



سفارش اینترنتی آگهی www.37010.ir

۵٪ تخفیف بیشتر / سفارش ۲۴ ساعته / پرداخت آنلاین

خرید

ضایعات
و آهن آلات
تخریب ساختمان

۰۹۱۵۱۱۱۸۴۴۱
مرادی

وقتی رژیم گرفته ایم، چگونه گرسنگی مان را بر طرف کنیم؟

ISNA

اسفناج

ترکیبات **thylakoids** موجود در اسفناج باعث آزاد شدن هورمون های سیری در بدن می شود

تخم مرغ

زرده تخم مرغ ویتامین های زیادی دارد و می تواند در ایجاد حس سیری مفید باشد

جوی دو سر

جوی دوسر فیبر فراوانی دارد و زمانی که با مایعات ترکیب می شود فرآیند هضم را کندتر می کند و گرسنگی فرد را به تعویق می اندازد

پنیر کلبه

هضم زمان بر پروتئین موجود در این پنیر به نام «گازئین»، باعث می شود فرد احساس سیری بیشتری داشته باشد

گردو

گردو در برابر هضم مقاومت می کند و بدن فقط یک پنجم از چربی آن را جذب می کند. همچنین جویدن زیاد آن به بدن کمک می کند زودتر سیر شود

تمشک

تمشک فیبر زیادی دارد و مصرف آن قبل از وعده غذایی باعث می شود فرد ۶۵ کالری کمتر مصرف کند

چاودار

فیبری که در این ماده وجود دارد می تواند تأثیر خوبی روی متابولیسم بدن داشته باشد و افراد با مصرف آن احساس گرسنگی کمتری خواهند داشت

سیب

افرادی که ۱۵ دقیقه قبل از وعده غذایی سیب می خورند تقریباً ۲۰۰ کالری کمتر از سایر افراد غذا می خورند

لوبیا

لوبیا پروتئین و فیبر بالایی دارد و فرد را بیشتر از سایر غذاها سیر نگه می دارد

ذرت بوداده

ذرت بوداده می تواند فرد را تا زمان زیادی سیر نگه دارد

آموزشی و فرهنگی

- آموزش قرآن
- آموزش زبان
- آموزشگاه درسی
- تدریس خصوصی
- آموزش آرایشگری
- آموزش آشپزی و شیرینی پزی
- آموزش تعمیر موبایل
- آموزش حسابداری
- آموزش رانندگی
- آموزش کامپیوتر
- سایر آموزش ها
- هنرهای آموزشی
- وسایل کمک آموزشی

خدمات ساختمانی

- آهن آلات و ضایعات
- اجرای سقف بتنی
- اجرای سقف شیب دار
- اجرای سقف کاذب
- بازسازی
- بتن
- پیمان کاری
- آماده همکاري و استخدام نما کار کاشی کار سنگ کار
- تخریب ساختمان
- جوشکاری
- خدمات مهندسی (نقشه، نظارت، اجرا)
- داربست
- کار با طناب
- درب و پنجره
- سوله
- عیاق رطوبتی
- کابینت و ام دی اف
- آماده همکاري و استخدام کابینت و ام دی اف کار
- کف سابی و نما شویی
- ماشین آلات ساختمانی
- مصالح ساختمانی (سفال، آجر، سنگ)
- مصالح ساختمانی (گوناگون)
- نما سازی
- کانکس کار گاهی
- سایر خدمات ساختمانی
- آسانسور
- ایفون
- برق ساختمان و لوستر
- درهای اتوماتیک
- دزدگیر و دوربین مدار بسته
- گازرسانی
- لوله بازکنی و رفع نم
- تخلیه چاه
- لوله کشی آب
- لوله کشی تاسیسات
- تزیینات داخلی (پوشش های البافی و سلواری)
- تزیینات داخلی (نقاشی)
- آماده همکاري و استخدام نقاش ساختمان
- تزیینات داخلی (گچبری ، شومینه)
- شیشه سکوریت
- محوطه و زیبا سازی
- زده و حفاظ

خدمات منزل و تعمیرات

- قالی شویی
- نظافتی
- پسرده
- کاغذ دیواری - کفپوش
- مبل و سازه های چوبی
- پکیج و آبگرمکن
- سم پاشی
- سایر خدمات منزل
- آنتن
- تعمیر تلویزیون
- تعمیر کولر
- تعمیر لباسشویی و ظرفشویی
- تعمیر لوازم برقی
- تعمیر لوازم گازسوز
- تعمیر یخچال

لوازم و اثاثیه

- لوازم خانگی و جهیزیه
- تصفیه آب و هوا
- خرید و فروش لوازم
- فرش و موکت
- لوازم و اثاثه اداری
- لوازم و اثاثه فروشگاههای
- واگذاری
- یخچال

پوشاک

- پوشاک

پزشکی و زیبایی

- بهداشتی و درمانی
- ترک اعتیاد
- خدمات پزشکی
- خدمات روانپزشکی و روانشناسی
- سایر خدمات درمانی و پزشکی
- آرایش و زیبایی
- باشگاه ورزشی
- نگهداری کودک و سالمند
- تجهیزات پزشکی و آزمایشگاهی

مجالس و مراسم

- آشپزخانه و غذای آماده
- برگزار کننده مراسم
- تالار و باغسرا
- قصابی
- ظروف یکبار مصرف
- عکاسی و فیلم برداری
- کرایه چی
- رستوران
- سایر تدارکات مجالس

