

استخدام نیرو بازرگانی

همراه با بیمه و پورسانت، متعهد، پیگیر و فعال

محدوده قاسم آباد - تماس از ۱۹ الی ۱۶

۰۹۱۵۳۱۰۴۸۹۵

ب/۱۲۰۰۵۸۵۲۱

شرکت طلوع سبز

ایوان پارس

از علاقه مندان واجد شرایط در چند ردیف شغلی دعوت به همکاری می کند
منشی مدیر عامل ۲ نفر خانم
مزایا: حقوق ثابت + بیمه + پاداش
بازاریاب تلفنی خانم
مزایا: حقوق ثابت + پورسانت + بیمه + پاداش
بازاریاب حضوری خانم یا آقای
مزایا: حقوق ثابت + پورسانت + بیمه + پاداش
کارپرداز و نیروی خدماتی
ارسال رزومه
به شماره واتساپ
۰۹۱۵۵۵۹۹۷۵۸

ب/۱۴۰۰۵۸۴۷۷

کارمند اداری

استخدام ویژه فوری

یک شرکت فعال در زمینه خدمات صنعتی و بازرگانی به تعدادی نیروی خانم جهت همکاری در بخش دفتری با شرایط عالی دعوت به همکاری می نماید
حقوق ۴ میلیون تومان
امنیت شغلی بالا + بیمه
۰۵۱-۳۶۰۱۵۷۰۱-۵
۰۹۱۲۰۳۳۸۷۲۱

ب/۱۲۰۰۵۸۲۷۷

به تعدادی خانم مسلط

به زبان عربی جهت همکاری در شرکت هواپیمایی نیازمندیم
۰۹۰۵۵۴۱۰۴۹۸

ب/۱۲۰۰۵۷۶۷۸

آموزش گواهی اشتغال

فارغ التحصیلان روانشناسی و مشاوره پس از طی دوره های آموزشی و سوپرویزیونی و دریافت گواهینامه های علمی، مهارتی و توانمندی حرفه ای با قرارداد کتبی مشغول به فعالیت شوید و کسب درآمد کنید.
ارسال واژه سوپرویزن به
۱۰۰۰۴۳۶۰
۰۹۱۵۳۰۵۴۷۳۸

ب/۱۲۰۰۵۵۲۳۸

از آموزش تا اشتغال

فارغ التحصیلان

رشته های روانشناسی و مشاوره خانه علوم تربیتی و روانشناسی با همکاری خانه روانشناسان مشاوران و حرف یاوران جهت مشاوره رایگان و حضور در جلسات معارفه

ارسال واژه آموزش به

۱۰۰۰۴۳۶۰

۰۹۳۹۱۵۸۷۰۰۸

ب/۱۴۰۰۵۸۱۰۲

استخدام

کارشناس آزمایشگاه

شرکت کشت و صنعت نادر از یک خانم کارشناس یا کارشناس ارشد صنایع غذایی یا شیمی کاربردی مسلط به نرم افزارهای Office و حداقل یکسال سابقه کاری مرتبط دعوت به همکاری می نماید
تلفن تماس: ۳۷۲۹۷۲۹۱

ساعت تماس: ۸-۱۵

آدرس شرکت: بلوار قرنی

بین ۲۲ و ۲۴ - پلاک ۱۲۳۸

ب/۱۴۰۰۵۷۸۵۱

استخدام ۵ نفر

فروشنده آقا

جهت فروشگاه لوازم خانگی حقوق ۳/۵ تا ۱۵ میلیون + بیمه + ۲۶ روز مرخصی سالانه همراه با حقوق ساعات کاری:
۹ الی ۱۴ و ۱۷ الی ۲۱:۳۰
بزرگ بازار اطلس
۰۹۳۰۷۵۷۵۹۷۶

ب/۱۲۰۰۵۷۲۶۰

کارشناس و

کارشناس ارشد

حسام

صنعت شرق

کارشناس منابع انسانی سابقه کار مرتبط: حداقل ۳ سال سن: حداکثر ۳۵ سال آشنا به نرم افزارهای حضور و غیاب، مسلط به قوانین کار و تامین اجتماعی، آشنا به فرایندهای جذب و استخدام، مسلط به نرم افزار Office، حقوق توافقی + بیمه + سرویس
ارسال رزومه به
۰۹۱۵۰۸۰۹۰۲۱

