



www.37010.ir سفارش اینترنتی آگهی
۵٪ تخفیف بیشتر / سفارش ۲۴ ساعته / پرداخت آنلاین

خرید ضایعات و آهن آلات تخریب ساختمان
۰۹۱۵۱۱۱۸۴۴۱
مرادی

تأثیر ورزش بر سلامت و قدرت ذهن

Nournews_IR



افزایش هوش



کاهش اضطراب



تنظیم خواب



افزایش شادی



کنترل استرس



تقویت عضلات



سلامت قلب



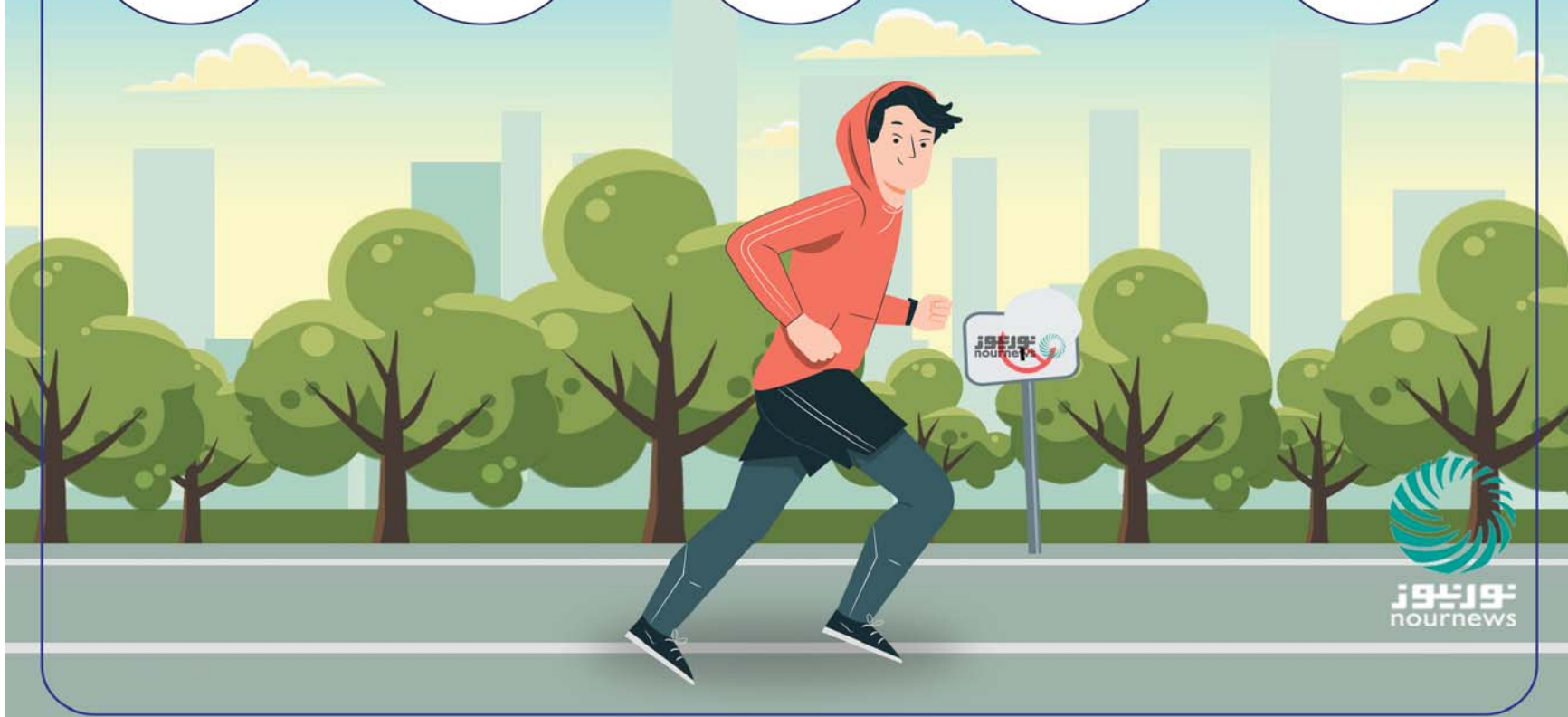
تنظیم فشارخون



افزایش خلاقیت



بهبود گوارش





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
- عایق 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
- آیفون
- برق ساختمان و لوستر
- درهای اتوماتیک
- دزدگیر و دوربین مدار بسته
- گازرسانی
- لوله باز کنی و رفع نم
- تخلیه چاه
- لوله کشی آب
- لوله کشی تاسیسات
- تزیینات داخلی (پوشش های ایلی 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
- پرده
- کاغذ دیواری - کفپوش
- مبل و سازه های چوبی
- پکیج و آبگرم کن
- 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 فروشگاهای
- 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 و 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
- لپ تاب ، نوت بوک ، تبلت
- سایر خدمات کامپیوتر