حمل و نقل

- اتوبار و وانت بار
- حمل و نقل
- جرثقیل - لیفتراک
- پیک موتوری
- تاکسی تلفنی
- وانت تلفنی
- کرایه خودرو

خدمات گردشگری

- خدمات گردشگری

تلفن موبایل

- تلفن ثابت
- سیم کارت همراه اول
- سیم کارت ایرانسل و رایتل
- تعمیرات موبایل
- گوشی و لوازم جانبی

کامپیوتر

- اینترنت و شبکه
- برنامه نویسی و طراحی سایت
- تعمیر و نگهداری
- سی دی و نرم افزار
- کامپیوتر
- لب تاب ، نوت بوک ، تبلت
- سایر خدمات کامپیوتر

املاک مشهد و حومه

- مشارکت در ساخت (نیاز به زمین)
- مشارکت در ساخت (نیاز به سرمایه)
- مشاورین املاک
- رهن و اجاره آپارتمان تا ۷۹ متر
- رهن و اجاره آپارتمان ۱۱۹ تا ۱۱۹ متر
- رهن و اجاره آپارتمان ۱۲۰ تا ۱۴۹ متر
- رهن و اجاره آپارتمان ۱۵۰ متر به بالا
- رهن و اجاره املاک تجاری و اداری
- رهن و اجاره باغ و ویلا
- رهن و اجاره صنعتی و کشاورزی
- خرید و فروش آپارتمان تا ۶۹ متر
- خرید و فروش آپارتمان ۷۰ تا ۷۹ متر
- خرید و فروش آپارتمان ۸۰ تا ۸۹ متر
- خرید و فروش آپارتمان ۹۰ تا ۹۹ متر
- خرید و فروش آپارتمان ۱۰۰ تا ۱۱۹ متر
- خرید و فروش آپارتمان ۱۲۰ تا ۱۴۹ متر
- خرید و فروش آپارتمان ۱۵۰ متر به بالا
- خرید و فروش خانه
- زمین
- معاوضه
- خرید و فروش باغ و ویلا
- خرید و فروش تجاری و اداری
- خرید و فروش صنعتی و کشاورزی
- رهن و اجاره املاک
- خرید و فروش املاک

استخدام

- آرایشگر
- آشپز و شیرینی پز
- امور ستوران
- امور هتل
- امور مشاورین املاک
- انبسار دار
- بازاریاب
- برنامه نویس
- تحصیلدار و پیک موتوری
- تراشکار و جوشکار
- تعمیر کار
- جویای کار
- حسابدار
- خدمتگذار و آبدارچی
- خوداشتغالی
- خیاط و چرخ کار
- راننده
- سرایدار و نگهبان

استخدام

- طراح و گرافیک
- فروشنده و صندوقدار
- کارشناس و کارشناس ارشد
- کارپرداز
- کارمند اداری
- کارگر ساده
- کارگر ماهر
- کاربابی
- گروه پزشکی و درمانی
- مدرس و مربی
- مدیر
- مراقب کودک و سالمند
- منشی و تایپیست
- مهندس
- مونتاز کار
- نجار و ام دی اف کار
- مشاغل گوناگون

کار و سرمایه

- مشاوره وام بانکی
- مشاوره و سرمایه گذاری
- خرید و فروش فیش حج
- سایر امور کار و سرمایه

خدمات چاپ و تبلیغات

- خدمات چاپ و تبلیغات

اداری مالی

- ثبت و رتبه بندی شرکت
- خدمات مالیاتی و حسابداری
- سایر امور اداری و مالی

بازرگانی، صنعتی، کشاورزی

- بازرگانی، صنعتی، کشاورزی

گوناگون

- گمشده
- متفرقه

بازار خودرو

- بژو
- رانا
- پراید و تیبا
- لیفان
- رنو، پی کی
- سمند
- زانتیا
- هیوندای
- ام وی ام
- سایر خودروها
- موتور و دوچرخه
- انواع وانت
- فرسوده و تصادفی
- خدمات خودرو

صفحات ویژه

- ویژه پزشکان
- بازار موبایل و سیم کارت
- بازار مسکن
- ویژه بیمه
- ویژه نمایشگاه داران
- ایرانگردی و جهانگردی

تخریب ساختمان و خاکبرداری
برادران رحمتی

تخریب انواع سازه های
بتنی اسکلت آهن و شیروانی

باکادر مجرب و نیروی کار آمد
خاکبرداری و گودبرداری اصولی همراه با کلیه ماشین آلات به روز
شامل: بیل مکانیکی / لودر / بیکور / ده چرخ کمپرسی

info@takhribrahmati.com
www.takhribrahmati.ir

۰۹۱۵۵۰۲۹۰۳۳

تخریب ساختمان

آگهی ویژه

داربست

ضایعات سادات

خرید انواع ضایعات آهن، آلومینیوم، مس، برنج، کابینت و پنجره رادیاتور، شوفاز و خرده ریز انباری به قیمت بالا

حمل و باز دید رایگان

۰۹۰۱۳۱۱۷۹۰۰
۰۹۱۵۱۲۰۳۲۵۳

ضایعات صداقت

خرید آهن، آلومینیوم، برنج شیرآلات، چدن، مس آبگرمکن، موتورخانه خرده ریز انباری

با قیمت بالا خریداریم

حمل و باز دید رایگان

۰۹۱۵۳۵۸۵۳۶۶
۰۹۳۸۹۰۰۲۵۳۹

ضایعات بیرجندی

خرید انواع ضایعات آهن، آلومینیوم، مس برنج، پنجره رادیاتور، شوفاز و خرده ریز انباری

