استخدام بازاریاب مبتدی
موادغذایی و شوینده
حقوق ۳/۰۰۰/۰۰۰+بیمه+ناهار
۰۹۰۱۰۸۹۳۸۰۷
ک/۹۹۰۴۶۷۹۸

به تعدادی بازاریاب مجرب
در زمینه مواد غذ ایی نیازمندیم
۳۶۷۷۹۸۰۶
۰۹۳۵۵۸۵۷۸۷۲
ک/۹۹۰۴۲۷۹۵

به یک مدیر فروش
باتجربه نیازمندیم
۰۹۱۵۲۵۷۷۷۲۶
ک/۹۹۰۴۷۰۴۳

یک شرکت پخش
مواد غذایی معتبر
نماینده محصولات تبرک، مینو، رعنا و صحت، آبمیوه و عرقیجات، قند، شکر و نبات،
تعدادی بازاریاب حضوری استخدام می کند
مزایا: حقوق قانون کار+ بیمه + پورسانت عالی
هزینه ایاب و ذهاب
۳۶۵۱۳۲۲۴
۰۹۳۰۳۱۹۲۵۱۰
م/۹۹۰۳۶۶۷۹

یک نفر بازاریاب آقا
حرفه ای و فعال
با مدرک کارشناسی و باسابقه کار دریک شرکت معتبر نیازمندیم
۰۹۱۵۵۰۶۰۰۲۷
ک/۹۹۰۴۶۸۸۵

بازاریاب حرفه ای و غیرحرفه ای
تمام وقت و نیمه وقت
حقوق ثابت ۳ میلیون +پورسانت
۰۹۳۷۹۲۶۸۲۹۵
ک/۹۹۰۴۶۸۶۳

ویزیتور خانم و آقا
جهت پخش انواع محصولات شانسی و مواد غذایی
همراه باحقوق ثابت
پورسانت- پاداش فروش
بیمه عمر.مراجعه حضوری
کلاهدوز ۲۰- پلاک ۵۱
۰۹۰۳۱۶۰۴۳۱۴
ک/۹۹۰۴۵۹۵۲

درآمد ماهانه ۵م قطعی آقا
ویزیتور موادغذایی
باهرسابقه کاری
لادن-ماتا-زشک-رانی
پرسیل- مولفیکس
۲/۵م ثابت+۱ الی ۱۰ درصد
پورسانت+پاداش فروش
بیمه تامین اجتماعی
۰۹۳۷۶۱۰۰۱۲۷
ب/۹۹۰۴۷۱۳۸

به یک بازاریاب خانم
مسلط به کامپیوتر و وب نیازمندیم
۰۹۱۵۲۰۰۶۱۳۱
ک/۹۹۰۴۳۱۹۶

به تعداد محدودی بازاریاب (خانم و آقا)
با حداقل حقوق ۴/۵۰۰ میلیون تومان نیازمندیم لطفا نام ونام خانوادگی سن محل تولد و محل کار سابق را به شماره ذیل پیامک بفرمایید
۱۰۰۰۱۰۰۰۱۱۲۲۱۱
ک/۹۹۰۴۶۹۴۲

به تعدادی بازاریاب
با پورسانت عالی برای درب های اتوماتیک نیازمندیم
۰۹۱۵۰۵۳۱۵۸۴
ک/۹۹۰۴۵۶۲۴

کارشناس فروش تلفنی وحضوری
خانم و آقا تحصیلات دیپلم به بالا
حقوق ۱/۲۰۰ م الی ۳/۱۸۰ م
+بیمه و پاداش
۰۹۳۸۲۲۲۲۰۳۸
ک/۹۹۰۴۵۴۷۳

حقوق ۵/۳۰۰/۰۰۰ تومان بدون قید شرط به تعداد زیادی بازاریاب مبتدی و حرفه ای سریعا نیازمندیم
۰۹۳۶۱۱۲۵۳۵۹-۳۸۴۷۴۲۹۹
م/۹۹۰۴۲۵۷۵

تحصیلدار و پیک موتوری

تعدادی پیک موتوری جهت جابه جایی مرسوله کوچک درآمد ۱۵۰ الی ۳۰۰ روزانه سریعا نیازمندیم
۰۹۳۶۷۱۹۱۳۶۵
ب/۹۹۰۳۸۸۶۲

به یک پیک موتوی
نیازمندیم۳۷۱۱۰۳۲۴
۰۹۱۵۳۱۱۱۷۶۴
ک/۹۹۰۴۶۵۲۱

ازعزیزانی که دارای موتور و گواهینامه موتور می باشند
دعوت به کار می شود
با شرایط حقوق ثابت
بین ۲/۵۰۰م تا ۳/۵۰۰ م
به همراه بیمه تامین اجتماعی
۰۹۹۲۱۵۶۹۶۰۰
ک/۹۹۰۴۶۰۸۱

