

نیازمندی‌های صحی تهران

قبول آکهی تلفنی : ۳۵/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

استخدام ١٥

پیازمند پھامی صبح تران

قبول آکهی تلفنی : ۰۲۰/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

14

استخدام



شیاز مند پهانی صبح تران

قبول آکھی تلفنی : ۳۰/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

19

استخدام



ر اهنماي همشهري

دوشنبه ۱۷ دی ۱۳۹۷

استخدام

1

11

استخدام



سیار مسند بحایی صحیح تهران



چگونه روزی خوب و شاد داشته باشیم؟

دیگر این که با توجه به آلودگی میزکار (که تقریباً ۴۰۰ برابر سنگ دستشویی میکروب دارد) خود رون ناهار روزی میز کار ما را در معرض آلودگی و غفونت قرار می دهد. اهداف، بلند مدت تعیین می کنند، ولی خوب است داناییم که گزارشی هم وجود دارد که می تواند به صورت پروازی انجام شوند و به ما کمک کنند تا وزیر شاد و سبست فعلیت کنند.

سشتہ فعالیت کند

همان طور که بعضی تحقیقات شناس می‌هند، نشست
طولانی مدت احتمال ابتلاء به بیماری‌های خطروناکی
نظری بیماری‌های قلی را افزایش می‌دهد. برای کامشن
این خطر سعی کنید در محل کار خود به روش‌های
گوناگون حرکت خود را بیشتر کنید. هراز گاهی از جا
بلند شوید و حرکات کششی انجام دهید، بیشتر از
قبل به سمت آپنای بروید و بعضی چیزها را اور از
دسترس خود قرار دهید تا برای پرداختن آن ها ناجار
از روی صندلی بلند شوید. حتی کوچک‌ترین فعالیتها
هم اگر به طور عرتق انجام شوند به سلامت ما کمک
خواهد کرد.

موسیقی گوش کنید

گوش کردن به موسیقی چه هنگامی که در حال رفتن به محل کار هستید، چه زمانی که پشت میزتان فستنهاید و چه هنگام ورزش، گمک سپاری بزرگی به سلامت شما می‌کند. تحقیقات حاکی از آن است که گوش کردن به موسیقی موده علاوه در سلامت قلب، تحمل درد و تقویت دستگاه ایمنی بدن تاثیرگذار است. همین طور اگر هنگام ورزش به موسیقی گوش کنیم، توان پیدانیم تا ۱۵ درصد افزایش می‌یابد.

نامه های گهدار تماشا کنند

روزنگار مثبت آغاز کنید

خوبی از فراغت در ابتدای صبح روزنامه می خواهند یا خبرگوش هی کنند. اگر چه خوب است از آنجه در چهارمین می گذرد مطلع باشیم، وی این امر می تواند شروعی مفہومی یا تاثیرگذار گشته برای روز ما باشد. بنابراین بیشتر است در ابتدای صبح متنی الهام بخش، نقل قولی موزونه زده یا اینیل و دوستان را بخوانیم. وقتی روز خود ایمیلت شروع می کنیم نه تنها با خلق و خود ملاحت است در حالی که تماسی فیلم ترسناک با جشنی موجب ایجاد استرس روانی می شود.

یادداشت‌های روزانه تهیه گنید

با هار را روی میز کار صرف نکنید
سرتار شلوغ است؟ هرگز از استراحت وقت ناهار خود
مکنگردید و ناهار را با عجله ووی میز کار میل نکنید.
بدعم استراحت نه تنها بر سلامت دروان شما تأثیر خواهد
گذاشت، بلکه عدم تمدیر تمرکز هنگام صرف غذا ممکن است
شیرین زندگی به ما گمک می کند تا مشتبث تر فکر
کنیم، پس بینهای است هر شب به واقعیّه که در طول
محلقان به این نتیجه رسیده اند که افرادی که در پایان
هر روز واقعیّ و خاطرات خود را پایه داشتند می کنند
سیستم اینچن قوی تر و سطح استرس کمتری دارند
و آسیب‌های روحی در این افراد سریع تر از دیگران
می‌پیوید. علاوه بر این، فکر کردن به قایع خوب
و شیرین زندگی می باید. مگر که می کنند تا مشتبث تر فکر
کنیم، پس بینهای است هر شب به واقعیّه که در طول
محلقان شلوغ است؟ هرگز از استراحت وقت ناهار خود

ایرانی ادبیات دانشگاهی - دیرینه‌شناسی - فرهنگ‌شناسی - ادبیات اسلامی

ر اهنماي همشهد

دوشنبه ۱۷ دی ۱۳۹۷

۷۸

استخدام



سیار مسند پهانی صبح تیران

قبول آکهی تلفنی : ۰۳۵ / ۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

The logo consists of a red circle positioned above the letters "m7P".