به قیمت بالا

تخریب ساختمان

۰۹۱۵۱۲۰۵۷۲۴

خدمات ساختمانی

آجرسفال مصالح سیمان با قیمت مناسب

۰۹۱۰۵۵۵۱۴۴۹

آهن آلات و ضایعات

عایق رطوبتی

داربست شایگان

۰۹۱۵۳۱۰۳۴۲۸
۳۸۹۰۸۳۳۴

داربست و تخته و بشکه صنعت

نصب، اجاره خرید و فروش لوازم و قطعات نصب پروژه های بزرگ دولتی و شخصی اجاره دهنده تخته و بشکه در محل

۰۹۱۵۲۵۵۱۱۰۰
۰۹۱۵۴۰۳۷۰۹۲
۰۹۳۰۹۹۹۹۸۱۲

اجرای سقف - بتنی

مقال دک و کامپوزیت سقف کرومیت (تیرچه بلوک) سازه معکوس - سازه نگهدار اجرا خاکبرداری و فنداسیون اجرای سازه بتنی - فلزی دیوار برشی - استخر

۰۹۱۵۱۰۹۳۵۰۸
۳۸۴۲۱۶۹۵

ضایعات عبدی

آهن، آلومینیوم، مس برنج، کابینت دروپنجره، پکیج و شوفاز خرده ریز انباری و ...

(به قیمت بالا)

۰۹۱۵۱۶۷۲۵۹۴
۰۹۰۲۱۶۷۲۵۹۴

ضایعات (عدالت)

خرید کلیه آهن، آلومینیوم، مس، برنج، کابینت، شوفاز پکیج، شیرآلات موتورخانه و خرده ریز انباری به قیمت بالا

(خریداریم) تخریب ساختمان صفر تا صد

۰۹۱۵۹۰۸۴۹۱۰

آهن، کارتن، لاک آلومینیوم، مس، برنج و ...

۰۹۱۵۱۸۰۹۲۶۷

اهدای خون هدیه قسانها برای زندگی

ایزوگام شرق

قیرگونی، آسفالت، لکه گیری حتی یک متر (حاجی رضانی)

۰۹۱۵۳۰۵۹۳۰۲-۳۷۵۷۱۰۶۸

درب و پنجره

ایزوگام شرق

اول مقایسه بعد خرید قیرگونی، آسفالت، لکه گیری، جزئی، افساط بدون سود، بازدید رایگان در اسرع وقت تمام نقاط مشهد

۰۹۰۳۹۰۵۴۹۲۶-۳۷۵۷۴۱۲۲
۰۹۱۵۴۱۶۷۷۵۸

تولید پنجره دوجداره آلومینیوم، UPVC، توری، پلیسه و ثابت (و تعصیرات)

۰۹۱۵۸۰۰۰۱۵۳

پذیرش تلفنی آگهی ۳۷۰۱۰

باید برای نادیده گرفته شدن و بی توجهی دیگران نسبت به خودت آماده باشی اگر که میخواهی در آینده نوآوری ایجاد کنی و موفق شوی!

جف بزوس
بنیانگذار آمازون



amazon

املاک مشهد

خرید و فروش آپارتمان
۱۲۰ تا ۱۴۹ متر

احمدآباد
۴ واحد مستقل
در سه طبقه، ۳۰ خوابه
همکف یک خوابه
متراژ هر طبقه ۱۳۵ متر و
همکف ۷۰ متر، به صورت کلی
به فروش می رسد.
زمین ۲۴۲ متر
با عرض ۹ متر
۰۹۱۵۱۱۶۲۶۴۰

زمین

صفی آباد - جلدک
چاهتنگ - خرید نقدی یک روزه
۰۹۱۵۵۲۱۳۷۸۷
طوبیان

خرید و فروش
جاده شاندریز
ویلا شهر زعفرانیه، درخت بید
جلدک، صفی آباد و سوران
۰۹۱۵۳۱۴۰۸۵۷
۳۵۵۱۱۴۴۰-۱

خرید و فروش باغ و ویلا
باغ ویلا ۱۱۰ متر
گلمکان، روستای پایه، فروش نقدی
معاوضه با منزل و ماشین شاسی
فی توافقی **۰۹۱۵۵۰۱۱۹۲۲**
طوبیان

استخدام

امور هتل

پذیرش روز خانم - پذیرش
شب آقا - نیروی خدمات شهرستانی
۰۹۹۰۱۹۰۶۴۴۵

استخدام در هتل
نیروی خانه دار و خدمات
۰۹۹۰۱۹۰۶۴۴۵

یک هتل چهار ستاره
جهت تکمیل پرسنل خود
از تعدادی افراد واجد شرایط
دعوت به همکاری می نمایم.
۱- پذیرشگر خانم
۲- آشپز فرنگی و فست فود
۳- تخته کار
۴- میزبان رستوران
۵- فلور من ۶- سوپروایزر
و خانه دار ۷- خدمات
آشپز خانه با سابقه کار هتلی
(ساعت کار ۸ ساعت در روز)
حقوق و مزایا حداقل ۳ میلیون
بالاتر از قانون کار
بیمه تامین اجتماعی
تماس از ساعت ۸ الی ۱۶
تلفن: **۳۳۶۴۷۰۹۳**
داخلی- **۴۱۴**