املاک مشهود 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 ۱۲۸ متر
- رهن و اجاره آپارتمان ۱۲۰ تا ۱۴۹ متر
- رهن و اجاره آپارتمان ۱۵۰ متر به بالا
- رهن و اجاره خانه
- رهن و اجاره املاک تجاری و اداری
- رهن و اجاره باغ و ویلا
- رهن و اجاره صنعتی و کشاورزی
- خرید و فروش آپارتمان 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 نگهدار

استخدام

- طراح و گرافیست
- فروشنده و صندوقدار
- کارشناس و کارشناس ارشد
- کارپرداز
- کارمند اداری
- کارگرساده
- کارگر ماهر
- کاربایی
- گروه پزشکی و درمانی
- مدرس و مربی
- مدیر
- مراقب کودک و سالمند
- منشی و تایپیست
- مهندس
- مونتاژکار
- 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

- پژو
- رانا
- پراید و تیبا
- لیفان
- رنو، پی کی
- سمند
- زانتیا
- هیوندای
- ام وی ام
- سایر خودروها
- موتور و دوچرخه
- انواع وانت
- فروخته 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 با کادر 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 صداقت

خرید آهن، آلومینیوم، برنج شیرآلات، چدن، مس آبگرمکن، موتورخانه خرده ریز انباری با قیمت بالا خریداریم حمل و بازید رایگان

۰۹۱۵۳۵۸۵۳۶۶
۰۹۳۸۹۰۰۲۵۳۹

ضایعات بیرجندی

خرید انواع ضایعات آهن، آلومینیوم، مس برنج، پنجره رادیاتور، شوفاژ و خرده ریز انباری به قیمت بالا تخریب ساختمان

۰۹۱۵۱۲۰۵۷۲۴

خدمات ساختمانی

آجر سفال مصالح سیمان با قیمت مناسب

۰۹۱۰۵۵۵۱۴۴۹

آموزشی و فرهنگی

آموزشگاه درسی

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

۰۹۱۵۳۰۵۹۳۰۲-۳۷۵۷۱۰۶۸

درب و پنجره

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 نگهدارن اجرای خاکبرداری و فنداسیون اجرای سازه بتنی - فلزی دیوار برشی - استخر

۰۹۱۵۱۰۹۳۵۰۸
۳۸۴۲۱۶۹۵

ضایعات سادات

خرید انواع ضایعات آهن، آلومینیوم، مس برنج، کابینت و پنجره رادیاتور، شوفاژ و خرده ریز انباری به قیمت بالا حمل و باز دید رایگان

۰۹۰۱۳۱۱۷۹۰۰
۰۹۱۵۱۲۰۳۲۵۳

آهن آلات و ضایعات

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

۰۹۱۵۱۸۰۹۲۶۷

دیپلم بگیرید

شهریه اقساطی آسان در کوتاه ترین مدت مورد تایید آموزش و پرورش

۰۹۱۵۵۲۹۵۴۵
۰۹۰۱۱۲۵۴۰۰۱-۴۰۰۲
۳۸۵۵۲۲۰-۲۱

سایر خدمات ساختمانی

تولید پنجره دوجداره

آلومینیوم، UPVC، توری، پلیسه وثابت (تعمیرات)

۰۹۱۵۸۰۰۰۱۵۳

کانال کولر

ساختمانی + صنعتی + اداری

۰۹۱۵۳۱۵۲۰۹۵

عایق رطوبتی

ایزوگام شرق

اول مقایسه بعد خرید قیرگونی، آسفالت کلی، جزئی، اقساط بدون سود، بازدید رایگان در اسرع وقت تمام نقاط مشهد