شرکت بخش صهاری زین بارس

متصولات

پنبه ریز لطیفه گرجی اصالت
لمسه تحفه اروم آدا مانوچلا توب، تو

مزایا : گذراندن ۱۵ روز دوره آموزشی با حقوق حقوق پایه، پورسالست بیمه تامین اجتماعی و بیمه تکمیلی از روز اول	راننده کامیونت آقا با ضامن معتبر حداقل دیپلم محمود شهر تهران و استان البرز
--	---

مزایا :

راننده کامیونت آقا

۸۸۵۰۴۲۰۶
داخلى ۱۲۲

متخصصیان با در دست داشتن کپی شناسنامه
از ساعت ۸ الی ۱۵ به آدرس زیر مراجعه نمایند

خیابان بهشتی . بعد از چهارراه سهروردی
ساخته شده است .



شکت و خش، عقاب

Digitized by srujanika@gmail.com

- رانده**
با کامیوفت ایسوزو
ما همین داعن

متخصصان محترم می‌توانند با همراه داشتن کارت شناسایی و دو قطعه عکس در روزهای

لیکسپیه و چهارسینه به ادرس وزیر فراجه نهادید: فعن: ۴۷۲۶۰

سید حندان، خیابان خواجه عبدالله انصاری، بخش گوچه دوم، پلاک ۱۲

For more information about the study, please contact Dr. Michael J. Hwang at (310) 794-3000 or via email at mhwang@ucla.edu.