جذب نیروی هتلی
- نیروی حسابداری خانم
یا آقا آشنا به پایا
- نیروی اداری کارگزینی آقا
آشنا به اکسل و ورد
- نیروی اداری آشنا به
امور آژانسی و مهاجرت
- نیروی اداری مسئول خرید و
آشنا به ای تی
- نیروی اداری جهت آژانس و
کانترا داری برای تهران
- نیروی عرب زبان خانم جهت
آموزش زبان عرب و فعالیت در
قسمت دفتر مدیرعامل
- نیروی فرانت آفیس با سابقه
ترجیحا آقا
- نیروی کاست کنترل آقا با سابقه
- نیروی حراست آقا با سابقه
- نیروی تاسیسات لوله کش
و برق کار با سابقه
- نیروی تاسیسات لوله کش و
برق کار با سابقه
- سرپرست خانه داری و خانه
دار آقا و خانم با سابقه
- سرپرست رستوران با سابقه
- سر میزبان و میزبان آقا و
خانم با سابقه
- فردی عرب زبان آشنا با روابط
بین الملل فول تایم با تحصیلات آقا
- بلمن آقا با سابقه هتلی و جوان
- فلور من آقا و جوان
- نیروی لاندری با سابقه کار آقا
- طراح با سابقه و خلاقیت در طراحی
- نیروی نانو آقا با سابقه
- دفتر مدیرعامل با سابقه سن
از ۵ تا ۱۵ مترجانباز نشسته نظامی
فول تایم ساعت تماس ۱۱ تا ۱۸
۰۹۱۵۲۵۵۵۱۸۲

امور مشاورین املاک

مشاور جوان و فعال با
پورسانت و درآمد حداقل ۳۰
ماهانه محدوده هنرستان ۳۲
۰۹۱۵۷۷۵۸۰۴۰

اطلاعات املاک گلستان
طریق ۵۱۹۱۵۵۱۹۱۵۶۶
آهنی **۰۹۱۵۱۱۵۱۵۶۶**
۰۵۱۳۵۵۹۲۲۶۵

ایمنی ضامن سلامت است

بازاریاب

بازار باب خانم و آقا
در زمینه پوشاک با حقوق ماهیانه
۳۰ میلیون تومان نیاز مندیم
۰۹۱۵۴۲۲۹۰۱۰

تراشکار و جوشکار

استاد کار میل لنگ
تراش و ثابت تراش
با حقوق توافقی
در شهرستان تربت جام
نیاز مندیم.
۰۹۱۵۴۴۱۰۰۹۸
۰۹۱۵۱۲۸۰۰۹۸
محمد علی اسکندری

به کارگر فنی آشنا
به محیط تراشکاری
محدوده بلوار مفتاح شرقی نیاز مندیم
۰۹۱۵۵۲۲۰۵۷۱

حسابدار

حسابدار
شرکتی معتبر در زمینه مهندسی
و پیمانکاری نیروی حسابدار
استخدام می کند.
به همراه بیمه و آموزش تکمیلی
ار سال رزومه به ای تا و تلگرام
۰۹۱۵۹۱۶۰۰۵۸

یک شرکت معتبر
تولیدی در مشهد
جهت تکمیل کادر حسابداری
خود نیرو استخدام میکند
حداقل ۳ سال سابقه کار
مرتبط حقوق و مزایا توافقی
لطفا رزومه کاری
خود را به شماره
۰۹۳۶۴۳۴۵۱۵۸
تلگرام ای و واتساپ نمایید
و با شماره: **۳۶۵۱۶۱۰۰**
داخلی ۱۱۵
تماس حاصل فرمایید

به یک حسابدار خانم
مسئول امور اداری
و نرم افزار محک نیاز مندیم
۰۹۱۵۵۰۹۸۰۳۶

استخدام
همراه با آموزش
ثبت: ۲۰۱۹
نیمه وقت، تمام وقت و پاره وقت
حسابدار و کمک حسابدار
با شرایط قانون کار جهت
پروژه های شرکت حسابداری
(شرکتها و کارخانجات معتبر)
(با همکاری دفاتر کارپایی)
همراه با برگزاری کارگاه عملی
حسابداری شامل قوانین مالیاتی
اظهار نامه، ارزش افزوده، حقوق و
دستمزد، صنعتی و نرم افزارهای
روز بازار کار، رشته های غیر مرتبط از
سطح مقدماتی آموزش خواهند دید.
دوره کارگاهی فوق به صورت کار
با سیستم ۴ نفره برگزار میشود.
۳۸۴۱۰۲۰۸
۰۹۳۰۸۹۷۸۷۰۶

خدمتگزار و آبدارچی

به یک نیروی
نظافت چی
خانم یا آقا نیاز مندیم.
۰۹۹۱۲۳۲۸۹۳۱

به یک نظافتچی مرد
شیفت عصر (۱۱:۳۰ الی ۲۳:۳۰)
با حقوق ثابت - بیمه و سونام
نیاز مندیم. رضاشهر - پیروزی ۹
فرخی ۸ - قنادی یزدیها مراجعه
بصورت حضوری بین ساعات
۱۱ تا ۱۵ و ۱۵ تا ۱۹
۰۹۱۲۰۰۳۴۲۵۳