۰۹۰۳۹۰۵۴۹۲۶-۳۷۵۷۴۱۲۲
۰۹۱۵۴۱۶۷۷۵۸

داربست شایگان

۰۹۱۵۳۱۰۳۴۲۸
۳۸۹۰۸۳۳۴

پذیرش تلفنی آگهی

۳۷۰۱۰

برای اشتراك در روزنامه خراسان

لطفا عدد ۲ را به شماره ۳۰۰۰۹۷۷۷ پیامک کنید

مزایای مدیریت زمان

«مدیریت زمان»

فرایند نظم بخشیدن و برنامه ریزی برای تعیین چگونگی تقسیم زمان به منظور انجام فعالیت های خاص است. مدیریت درست زمان به شما اجازه می دهد هوشمندانه تر کار کنید و نه سخت تر! بنابراین می توانید کارهای بیشتری را در زمان کمتری به پایان برسانید؛ حتی زمانی که وقت شما تنگ و فشار کار بالاست. اگر نتوانید زمانتان را به خوبی مدیریت کنید کارایی شما کاهش می یابد و دچار استرس می شوید.



عواقب نامطلوب شکست در مدیریت مؤثر زمان

استخدام ویزیتور اقلام مصرفی شرکت پخش البرز (سهامی عام)

در نظر دارد جهت تکمیل کادر فروش خود در واحد کالای مصرفی بصورت حضوری (آقا) و حضوری و تلفنی (خانم)

با شرایط ذیل استخدام نماید:

سابقه کار حداقل دو سال مرتبط در بخش کالای مصرفی

حداکثر سن ۳۵ سال

مدرک تحصیلی دیپلم

مزایا: حقوق ثابت قانون کار و پورسانت

و اجدین شرایط رزومه خود را به شماره ۰۹۱۵۵۰۱۲۷۷۰ از طریق پیام رسان ایتا و به ارسال نمایید.

املاک مشهد



رهن و اجاره املاک تجاری و اداری

آپارتمان ۶۰ متری تجاری-اداری واقع در طبقه فوقانی پاساژ بین المللی برجیس چهارراه ابوطالب با تمام امتیازات و ۱۰۰ تومان رهن و ۱۳۰ تومان اجاره
۰۹۱۵۳۱۳۹۸۷۴

زمین

صفی آباد- جلدک چاهشک- خرید نقدی یک روزه طوطیان
۰۹۱۵۵۲۱۳۷۸۷

خرید و فروش جاده شاندریز

ویلا شهر زعفرانیه، درخت بید جلدک، صفی آباد و سوران
۰۹۱۵۳۱۴۰۸۵۷
۳۵۵۱۱۴۴۰-۱

استخدام



آشپز و شیرینی پز

به تعدادی خشک کار مرد نیاز مندیم

مراجعه هر روز از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۹ آدرس: رضاشهر فرخی شمالی قنادی رضا شهر (یزدی ها)
۱۴۰۳۰۰۴۴۳

آشپز با تجربه و کار بلد در منطقه طبقه نیاز مندیم. جای خواب موجود است.
۰۹۱۵۵۰۸۹۵۱۸

پذیرش تلفنی آگهی



امور رستوران

یک فرکار ماهر ساندویچی از ساعت ۱۴ الی ۱ بامداد نیاز مندیم.
۰۹۱۵۹۰۹۹۱۷۹

استخدام نیروی خانم

در امور کافی شاپ و فروشگاه باریستا کافی من و کارآموز و نیروی ساده از ساعت ۱۵ الی ۲۳ محدوده بلوار گاز
۰۹۱۵۹۰۹۹۱۷۹

آشپز- کمک آشپز و تخته کار

نیاز مندیم. آشپزخانه وطن خواه-توس ۴۰
۰۹۱۵۳۰۱۷۴۷۰
۰۹۱۵۳۰۰۵۶۱۶

امور هتل

جهت همکاری در هتل آپارتمان آفرین نیاز مندیم نیروی لاندری

نیروی رستوران ساعت کاری رستوران ۱۱ الی ۲۲ امام رضا بین چهل و ۱۳ هتل آفرین مراجعه حضوری
۱۴۰۳۰۰۶۳۰

پذیرش شیفت شب هتل روی روی ۱۷ شهریور یک-اوتانا
۰۹۳۵۱۹۴۷۶۸۶

امور مشاورین املاک

اطلاعات املاک گلستان طبقه ۱۹۱۵۵۱۹۱۵۶۶ آهنی
۰۹۱۵۱۱۵۱۵۶۶
۰۵۱۳۵۵۹۲۲۶۵

بازاریاب

بازاریاب خانم و آقا در زمینه پوشاک با حقوق ماهیانه ۳ میلیون تومان نیاز مندیم
۰۹۱۵۴۲۲۹۰۱۰