پیازمند پھامی صبح تران

قبول آکهی تلفنی : ۰۳۵ / ۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

استخدام ۲۸

دشنهه ۱۷ دی ۱۳۹۷	ر ا ه ن ل م ا ه م ش م ج د ر				
دعوته کاربهون دستیار دندانپزشکی پرستاری کاربری ایران ۶۶۴۰۳۵۷۷ - ۷۷۴۱۳۶۸۵ FF۱۲۷۱۱		کانون تبلیغاتی تعدادی توکید محووا حرفه ای بصورت تمام وقت واقع در شهرستان خارم است. ارسال نهوده آثار و رزومه: Ojanstudio@gmail.com ۰۴۶۹۸۱۹۵			
آگهی استخدام شرکت راهنامه همراه به کارشناس امور خدمات و مشاورهای فناوری نیازمند است. » بدان و نک « ۸۸۶۴۱۸۹۰ - ۹۱		یکشتر کت معتبر توییدی کارشناس سیستم های مدیریت آشنا با استانداردهای ISO ۹۰۰۱ دیاز مدد است. ارسال رزومه به: bkc.iso9001@gmail.com ۸۸۱۰۰۸۳ تعاس ۰۶۵۱۱۶۱۱۵			
» دعوته کارهای کارشناس برآورد هزینه و تهیه پروژه ای حداکثر لسانس میندیس مکانیک ساختمان و فناوری دارای حداقل ۵ سال سابقه کاری + سلطه کامل به زبان انگلیسی مسکونی دارو حداکثر لسانس دارای حداقل ۵ سال سابقه کار مفید و مرتبط با office HR.jazb2018@gmail.com		کارشناس حسابداری کارشناس ساخت کار سلطه به هنرمندان سیستم سکون داده هفته هر یار تعاس ۰۶۵۱۱۶۱۱۵			
مهندس مشاور به کارشناس طراح تمام وقت با پایه وقت در تهران نیازمند است.		کارشناس ارشد کارشناس ارشد مولکولی مسلط به زیست مولکولی جهت تحقیق تئاریخی در ساخت و پورسانت (تجهیزه محدوده ای) ۰۹۱۲۱۹۰۵۲۳۶			
مهندس مشاور به کارشناس طراح خطوط انتقال آب و فاضلاب - کارشناس طراح شبکه آبرسانی و توزیع آب و فاضلاب شهری - کارشناس طراح ایستگاه پمپاژ - کارشناس طراح فرآوری مرتبه آبرسانی - کارشناس طراح فرآوری مرتبط با لطفاً رزمه مرتبه به آدرس agahi1366@yahoo.com ارسال شود.		استخدام کارشناس خانم و آقا در زمینه درب و پنجره با حقوق ثابت / واحد تویید (تجهیزه محدوده ای) ۰۹۱۲۱۹۰۵۲۳۶			
دعاوت به همکاری از روسای شعب بازنشسته بانکی دعوته به عمل می آید.		کارشناس ارشد علوم زیستی اطلاعات بیشتر در سایت شرکت تکروز کلیدی همکاری در آغاز از کارشناس تقدیم دعوته به همکاری میباشد. ۰۹۱۲۲۸۵۹۷۳۴			
دعاوت به همکاری یک شرکت معتبر مدنی جهت تکمیل نیروی انسانی خوب برای فعالیت در معادن سیز وار به شرح ذیل دعوته به همکاری می نماید: <ul style="list-style-type: none"> ۱- کارشناس فرآوری مواد معدنی یا ۵ سال تجربه مرتبه (۱۱) فنر ۲- کارشناس آزمایشگاه شیمی با ۲ سال تجربه (۱۱) فنر از مناقصه ایجاد شرایطه خواهشمند است رزومه خود را به آدرس ایمیل ذیل ارسال مایند.		کارشناس تخصصی پیمانه زاره و کنترل کیفیت در حوزه صنعت فلز با سایه کار بازماند است تلن: ۰۹۷۸۹۱۵ - job_rp@yahoo.com ارسال رزمه به:			
دعاوت به همکاری از واجدین شرایط زیر دعوته به همکاری می نماید.		کارشناس فرآوری و تسبیحه ای در معرفه ای این همکاری میباشد. ۰۹۱۵۰۰۰۰۸۶			
دعاوت به همکاری مناقصه ایجاد شرایطه خواهشمند است رزومه خود را به آدرس ایمیل ذیل ارسال مایند.		کارشناس کارشناس در نظر دارد چهت تکمیل کار بسته مکاری تعدادی نیرو انسانی اثنا ترجیحاً غاره تصمیل مدruk کارشناسی از داشنگاه دولتی با مشخصات ذیل یا حداقل سه ۰۸ سال چند نماید.			
دعاوت به همکاری از واجدین شرایط زیر دعوته به همکاری می نماید.		۱- ریس خرد داخلی حداقل ۵ سال سابقه کار مرتبط ۲- ریس خرد خارجی حداقل ۵ سال سابقه کار مرتبط مسلط به زبان انگلیسی ۳- ترجیص کار حداکثر ۳ سال سایه کار مرتبه تویانی کار با سامانه EPL متقاضیان می توانند رزومه کاری خود را ذکر عنوان شغلی تا ده روز پس از درج آنها به آدرس الکترونیکی و یا شماره فاکس زیر ارسال نمایند.			
دعاوت به همکاری از واجدین شرایط زیر دعوته به همکاری می نماید.		دعاوت به همکاری راهنده پایه یک راهنده پایه دو با ۲ سال سابقه کار مفید و مرتبط حقوق ماهیانه + پورسانت + بیمه			
دعاوت به همکاری شرکت پخش عقاب از واجدین شرایط زیر دعوته به همکاری می نماید.		لبنیات پازن استخدام مینماید Pajan پازن چک و ضامن الزامی می باشد..... ۰۹۱۹۳۹۳۷۰۲۷ ۳۲۲ ۵۶۷۴۳۸۱۳ - ۱۶			
دعاوت به همکاری یک شرکت صنعتی و تولیدی معتبر وفعال در زمینه محصولات فولادی جهت تکمیل منابع انسانی خود دعوته به همکاری می نماید. واجدین شرایط می توانند ظرف مدت ۰ اروز از تاریخ درج آگهی رزومه خود را به همراه یک قطعه عکس از طریق ایمیل زیر به واحد منابع انسانی این شرکت ارسال نمایند.		دعاوت به همکاری HR_hamkari@yahoo.com			
دعاوت به همکاری تخصص و توانایی تحصیلات منوان شخص ردیف					
سابقه همراه	محل خدمات				
۱- سال	تهران / اصفهان	تسلط به امور منابع انسانی و فرآیندهای جذب / آموزش / ارزیابی عملکرد	کارشناسی ارشد و بالاتر	مدیر منابع انسانی	۱
۵ سال	تهران	تسلط به امور فروش و بازاریابی / تحقیق و مطالعه بازار / ظرفیت سنجی / تعیین بازار / تسلط نرم افزارهای مربوطه / آشنایی کامل به زبان انگلیسی	کارشناسی و بالاتر در مدیریت MBA بازرگانی / بازاریابی و فروش	رئيس / کارشناس بازاریابی و فروش	۲
۵ سال	تهران	تسلط کامل بر فرآیندهای تامین لجستیک از منابع داخل و خارجی / تسلط به نرم افزارهای مربوطه / تسلط به زبان انگلیسی	کارشناسی ارشد رشته مدیریت بازرگانی	کارشناس بازرگانی داخلی و خارجی	۳
۵ سال	تهران / اصفهان	تسلط به امور مالی و اقتصادی و حسابداری مدیریت	کارشناسی ارشد رشته های عالی / اقتصادی	مدیر مالی و اقتصادی	۴
۵ سال	تهران / اصفهان	تسلط به حسابداری صنعتی و نرم افزارهای مالی	کارشناسی ارشد رشته های مالی / حسابداری	رئيس حسابداری صنعتی	۵
۵ سال	تهران	تسلط به حسابداری صنعتی، کزارشات تحلیلی، تسلط به نرم افزارهای مالی و حسابداری مدیریت	کارشناسی ارشد رشته های مالی / حسابداری	رئيس حسابداری مدیریت	۶