استخدام نیروی خدمات خانم
حداقل دیپلم یا خودرو
حقوق قانون کار + بیمه
۰۹۱۲۰۰۳۴۲۵۳

خیاط و چرخکار

به تعدادی خانم جهت
کار خیاطی تریکو
۱۲ ماه تیشرت مردانه در کارگاه
نیاز مندیم.
بردست - سردوز کار
راسته دوز میاندوز
تسویه حساب هفتگی
گلشهر - خیابان بادی
۰۹۳۵۳۸۵۱۱۲۲

راننده

پذیرش راننده
آقا و خانم
با خودرو شخصی در
۱۸۱۷-۱۸۱۶
تاکسی
ثبت نام - تماس با ۱۸۱۷ یا
۰۹۰۳۳۹۷۱۸۱۷

فروشنده و صندوقدار

به یک فروشنده
آقا جوان
برای شیفت صبح در
محدوده وکیل آباد نیاز مندیم.
۰۹۳۶۳۳۱۴۱۷۰

کارگرساده

شرکت معتبر واقع
در پیامبر اعظم ۷۵
به یک نفر با حداقل دیپلم و قدرت
بدنی مناسب جهت کار در فروشگاه
واقع در محل شرکت نیاز مندیم
حقوق طبق قانون کار + کارانه
بدون سرویس رفت و آمد
۰۹۱۵۵۷۹۴۵۷۲

به تعدادی کارگر ساده آقا
جهت کار در کارگاه تولیدی با شرایط
و حقوق مناسب و بیمه نیاز مندیم.
۰۹۰۱۳۴۹۱۵۳۲

شرکت معتبر تولیدی
بخاری گاز سوز
واقع در شهرک صنعتی مشهد
(جاده کلات)
به نیروهای ذیل با حداکثر
سن ۳۵ سال نیاز مند است
۱- پرسرکار، نقطه کار
۲- کارگر ساده
۰۵۱-۳۲۴۵۳۱۷۰

به تعدادی نیروی کار
نیاز مندیم.
۰۹۹۱۱۳۲۰۵۸۹

شاگرد برشکار
جهت سنگ کاری نیاز مندیم.
۰۹۱۵۱۰۶۷۳۲۴

یک مجموعه تولیدی
معتبر جهت تکمیل پرسنل
مورد نیاز خود (آقا و خانم)
استخدام فوری می نماید
۱- سرویس دارد
۲- وعده غذایی دارد
۳- دوشیفت ۱۲ ساعت ثابت
۴- حقوق قانون کار
۵- داشتن شرایط جسمانی مناسب
۶- حداقل سنین ۴۰ سال
محدوده سرویس: شهرک
باهرور جایی، صدتتری، بلوار توس،
شاهنامه، گلپار و ساغر، میدان
گار ازدار هآدرس: شهرک صنعتی
توس، فاز ۱، صنعت ۳، قطعه ۱۱۴
مراجعه: حضوری از ساعت ۱۷ الی ۱۶
۰۹۱۵۷۳۴۱۸۷۰

به تعدادی نیروی آقا و خانم
نیاز مندیم. محدوده امام حسین
و جاده کلات
۰۹۱۵۶۵۶۵۲۶۷

کارگر ماهر
به چند نیروی
کار کارواش ماهر
تمام وقت و ثابت نیاز مندیم
جای خواب و مزایای عالی
۰۹۱۵۳۰۸۶۰۴۸
نبش امام خمینی ۸۸
کارواش کلین

نیروی تیرچه کار ماهر
و نیمه ماهر نیاز مندیم.
حقوق و دستمزد توافقی
۰۹۳۵۳۳۱۶۵۸۵-۳۶۹۰۲۲۸۰

استخدام کارگر ماهر و سواده
در شرکت معتبر فنی و مهندسی
۰۹۱۵۱۸۶۱۰۶۹

شرکت تولیدی تجهیز آفرینان موفق شرق
نیاز به همکاری مدیر مالی با حقوق توافقی و مزایای عالی
بصورت تمام وقت می باشد

شرح شغل و وظایف مدیر مالی
حداقل ۱۰ سال سابقه کار
مسلط به فرآیندهای مالی
و کنترل داخلی و حسابرسی
مسلط به تمام ماژول های نرم افزارهای مالی
مسلط به امور حسابداری شامل:
بهای تمام شده، خرید و انبار، فروش، خزانه داری،
حقوق و دستمزد، سامانه مودیان
مسلط به نوشتن دفاتر قانونی، تنظیم تراز نامه،
امور مالیاتی و اظهار نامه

EMAIL: **Taameshco@gmail.com**
tel: **09120808159**

دعوت به همکاری (خانم)
(پیراپزشک)
درمانگاه تخصصی پوست و مو واقع در هاشمیه
جهت تکمیل کادر پرسنلی خود نیازمند به خانم
دارای مدرک پرستاری و مامایی، آتاق عمل و
بیهوشی می باشد
لطفا جهت هماهنگی وقت مصاحبه با شماره زیر تماس بگیرید
۰۹۳۹۸۴۶۳۸۰۰

لیتوگراف
مجموعه نارنج جهت تکمیل کادر فنی
نیازمند یک لیتوگراف (آقا) حرفه ای و با تجربه
است همراه با حقوق و مزایا و بیمه
۰۹۱۵۵۱۸۸۲۶۹