استخدام بازاریاب حضوری خانم - برای شهر مشهد
۰۹۱۲۰۰۳۴۲۵۳

حسابدار

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

حسابدار

شرکتی معتبر در زمینه مهندسی و پیمانکاری نیروی حسابداری استخدام می کند. به همراه بیمه و آموزش تکمیلی ارسال رزومه به ایتا و تلگرام
۰۹۱۵۹۱۶۰۰۵۸

حسابدار و کمک حسابدار

جهت شرکتها و کارخانجات معتبر با شرایط حقوق عالی سریع نیاز مندیم.
۳۸۴۴۳۳۷-۰۹۳۷۹۴۰۰۴۸۰

یک شرکت مهندسی به یک حسابدار خانم

مسلط به حسابداری با نرم افزار محک نیاز مند است.
تلفن: ۳۷۲۶۲۵۸۳
ایتا - بله ۰۹۱۵۵۰۲۹۰۳۸
آدرس: قاضی طباطبایی بین ۳ و ۵ پلاک ۱۷ واحد ۳

خدمتگذار و آبدارچی

به یک نظافتچی مرد شیفت عصر (۱۵/۳۰ الی ۲۳/۳۰) با حقوق ثابت - بن - عیدی و سنوات نیاز مندیم. رضاشهر - پیروزی ۹ فرخی ۸ - قنادی یزدی مراجعه بصورت حضوری بین ساعات ۱۱ تا ۱۹
۱۴۰۳۰۰۳۰۸

کار گرساده

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

خیاط و چرخکار

تعدادی نیروی جوان شاگردمخار به ۱۳ م تا ۲۰ م سردوز کار، میاندوز کارور استه دوزی خطی ۲۱۰ و اتوپیوسته بندی ماهی ۵۵ لباس بچگانه خطی ۲۱۰ و مانتنو شونیز خطی ۲۸۰ مصلی ۲۸ پلاک ۱۴ مدیریت خانم اسفیدانی
۰۹۱۵۶۶۲۵۰۱۸

راننده

پذیرش راننده آقا و خانم با خودرو شخصی در تاکسی ۱۸۶۰-۱۸۱۷ ثبت نام- تماس با ۱۸۱۷ یا
۰۹۰۳۳۹۷۱۸۱۷

شرکت معتبر تولیدی

بخاری گاز سوز واقع در شهرک صنعتی مشهد (جاده کلات) راننده لیفتراک نیاز مند است
۳۲۴۵۳۱۷۰

کارمند اداری

بازرگانی و خدمات پارس چند نفر کارگر ساده آقا در واحد تعمیرات بصورت دو شیفت استخدام می نماید. حقوق ۱۱ میلیون تومان ساعت کاری ۸ صبح الی ۳:۳۰ و ۱۶ الی ۲۱ - آدرس: خیام ۳۲ مجموعه پارس- شماره تماس:
۰۵۱۳۷۶۸۱۹۰۰

کارمند اداری خانم

مسلط به امور اداری و کامپیوتر و تایپ بار و ارباب عمومی بالا و سابقه کار جهت شرکت حمل و نقل واقع در شهرک صنعتی نیاز مندیم
تلفن تماس
۰۹۱۵۳۲۱۲۶۵۵

کار گرساده

به دونفر کارگر ماهر جهت کار در کارواش منطقه مطهری شمالی نیاز مندیم.
۰۹۱۵۵۰۶۲۵۷۳

کار گرساده

به دونفر قطعه کار مرغ و ماهی نیاز مندیم. حقوق ۱۵ م ۹ صبح الی ۹ شب گوشت ارم
۰۹۳۷۹۸۰۹۲۴۰

گروه پزشکی و درمانی

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- پرسکار، نقطه کار
۲- کارگر ساده
۰۵۱-۳۲۴۵۳۱۷۰

موسسه عدالت گستر بهارستان حمایتی ایتمام
۳۳۸۶۵۲۶۵

نیروی آقا جهت کار در شرکت

۰۹۳۰۳۰۵۰۱۱۶

کارگر ساده آقا

جهت انبار مواد غذایی بلوار توس نیاز مندیم
۰۹۹۲۳۷۷۶۶۵۹
۰۹۱۵۹۲۱۸۳۵۴

کارگر ماهر

استاد کار ماهر یا نیمه ماهر در ب و پنجره آهنی بصورت دائم نیاز مندیم (حقوق توافقی)
۰۹۱۵۱۰۷۶۸۵۳

