام اول طرح رفع محدودیت فیلترینگ، واتساپ و گوگل پلی، با اجماع رای مثبت اعضای شورای عالی مجازی رفع فیلتر شد.»

ستار هاشمی وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات نیز دقیقاً پیش در حساب کاربری خود در شبکه اجتماعی ایکس برداشته شدن نخستین گام برای رفع فیلترینگ را اعلام کرده است.

قاب

جشنواره ملی «نشان نیکوکاری»

مراسم اختتامیه نخستین جشنواره ملی «نشان نیکوکاری»، با حضور «محمدرضا عارف» معاون اول رئیس‌جمهور، در مرکز همایش‌های بین‌المللی هتل ارم تهران برگزار شد.

عکس: احمد معینی جم/ ایرنا

افسردگی فصلی و تشدید آن با استرس کاری چگونه با حال بد مقابله کنیم؟



فرارسیدن فصل سرما و کوتاه شدن روزها کافی است که دیگر حال خوش تابستان را نداشته باشیم. در چنین اوضاعی، استرس کاری و حجم کار هم که بالا برود دیگر سلامت روان ما در محیط کار حساسی به مخاطره می‌افتد. اما چگونه می‌توان از این مخاطره جلوگیری و با آن مقابله کرد؟

اگر وقت زیادی را صرف تجزیه و تحلیل هر اتفاقی در محیط کار می‌کنید و به همین خاطر از انجام خیلی کارها جای می‌مانید، در انتها هم به این نتیجه می‌رسید که بهتر است که هیچ اقدام عملی نکنید، شاید شما نگران وضعیت شغلی خود و در حال سپری کردن دوره‌ای از اضطراب و استرس هستید.

بنابراین توصیه‌های زیر می‌تواند از اضطراب و استرس شغلی شما بکاهد:

- **در زمان حال بمانید**
اضطراب اغلب از سناریوهای منفی که پیش بینی می‌کنیم ریشه می‌گیرد و ترس‌هایی را ایجاد می‌کند که هنوز رخ ندادند. برای کاهش این تأثیر، ضروری است که بین آنچه احتمال دارد اتفاق بیفتد و آنچه اکنون در حال رخ دادن است، تمایز قائل شوید.
تمرکز مجدد روی زمان حال به شما کمک می‌کند که احساسات خود را بهتر مدیریت کنید.
- **خود را از فشار روانی رها کنید**
برای اینکه یاد بگیرید در لحظه حال زندگی کنید و سطح اضطراب خود را کاهش دهید، در طول روز کاری به خودتان استراحت بدهید. مثلاً برای چند دقیقه مدیتیشن کنید یا حتی تمرینات تنفسی و تمدد اعصاب را انجام دهید.
همچنین می‌توانید با انجام کار دیگری مثل تماشای فیلم، چت کردن، گوش دادن به موسیقی خود را از بار افکار منفی رها کنید. به طور خلاصه، یاد بگیرید که افکار خود را کنترل کنید و اجازه ندهید آنها شما را کنترل کنند.
- **قدم کوچکی بردارید**
برای غلبه بر اضطراب در محل کار، تقسیم وظایف به مراحل کوچک، حصول هر هدف را قابل دسترسی‌تر و قابل کنترل‌تر می‌کنند. این به کاهش فشار روانی و پیشرفت مداوم کمک می‌کند و در عین حال انگیزه و اعتماد به نفس را از طریق کسب پیروزی‌های کوچک و متوالی افزایش می‌دهد.
- **مجموعین، اگر شما از جمله افرادی هستید که با فرا رسیدن پاییز و زمستان افسرده می‌شوید، برای بهبود حال‌تان می‌توانید به چند توصیه زیر عمل کنید:**
 - **خود را از نشخوار فکری خلاص کنید**
یادگیری رها کردن افکار منفی به زمان و تمرین نیاز دارد، اما می‌تواند عمیقاً سلامتی روان شما را بهبود بخشد. وقتی احساس کردید که این افکار در حال ظهور هستند، سعی کنید روی آنها تمرکز نکنید. با مشاهده آنها بافاصله یک قدم به عقب بردارید و راه‌هایی را برای رهایی از آنها جستجو کنید. گاهی می‌توانید با نوشتن آنها روی کاغذ از شرشان خلاص شوید.
فعالیت‌های بدنی مانند پیاده‌روی، برای پاکسازی ذهن شما موثر است. همچنین می‌توانید از یک مشاور کمک بگیرید.
دورکاری یا حتی استفاده روزانه از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند احساس تنهایی را برای افراد خاصی تشدید کند. اگر در این شرایط هستید، می‌توانید به این توصیه‌ها توجه کنید:
 - **ارتباطات اجتماعی خود را تقویت کنید**
هنگامی که احساس تنهایی می‌کنید، باید به فکر حفظ یا ایجاد ارتباطات ضروری باشید. سعی کنید چند روز از هفته را به محیط کاری خود بروید و دورکاری نکنید. در همان چند روزی که به سرکار می‌روید بهتر است که ناهار را با همکاران خود میل کنید.
 - **ارتباطات اجتماعی خود را تقویت کنید**
هنگامی که احساس تنهایی می‌کنید، باید به فکر حفظ یا ایجاد ارتباطات ضروری باشید. سعی کنید چند روز از هفته را به محیط کاری خود بروید و دورکاری نکنید. در همان چند روزی که به سرکار می‌روید بهتر است که ناهار را با همکاران خود میل کنید.
 - **خود را در محاصره افراد مثبت قرار دهید**
اگر احساس می‌کنید دچار افت روحیه شده‌اید پس باید مراقب تأثیر احساسات منفی دوستان‌تان باشید. مهم است که اطراف خود را با افراد و همکاران مثبت و دلسوز پُر کنید. خوش‌بینی و انرژی مثبت آنها تأثیر مفیدی بر روحیه شما دارد.