گروه پزشکی و درمانی
جهت تکمیل کادر خود
در استان خراسان رضوی
از تعدادی افراد واجد شرایط
زیر دعوت به همکاری می نماییم:
نیروی فنی و مکانیک
مدرک دیپلم، فوق دیپلم
و کارشناسی فنی و مکانیک
داشتن روحیه تیمی دقیق
و مسئولیت پذیر
داشتن سابقه کاری مرتبط با تعهد
علاقه مند به امور فنی
با انگیزه و خوش رفتار
بدون محدودیت و مشکل
برای اضافه کاری - ساعات کاری:
شنبه الی پنج شنبه
۱۷ الی ۱۴:۰۰
سرویس رفت و برگشت
بیمه تامین اجتماعی
و سایر مزایای قانونی
لطفا رزومه خود را از طریق
نرم افزارهای پیام رسان
از طریق شماره همراه
۰۹۱۵۵۷۵۷۳۶۳
و یا آدرس ایمیل
sinasharghco@gmail.com
ار سال فرمایید

مدیر

آگهی ویژه

مراقب کودک و سالمند

مرکز فروش
با مجوز وزارت بهداشت
استخدام خانم
جهت مراقبت از کودک و سالمند
و بیمار در منزل در شیفت روز
یا شب یا شبانه روزی
مدیرمسئول: دکتر ایرج عارف
میدان احمدآباد - بلوار کلاهدوز
نبش کلاهدوز ۹/۱ - پلاک ۸۳ طبقه ۲
۰۹۱۵۵۱۶۲۳۹۹
۰۹۱۵۳۱۵۰۰۰۴
۳۸۴۴۴۳۰۰

گروه پزشکی و درمانی

مدیر

آگهی ویژه

مراقب کودک و سالمند

مرکز فروش
با مجوز وزارت بهداشت
استخدام خانم
جهت مراقبت از کودک و سالمند
و بیمار در منزل در شیفت روز
یا شب یا شبانه روزی
مدیرمسئول: دکتر ایرج عارف
میدان احمدآباد - بلوار کلاهدوز
نبش کلاهدوز ۹/۱ - پلاک ۸۳ طبقه ۲
۰۹۱۵۵۱۶۲۳۹۹
۰۹۱۵۳۱۵۰۰۰۴
۳۸۴۴۴۳۰۰

پذیرش تلفنی
آگهی
۳۷۰۱۰
صرفه جویی در زمان

یک شرکت معتبر دارویی، غذایی واقع در شهرک صنعتی توس جهت تکمیل کادرسازمانی خود از افراد واجد شرایط زیر دعوت به همکاری می نماید.

ردیف	عنوان شغلی	حدافل سابقه کار	مدیرک تحصیلی	شرایط احراز
۱	انباردار	حدافل ۲ سال و بالاتر	فوق دیپلم و بالاتر	آقا/تسلط کامل با اصول انبارداری و نرم افزارهای مربوطه
۲	کارشناس آزمایشگاه	حدافل ۲ سال و بالاتر	لیسانس و بالاتر	آقا/رشته تحصیلی شیمی آشنایی کامل با کادر آزمایشگاه با دستگاه HPIC
۳	کارشناس شیمی	حدافل ۲ سال و بالاتر	لیسانس و بالاتر	آقا/ خط تولید
۴	کارگر ساده	-	دیپلم	آقا/ خط تولید

مقتضیان می توانند جهت هماهنگی های لازم همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۵ با شماره تلفن های ۰۵۱-۳۵۴۱۲۸۰۰ تماس حاصل نمایند.

شرکت ایزو گام نقره ای شرق
صادر کننده نمونه ملی ۱۴۰۰
دعوت به همکاری می نماید

۱- کارشناس حسابداری
(ترجیحا آشنا به امور مالیاتی)
۲- کارشناس فروش
۳- لیسانس شیمی
۴- مدیر تولید
(با سابقه کار در ایزو گام)

ارسال رزومه
تلگرام: ۰۹۳۳۶۹۱۴۲۲۷

اهدای خون تبلور نوع دوستی

کارت کار اتباع بنام محمد غلامی
فرزند وزیر شغل گچ کار به ش
اختصاصی ۹۴۶۷۴۶۲۸۷ مفقود شده و فاقد
و فاقد اعتبار است
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۰

کارت کار اتباع بنام نوراحمد غفوری
فرزند شریف به ش اختصاصی
۱۵۰۲۱۹۷۷۰۴۹۵ مفقود و فاقد
اعتبار است
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۸

چرم کوثر سفارش تبلیغاتی چرم
(کمر بند-جاکارتی-کیف پول-
جاکیدی) همراه باک برند
۰۹۰۱۰۹۲۷۲۲۰
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۲

صنایع غذایی ماهر
جهت تکمیل کادر اداری خود به افراد زیر نیازمند است:

حسابدار فروش
حسابدار مالی
مدیر فروش (آقا)
مدیر تولید و برنامه ریزی
کارشناس صنایع غذایی
کارشناس بازرگانی
انباردار (آقا)

۰۵۱۳۲۵۸۵۰۷۰
۰۹۱۵۵۰۱۰۲۴۰
م/۱۴۰۳۰۰۳۸۲

از بانوان برای مشارکت در ساخت نمایش اعم از بازیگری و غیره دعوت به عمل می آید
۰۹۰۵۱۶۸۹۳۱۱
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۶