پیک سراسری آشنا
به تعدادی موتور سوار تمام وقت و نیمه وقت با درآمد عالی نیازمندیم
۰۹۰۳۵۱۳۰۱۴۱
ک/۹۹۰۴۶۹۱۷

به چند پیک موتوری
نیازمندیم محدوده وکیل آباد
ابتدای هنرستان
۰۹۱۵۹۸۴۹۹۱۴
ک/۹۹۰۴۶۷۶۰

پیک موتوری پیتزا فروشی
محدوده سجاد با غذا
نیازمندیم
۰۹۱۵۵۱۰۷۰۶۴
ک/۹۹۰۴۶۸۶۵

تراشکار وجوشکار

آگهی استخدام
کارخانجات تولیدی شخمیران
جهت تکمیل کادر پرسنلی خود از افراد واجد شرایط دعوت به همکاری می نماید .جوشکار CO_2 کار آقا
۳۵۴۲۲۵۵۵
۳۵۴۲۲۴۴۴
ک/۹۹۰۴۷۲۵۶

استخدام یک واحد صنعتی
نیاز به نیروهای ذیل دارد :
۱- تراشکار ماهر (حداکثر سن ۳۵ سال)
۲- اپراتور تراش CNC (حداکثر سن ۳۵ سال)
۳- قالب ساز ماهر آشنا به قالب های فلزی
۳۵۴۱۱۷۰۱-۵
ک/۹۹۰۴۵۴۸۵

به یک تراشکار ماهر
نیازمندیم
۳۶۵۱۳۰۶۵
ک/۹۹۰۴۶۰۵۹

به یک نفر تراشکار ماهر
به کار ادوات کشاورزی
نیازمندیم
۰۹۱۵۳۲۴۱۲۶۷
ک/۹۹۰۴۷۰۹۹

به تعدادی کارگر جوشکار
اسکلت نیازمندیم.
حقوق و مزایا عالی
۰۹۳۸۹۲۳۳۴۱۱
ک/۹۹۰۴۷۲۲۶

تعمیرکار

به صافکار، نقاش ،سیم کش و دیاگ و جلوبندی سازی
نیازمندیم
۰۹۳۳۶۹۰۰۴۵۸
ک/۹۹۰۴۲۷۵۷

به مکانیک ماهر ونیمه ماهر
جهت تعمیرگاه ایسوزو نیازمندیم.
۰۹۱۵۲۰۰۱۳۹۷
ک/۹۹۰۴۶۲۲۳

جویای کار

جویای کار
مراقبت و نگهدای
از سالمند و بیمار
۰۹۹۱۵۹۱۸۷۴۷
ک/۹۹۰۴۶۵۹۶

پذیرش تلفنی آگهی ۳۷۰۱۰

حسابدار

حسابدار
آموزش عالی گام اندیشه
دوره جامع حسابداری
ویژه متقاضیان بازار کار
حضوری - آنلاین
ثبت / دفاتر/ حقوق و دستمزد
بیمه /مالیات/ نرم افزار
ارزش افزوده تنظیم اظهارنامه مالیاتی و صورت های مالی
آموزش جداگانه نرم افزارهای پایا-محک- رافع- سازه حساب صدگان- تدبیر و ایلیا...
گواهینامه هولگرام دار وزارت علوم و قابل ترجمه
معرفی جهت کاروری/سابقه کار
یک سال پشتیبانی رایگان
۳۸۴۵۵۰۵۱-۳
۰۹۰۱۴۲۹۶۱۰۶
۰۹۰۳۹۷۸۲۲۳۲
م/۹۹۰۲۳۳۵۵

استخدام آموزش
موسسه حسابداری وحسابرسی معتبر جهت پروژه های خود (شرکتها وکارخانجات معتبر)
به صورت نیمه وقت ،تمام وقت وپاره وقت ازمقاطع دیپلم تا لیسانس به عنوان حسابدار وکمک حسابدار همراه با کارگاه عملی حسابداری وشرایط قانون کار جذب نیرو مینماید.
این دوره کارگاهی شامل مباحث روز مالیاتی،حقوق ودستمزد،بیمه،صنعتی ونرم افزارهای روز بازار کار میباشد.
ضمنا افراد با رشته های غیر مرتبط مباحث حسابداری را از سطح پایه فرا خواهندگرفت،دوره کارگاهی فوق به صورت خصوصی و۳ نفره برگزار میگردد.
۳۸۴۰۲۰۶۷-۳۸۴۵۱۲۰۹
۳۸۴۱۰۲۰۸
ب/۹۹۰۳۵۹۳۴