به چند نیروی کار کارواش ماهر

تمام وقت و ثابت نیاز مندیم جای خواب و مزایا عالی
۰۹۱۵۳۰۸۶۰۴۸
نیش امام خمینی ۸۸ کارواش کلین

به دونفر کارگر ماهر

جهت کار در کارواش منطقه مطهری شمالی نیاز مندیم.
۰۹۱۵۵۰۶۲۵۷۳

مرکز هیراد

استخدام جهت نگهداری سالمند یا کودک و کار در منزل با حقوق بالا و امنیت شغلی آدرس: احمدآباد نیش قائم مجتمع کوهرشاد طبقه سوم واحد ۵۰۵ ساعت کاری دفتر ۹ صبح الی ۸ شب
۰۹۹۱۵۸۳۷۱۲۰
۳۸۴۷۶۸۹۵

مرکز سروش

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 عاکف میدان احمدآباد- بلوار کلاهدوز نیش کلاهدوز ۱/۹- پلاک ۸۳ طبقه ۲
۰۹۱۵۵۱۶۳۲۹۹
۰۹۱۵۳۱۵۰۰۴
۳۸۴۴۳۰۰

مهر آینده استخدام جهت نگهداری کودک و سالمند امور منزل
۳۸۴۶۳۵۱۳

دعوت به همکاری (تکنسین کاشت)

در مانگه تخصصی پوست و مو باران و آبنوس جهت تکمیل کادر درمان خود نیازمند به ۵ نفر تکنسین خانم با تجربه کاشت مو جهت فعالیت در این مراکز می باشد حقوق ماهیانه حداقل ۳۰ میلیون تومان لطفا رزومه خود را به شماره خط ذیل ارسال کنید
۰۹۳۹۸۴۶۳۸۰۰

به تعدادی خانم متعهد

جهت تکمیل کادر اداری مجموعه تولیدی معتبر واقع در بلوار توس نیاز مندیم.
تلفن هماهنگی:
۰۹۱۲۸۹۰۱۵۸۵-۳۶۶۵۵۱۷۲ خانم فاطمی

منشی و تایپیست

یک شرکت مهندسی به یک منشی خانم مسلط به امور اداری، دفتری، آشنایی با کامپیوتر و متعهد نیاز مند است.
تلفن: ۳۷۲۶۲۵۸۳
ایتا - بله ۰۹۱۵۵۰۲۹۰۳۸
آدرس: قاضی طباطبایی بین ۳ و ۵ پلاک ۱۷ واحد ۳

مراقب کودک و سالمند

استخدام جهت نگهداری سالمند یا کودک و کار در منزل با حقوق بالا و امنیت شغلی آدرس: احمدآباد نیش قائم مجتمع کوهرشاد طبقه سوم واحد ۵۰۵ ساعت کاری دفتر ۹ صبح الی ۸ شب
۰۹۹۱۵۸۳۷۱۲۰
۳۸۴۷۶۸۹۵

مهندس

شرکت معتبر تولیدی بخاری گاز سوز به نیروی دارای مدرک لیسانس فیزیکی با مکانیک در قسمت کنترل کیفیت نیاز مند است
۰۵۱۳۲۴۵۴۲۸۰

مهر آینده

استخدام جهت نگهداری کودک و سالمند امور منزل
۳۸۴۶۳۵۱۳

مدرک عمران، معماری مکانیک، برق، زمین، معدن و شیمی با حداقل ۳ سال سابقه نیاز مندیم
۰۹۱۵۱۸۳۲۲۱۴

ایمنی ضامن سلامتی است

درج آگهی در روزنامه الزاما به معنای تایید مندرجات آن نمی باشد، لذا چنانچه قصد خرید اراضی و املاک (مورد آگهی) جهت امر مسکن دارید لازم است در خصوص کلیه موارد قانونی از مراجع ذی صلاح همچون شهرداری و سازمان مسکن و شهرسازی تحقیقات لازم را به عمل آورید.

خواننده گرامی!

شرکت ایزوگام نقره‌ای 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 ایزوگام)

ارسال رزومه
تلگرام: ۰۹۳۳۶۹۱۴۲۲۷

به تعدادی کارگر ساده آقا نیاز مندیم.