اداری و مالی

ثب و رتبه بندی شرکت

ثب شرکت تخصصی
راه اندازی کارخانه جات
طراحی محصول
نام و علامت تجاری

اخذ جواز تولید بایبیش از ۱۸ سال سابقه فعالیت دارنده
پروانه بهره برداری
طراحی صنعتی

برنده دوره جایزه ملی
دارای نشان ملی
در جشنواره جایزه ملی
بسته بندی
کار آفرین برتر
سال ۹۶ در استان

۰۹۱۵۱۱۰۳۲۱۲
۳۸۴۶۷۶۲۶ الی ۳۵
۰۹۱۲۰۴۰۴۶۱۴
نیش میدان احمدآباد
گروه بین المللی نظم اندیشان
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۶

شرکت واقع در شهرک صنعتی توس
به تخصص های ذیل نیازمندیم

۱- خانم لیسانس کامپیوتر مسلط به مدیریت سایت و فضای مجازی
۲- برقرکار صنعتی مسلط به مونتاژ تابلو و PLC
۳- جوشکار آرگون جهت مونتاژ بدنه ماشین آلات صنایع غذایی
۴- مونتاژ کار ماشین آلات آشنا به سوراخکاری و قلاویز کاری

تلفن: ۰۹۱۵۵۱۲۱۹۹۴
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۴

یک شرکت معتبر پزشکی
جهت تکمیل کادر خود از واجدین شرایط استخدام می نماید

۱- اپراتور خط تولید آشنا به فرز و تراش CNC حدافل ۲ سال سابقه کاری (فقط آقا)
۲- نیروی کنترل کیفیت حدافل مدرک کارشناسی ۲ سال سابقه کاری (فقط آقا)
۳- سرپرست تولید حدافل مدرک کارشناسی ساخت تولید- مکانیک حدافل ۴ سال سابقه کاری
۴- حسابدار دارای مدرک کارشناسی حسابداری، آشنایی با نرم افزار حسابداری (پایا) حدافل ۲ سال سابقه کاری
۵- انبار دار حدافل سابقه کاری مرتبط ۲ سال، ترجیحا آشنا با نرم افزار پایا و رایبند حدافل
مدرک کارشناسی، شهرک صنعتی توس اندیشه ۷ دانش ۶ فقهه ۶۲۷
۰۹۹۲۳۷۸۴۶۰۷
م/۱۴۰۳۰۰۳۸۰

بیمارستان و زایشگاه سینا
جهت تکمیل کادر پرسنلی خود نیاز به نیروی تنظیف و خدمات با شرایط ذیل دارد.

- جنسیت: خانم
- شرایط سنی: کمتر از ۲۵ سال
مقتضیان می توانند تا آخر فروردین ماه ۱۴۰۳ در ساعت ۹-۱۴ به دفتر مدیریت بیمارستان مراجعه کنند.
۰۵۱۳۸۵۱۷۷۴۲
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۰

مشاغل گوناگون

فروشنده موبایل و لوازم جانبی
فوری با حقوق ثابت و پورسانت
۰۹۰۷۱۱۶۷۴۷
م/۱۴۰۳۰۰۳۵۶

یک شرکت معتبر تولیدی
در مشهد-چاهشک نیاز فوری به همکاران ذیل با سابقه کار مرتبط دارد

۱- مدیر کنترل کیفیت خانم دارای ۲ سابقه کاری مرتبط و مدیریتی ۱ نفر
۲- کارشناس کنترل کیفی و آزمایشگاه-خانم/آقا- دارای یکسال سابقه کار- ۳ نفر
۳- کارشناس منابع انسانی خانم- یکسال سابقه کار آشنا به نرم افزارهای تردد ROLL CALL-PW ۲ نفر
۴- مسئول دفتر مدیریت و تولید خانم یکسال سابقه کار آشنا به نرم افزارهای آفیس ۱ نفر
۵- کارشناس بازرگانی و فروش خانم/آقا- دارای سابقه کاری بازرگانی و فروش لوازم و تاسیسات ساختمانی- ۴ نفر
۶- کارشناس حسابداری خانم/آقا- یکسال سابقه کار آشنا به نرم افزارهای مالی و آفیس- ۴ نفر
۷- کمک انباردار (کارگر انبار) آقا ۳ نفر
۸- اپراتور تولید- جهت تزریق پلیاستیک و لوله - خانم/آقا- ۱۵ نفر
۹- اپراتور تولید- جهت مواد سازی تزریق پلیاستیک- آقا- ۳ نفر
۱۰- اپراتور مونتاژ بسته بندی و بارگیری- خانم/آقا- ۵ نفر
تلفن تماس ۰۵۱۳۲۴۰۶۰۹
ارسال رزومه واتساپ/اینا ساعت تماس ۸:۳۰ صبح الی ۱۶:۰۰
دارای سرویس رفت و برگشت از پل میدان بار رضوی (مسیر مدمترتری) به چاهشک و بلعکس + بیمه + حقوق و مزایای قانونی و ...
م/۱۴۰۳۰۰۳۴۰

به دونفر منشی خانم
با حقوق عالی هرچه سریع تر نیاز مندیم.
۰۹۳۸۰۵۱۱۶۶۹
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۳

منشی خانم
جهت پاسخگویی تلفن از ساعت ۹ الی ۱۳ نیاز مندیم. محدوده خواجه ربیع
۳۷۴۲۶۱۳۷
م/۱۴۰۳۰۰۳۸۳