یا

hru@hesamsanat.com

ب/۱۲۰۰۵۸۲۱۹

به چند فروشنده با تجربه

جهت کار در فروشگاه کفش اسپرت

نیازمندیم

۰۹۳۶۶۰۸۹۸۰۲

ب/۱۲۰۰۵۷۲۵۸

فروشنده موبایل حرفه ای خانم

یا آقای نیازمندیم

۰۹۱۵۲۲۱۱۹۵۱

محدوده قرنی - فوری

ب/۱۴۰۰۵۸۵۲۶

تولید و پخش

قربان زاده

به تعدادی فروشنده خانم و آقا

در زمینه پوشاک زنانه

نیازمندیم.

۰۹۱۵۵۰۴۸۴۳۴

۰۹۹۲۲۴۴۶۶۹۷

ب/۱۲۰۰۵۸۰۹۰

به یک خانم

آشنا به کامپیوتر فروشنده

در کالای دندانپزشکی

دو شیفت صبح و عصر

نیازمندیم. خیابان چمران

۰۹۱۵۱۱۰۹۰۰۹

ب/۱۲۰۰۵۸۳۲۱

همکار فروشنده در خیابان

امام رضا دوشیفت ۱۶ تا ۲۲

نیازمندیم ۰۹۲۱۵۲۰۴۸۲۰

ب/۱۴۰۰۵۷۶۸۳

به چند فروشنده آقا

در زمینه پوشاک مردانه نیازمندیم.

۰۹۹۳۰۹۶۱۲۷۲

۰۹۳۷۲۱۰۱۵۰۶

ب/۱۲۰۰۵۸۳۰۱

به چند نفر همکار خانم

با تجربه جهت کار اداری با حقوق

مکفی نیازمندیم.

۰۹۱۵۴۰۲۰۱۳۶

ب/۱۲۰۰۵۸۲۷۸

فروشنده جهت

شال و روسری نیازمندیم

احمدآباد-مجمع خورشید

۰۹۳۷۰۳۲۹۹۳۲

ب/۱۲۰۰۵۷۰۹۸

فروشنده خانم

جوان، متعهد و با روابط عمومی بالا

جهت کار در مانتو فروشی

در احمدآباد بصورت

تمام وقت و نیمه وقت

۰۹۳۸۵۱۳۰۶۰۸

ب/۱۴۰۰۵۷۵۶۸

به تعدادی فروشنده

جهت کار در پوشاک

با حقوق مکفی

نیازمندیم

(محدوده جنت)

۰۹۱۲۱۴۶۰۲۹۲

ب/۱۲۰۰۵۸۱۷۸



ترکیب گانچین موجود در چای سبز باعث تحریک اکسیداسیون چربیها میشود که به افزایش متابولیسم کمک می کند.

۳ چای سبز



مصرف روزانه فوکوز اتین موجود در جلبک دریایی می تواند به میزان قابل توجهی در کاهش وزن تاثیر گذار باشد.

۴ جلبک دریایی



مصرف روزانه نصف گریپ فروت تازه قبل از غذا در کاهش وزن، به اندازه چشمگیری تاثیر گذار است.

۲ گریپ فروت

پنج غذایی که به چربی سوزی کمک می کنند

مواد غذایی توصیه شده برای محدود کردن میزان کالری مصرفی



استیک

ماهی خال خالی

عدس

آووکادو

بدن نیاز به چربی دارد. چربیها از اندامها محافظت میکنند، آنها را گرم نگه میدارند، به رشد سلولها کمک میکنند و انرژی زیادی را برای مدت زمان طولانی ذخیره می کنند. اما چربی بیش از حد، برای بدن مضر است و میتواند منجر به مشکلات جدی مانند دیابت و بیماریهای قلبی عروقی شوند.



کپسایسین، که در فلفل های تند یافت می شود، می تواند به مبارزه با چربیها بپردازد و سبب کاهش وزن بشود.

۱ فلفل تند



مصرف دارچین در کنار رژیم غذایی با چربی بالا، می تواند به داشتن سطح مناسبی از چربی و قند کمک کند. پلی فنل موجود در دارچین به دلیل دارا بودن خواص ضد التهابی و آنتی اکسیدانی می تواند عوامل خطر را کاهش دهد.

۵ دارچین