کار در کارخانه تولید صفحات ام دی اف کابینت
حقوق و مزایا طبق قانون کار
سرویس رفت و برگشت

ساعت کاری ۷ الی ۱۴:۳۰ و ۱۴:۳۰ الی ۱۸ اضافه کاری

آدرس: شهرک صنعتی مشهد - جاده کلات - انتهای فاز ۴ - نبش کاوه ۶
روبروی نیروگاه برق - صفحات کابینت هخامنش

شماره تماس: ۰۹۱۵۴۲۳۴۶۰۳

درج آگهی در روزنامه الزاما به معنای تایید مندرجات آن
نمی باشد لذا به جهت جلوگیری از هرگونه سوء استفاده
احتمالی تحقیقات لازم را انجام و بعد اقدام نمایید.

استخدام

یک گروه معتبر تولیدی و صنعتی
واقع در شهرک صنعتی توس
کارشناس فروش با
حقوق و مزایای مکفی

- حداکثر سن ۳۵ سال
- روابط عمومی بالا و مسلط
به اصول و فنون مذاکره
- توانایی مکالمه طولانی
مدت با تلفن
- توانمند در امور فروش و
وصول مطالبات
- امکان سفر و ماموریت‌های
کاری به سراسر کشور

۰۹۰۳۸۰۴۹۷۱۵
۰۵۱۳۵۴۱۱۲۲۶

نجار و ام دی اف کار

به تعدادی اوستاد کار
ماهر و نیمه ماهر
جهت نصب کابینت به طور
روز مزد نیاز مندیم.

۰۹۱۵۶۶۶۴۹۱۸

مشاغل گوناگون

گوناگون

گمشده

کارت کار بنام غلام داود غلامی شغل
ضایعات فرزند غلام نبی ش اختصاصی
۱۳۷۰۱۹۲۰۷۷۸۶ مفقود شده و
فاقد اعتبار است
۱۴۰۳۰۰۶۳۲

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
۱۴۰۳۰۰۱۷۱

شرکت پنجره دوجداره
۱- نیروی دفتری خانم ۲- مونتاژ کار آقا
۳- بازارریاب - ۰۹۱۵۶۵۰۶۵۹۵
۱۴۰۳۰۰۵۳۹

پذیرش تلفنی آگهی
۳۷۰۱۰

سفرش آگهی در روزنامه خراسان از طریق اینترنت
نیازمندی / ترحیم و تسلیت / تبریک و تشکر

www.37010.ir

صرفه جویی در زمان / پرداخت آنلاین

از شوینده‌های ویژه شستشوی لباس روشن استفاده کنید.

لباس‌های رنگی و سفید را از هم جدا کنید و هر کدام را جداگانه بشویید.

نکات شستشوی لباس‌های سفید و روشن

به جای استفاده از خشک‌کن، لباس‌ها را در فضای آزاد پهن کنید.

متناسب با جنس پارچه، از آب گرم برای شستشو استفاده کنید.

افزافه کردن بوراکس و جوش شیرین، روی کیفیت شستشو با ماشین لباسشویی را بهبود می‌بخشد.

دمای اتورا بیش از حد زیاد نکنید. این کار جای لکه‌ها را روی لباس ثابت می‌کند.

مخزن ماشین لباسشویی را بیش از حد پر نکنید.

۱۰ مزیت ورزش

در فضای باز

@moj_news_agency

خبرگزاری موج

خبرگزاری موج

به عملکرد عضلات کمک می‌کند



سطح استرس را کاهش می‌دهد



کیفیت زندگی را بهبود می‌بخشد



برای قلب شما خوب است



خواب را بهبود می‌بخشد



سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند



از آفسردگی جلوگیری می‌کند



سطح انرژی را افزایش می‌دهد



هوای تازه وارد ریه‌ها می‌شود



اضطراب و استرس را کاهش می‌دهد



mojnews_ir

خبرگزاری موج

خبرگزاری موج



چند علائم کبد چرب را بشناسیم!



کبودی و خونریزی



قرمزی کف دست



خارش پوست



کاهش تمرکز



لک‌های پوستی و کک و مک



بوی بد دهان

راه‌های پیشگیری از کبد چرب

ورزش
کردن

کنترل
کلسترول خون

مصرف مواد
غذایی مغذی

حفظ وزن
مناسب

اجتناب از
دخانیت

ج‌ام‌ج‌ام
@JamejamDaily