مهندس
مدرک عمران، معماری مکانیک، برق، زمین، معدن و شیمی با حدافل ۳ سال سابقه نیاز مندیم
۰۹۱۵۱۸۳۲۲۱۴
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۹

شرکت معتبر تولیدی بخاری گازسوز
به نیروی دارای مدرک لیسانس فیزیک یا مکانیک در قسمت کنترل کیفیت نیازمند است
۰۵۱۳۲۴۵۴۲۸۰
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۲

شرکت معتبر واقع در پیامبر اعظم ۷۵
به دونفر با مدرک حدافل فوق دیپلم مرتبط به برق یا الکترونیک جهت سیم کشی تابلو حقوق طبق قانون کار کارانه بدون سرویس رفت و آمد
۰۹۱۵۵۷۹۴۵۷۲
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۴

استخدام
جهت معرفی به بخش های خصوصی و دولتی به نیروی های متخصص و خدماتی نیاز مندیم جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۳۹۵۵۱۸۷۰۱
تماس حاصل فرمایید
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۱

مهر آینده
استخدام جهت نگهداری کودک و سالمند امور منزل
۳۸۴۶۳۵۱۳
م/۱۴۰۳۰۰۳۸۴

مرکز هیراد
استخدام جهت نگهداری سالمند یا کودک و کار در منزل با حقوق بالا و اهمیت شغلی
آدرس: احمدآباد نیش قائم مجتمع گهرشاد طبقه سوم واحد ۳۰۵ ساعت کاری دفتر صبح الی ۸ شب
۰۹۹۱۵۸۳۷۱۲۰
۳۸۴۷۶۸۹۵
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۷

منشی و تایپیست

به دونفر منشی خانم
با حقوق عالی هرچه سریع تر نیاز مندیم.
۰۹۳۸۰۵۱۱۶۶۹
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۳

منشی خانم
جهت پاسخگویی تلفن از ساعت ۹ الی ۱۳ نیاز مندیم. محدوده خواجه ربیع
۳۷۴۲۶۱۳۷
م/۱۴۰۳۰۰۳۸۳

مهندس
مدرک عمران، معماری مکانیک، برق، زمین، معدن و شیمی با حدافل ۳ سال سابقه نیاز مندیم
۰۹۱۵۱۸۳۲۲۱۴
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۹

شرکت معتبر تولیدی بخاری گازسوز
به نیروی دارای مدرک لیسانس فیزیک یا مکانیک در قسمت کنترل کیفیت نیازمند است
۰۵۱۳۲۴۵۴۲۸۰
م/۱۴۰۳۰۰۳۹۲

شرکت معتبر واقع در پیامبر اعظم ۷۵
به دونفر با مدرک حدافل فوق دیپلم مرتبط به برق یا الکترونیک جهت سیم کشی تابلو حقوق طبق قانون کار کارانه بدون سرویس رفت و آمد
۰۹۱۵۵۷۹۴۵۷۲
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۴

استخدام
جهت معرفی به بخش های خصوصی و دولتی به نیروی های متخصص و خدماتی نیاز مندیم جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۳۹۵۵۱۸۷۰۱
تماس حاصل فرمایید
م/۱۴۰۳۰۰۳۷۱

فراسان
روزنامه صبح ایران

صرفه جوی در وقت
سفرش اینترنتی آگهی

www.37010.ir

چه زمانی نباید ورزش کنید؟



زمانی که
آسیب دیده‌اید



وقتی به اندازه کافی
نخوابیده‌اید



هنگامی که
تب دارید



وقتی
سرماخوردگی
دارید



زمانی که از
یک بیماری
مزمن رنج می‌برید



بعد از اینکه
بار سنگینی را
بلند می‌کنید



راههایی که در صورت بروز آتش سوزی حتما باید رعایت شود

هنگام بروز آتش سوزی و خروج از محل حادثه، در ارتفاع پایین و نزدیک سطح زمین حرکت کنید تا حجم زیادی از دود وارد ریه‌هایتان نشود



قبل از اینکه دستگیره در را فشار دهید، دمای آن را با پشت دست چک کنید. اگر دستگیره داغ بود در را باز نکنید چرا که ممکن است پشت آن آتش شعله‌ور باشد. راه دیگری را برای خروج انتخاب کنید

3



در شرایطی که آتش نشان‌ها به شما اجازه دادند می‌توانید از آسانسور برای خروج استفاده کنید

4



به محض خروج با ۱۲۵ تماس بگیرید

5



بعد از آن به دوستان و خانواده‌تان خبر دهید که حالتان خوب است

نکاتی برای نابینایان یا افراد دارای اختلال بینایی

براساس آمار افراد دارای معلولیت، ۶,۶ میلیون آمریکایی نابینا هستند یا اختلال بینایی دارند. این افراد در مواقع اضطراری ریسک بالایی دارند و ممکن است حتی به دلیل ناتوانی‌شان خودشان عامل آتش سوزی باشند

چیزهایی که نابینایان یا افرادی که اختلال بینایی دارند باید به خاطر داشته باشند:

اگر یک حیوان کمکی دارید، حتما مسیر خروج را با او از قبل تمرین کنید



اگر از آژیر آتش سوزی استفاده می‌کنید توجه کنید که بین صدای آژیرش مکث داشته باشد تا بتوانید راهنمایی‌های آتش نشان را بشنوید