سازمان دیجیتال میراث اسلامی

قبول آکهی تلفنی : ۰۲۰/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

پک شرکت معابر
با همکار آقا

با روابط عمومی، بالا

حذف مدرک کارشناسی

حداکثر ۲۰ سال

نیازمند است

۶۵۶۰۷۲۵۶

کارشناس فروش خام

جهت هرگز تولید بازاریان

حدوده بین ۱۰۰

۲۲۶۱۹۵۸۷

کارشناس فروش خام

جهت همکاری آها

وزیر امنیت، پاره

۴۶۶۰۷۲۵۷

کارشناس فروش خام

با سایه کار در فروش

تصویبات مرغوب از پست

با حداقت سه سال سایه

محرومیت (به)

حقوق ثابت پرسنل

عدهت به همکاری عکس

info@iranflavor.com

پک شرکت معابر

از علقمدن کارشناس فروش

(خاتم آقا)

عدوت به همکاری می تابد

۸۸۰۹۷۳۶۶

شرکت بازرگانی

به تعادل خاتم

جهت فروش بون بازاریان

در محدوده بین (بیک)

نیازمند است

۷۲۰۱۲۹۱

تماس

۴۹۰۱۶۰۱

شرکت معابر تویید

همهان واقع در شهر

متخصص عیسی آباد

کارکردان (آقا) بادرگردان

دارای کارتبایان خدمتکاری

ساقیکاری میکنند

۷۲۰۱۲۹۱

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۳

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۴

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۵

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۶

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۷

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۸

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۹

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۱

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۲

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۳

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۴

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۵

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۶

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۷

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۸

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۹

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۱

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۲

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۳

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۴

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۵

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۶

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۷

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۸

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۹

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۱

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۲

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۳

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۴

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۵

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۶

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۷

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۸

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۹

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۱

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۲

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۳

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۴

کارگر ساده آقا

دسته دار کارگر ساده

جهت کار در رستوران

و لادورهای میانی

۸۸۰۹۵۶۱۷۵

</

نیازمندی‌های صحی ترا

قبول آگهی تلفنی : ۰۳۵/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

راهنمای همشهری

دوشنبه ۱۷ دی ۱۳۹۷

استخدام

1

پیازمند پچامی صبح تران

قبول آنلاین تلفنی : ۰۳۵/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

شیاز مسند پهلوی صحیح تران

قبول آکهی تلفنی : ۰۲۰/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

پیازمند پچامی صبح تران

قبول آگهی تلفنی : ۰۳۵/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

نیازمندی‌های صحی تهران

قبول آگهی تلفنی : ۳۵/۸ صبح تا ۶ بعد از ظهر