موسسه آموزش عالی آسیا
(شماره ثبت۱۷۶۷)
برگزار می کند
دوره تخصصی حسابداری ویژه بازار کار (حسابداری مالی مقدماتی صنعتی- حسابدار و کمک حسابدار)
به صورت کاملا کاربردی و عملی به منظور آماده نمودن داوطلبین جهت استخدام در شرکتها و کارخانجات معتبر و برند
دوره تخصصی حسابداری پیشرفته (حسابداری مالیاتی)
حقوق دستمزد- نرم افزار مالی)
به صورت کاملا تخصصی ویژه باز کار جهت جلوگیری از جرائم مالیاتی
همراه با آموزش رایگان
نرم افزارهای بروز بازار کار از جمله پایا هلو محک رایسیس تدبیر الیا
همراه با ارائه گواهینامه مورد تایید از وزارت علوم تحقیقات و فناوری
آموزشهای حرفه ای ما زمینه ساز بکارگیری و استخدام شماست
راه ورود به بازار کار جهت کارخانجات و شرکتها با گذراندن آموزشهای تخصصی این موسسه می گذرد
احمدآباد، ابتدای رضا ۳ پلاک ۸۳
۳۸۴۴۴۳۹۷-۳۸۴۱۴۷۳۵
۰۹۳۷۹۴۰۰۴۸۰
ک/۹۸۰۵۳۵۰۴

آموزش عملی و کاربردی
ویژه بازار کار
جهت حسابدار و کمک حسابدار
۳۸۴۴۴۳۹۷-۳۸۴۱۴۷۳۵
ک/۹۸۰۵۳۴۸۸

حسابدار آقا مسلط به حسابداری صنعتی - ۱۰ سال سابقه ارسال رزومه job۲۶۸۷@gmail.com
ر/۹۹۰۴۶۶۷۲

کفش‌های خطرناک!
چرا نباید کفش پاشنه بلند پوشید؟

پوشیدن کفش پاشنه بلند یکی از عواملی است که می‌تواند تعادل فرد را برهم بزند. راه رفتن درست در انسان و سلامت سیستم حرکتی مستلزم هماهنگی مناسب و دقیقی است که بین اجزا، به خصوص عضلات، تاندون‌ها و استخوان‌های اندام تحتانی، لگن و ستون مهره وجود دارد.

بر اساس یک آمار در طول ۱۰ سال حدود ۱۲۰ هزار زن به دلیل استفاده از کفش‌های پاشنه بلند به اورژانس مراجعه کرده بودند.

حدود ۷ درصد این تعداد از آسیب‌های جدی رنج می‌برند و مجبور می‌شوند برای درمان به بیمارستان‌ها مراجعه کنند.

زنان بین ۲۰ تا ۲۹ سال دردها و آسیب‌های موقت زنان ۳۰ تا ۳۹ سال آسیب‌های جدی تر

نسبت به چندین دهه گذشته آسیب‌های مرتبط با کفش‌های پاشنه بلند تقریبا دو برابر شده است.

عوارض جدی پوشیدن کفش پاشنه بلند

عوارض استفاده در بلند مدت
- لوردوز کمر
- آسیب‌های لگنی
- زانو درد

گرفتگی و کشش عضلات
افزایش خطر پیچ خوردگی مچ پا

کمر درد
- با افزایش لوردوز کمر ناشی از پوشیدن کفش پاشنه بلند ، شکم به سمت جلو و باسن به سمت عقب می چرخد.
- دامنه حرکت لگن محدود می شود و تعادل آن به هم می خورد.

انحراف شست
- انحراف شست پا برای ۹۰ درصد زنان اتفاق می افتد.
- بیرون زدگی مفصل انگشت شست پا سبب بروز دردهای مزمن و مختلفی می شود.

آسیب به اعصاب پا
منشا درد سینه پا و بین انگشتان پا فشار مداوم به پا در اثر پوشیدن کفش‌های پاشنه بلند و تنگ است.

توصیه‌ها

- از پوشیدن کفش‌های پاشنه بلند به صورت مداوم اجتناب کنید.
- در هنگام به پا داشتن کفش‌های پاشنه بلند به پیاده‌روی نروید.
- از پوشیدن کفش‌های پاشنه باریک اجتناب کنید.
- برای پیشگیری از فرو رفتن ناخن در گوشت پا، کفش‌های نوک باریک و پاشنه بلند به پا نکنید.
- پاهای خود را در پایان روز در آب گرم به همراه مخلوط نمک قرار دهید.
- به طور مرتب ماهیچه‌های ساق پا را کشش دهید تا مانع از کوتاه شدن آن‌ها شوید.