

به یک نفر خانم طراح و الگوساز

پوشاک بچه گانه و زنانه
مجرب و حرفه ای و با سابقه

با مزایای عالی

نیاز مندیم.

۰۹۱۲۳۰۵۰۲۷۹

۰۱۴۰۱۹۲۹۲۲

تولیدی آدورا

جهت تکمیل کادر خود
به تعدادی خانم
سردوز کار و میاندوز کار
ماهر نیازمندیم

۰۹۱۵۵۱۱۸۴۳۷

۰۱۴۰۱۹۲۰۲۰

گروه تولیدی مهدی

تریکو بچه گانه
برشکار ماهر / یک نفر
سردوز کار ماهر خانم /
۵ نفر

میان دوز کار ماهر خانم /

یک نفر

محیط سالم + کار دائم +

حقوق عالی

محدوده بلوار دوم طبرسی
۰۹۳۸۲۷۰۲۰۵۴

۰۱۴۰۱۹۲۸۳۳

به تعدادی چرخکار

راسته دوز سجاد یقه دوز
به قیمت ۴ هزار تومان،
میاندوز کار خطی ۱۳۰ تومان،
زیگزاگ دوز خطی ۱۷۰ تومان
و بردست با حقوق ماهیانه

۳

میلیون تومان

نیاز مندیم.

محدوده ابتدای خیابان حر، امیرآباد

۰۹۳۹۳۰۸۵۳۵۱

۰۱۴۰۱۹۲۵۷۷

همکار خانم خیاط

به یک کار گاه بیرونبر
۴ تا ۵ پایه چرخ جهت دوخت پیراهن
مردانه نیازمندیم. (اجرت عالی)
۰۹۱۵۵۱۲۲۶۹۰

۰۱۴۰۱۹۵۲۹۱

نیازمندیم.

محدوده احمدآباد

۰۳۸۴۵۷۴۷۵

۰۱۴۰۱۹۵۲۹۱

استخدام نیروی خانم

(تولیدی لباسکار)

– سردوز کار

– راسته دوز

– الیک زن

– بردست

– بسته بند و اتوکار

– خانم جهت آموزش پذیرفته

میشود

(محیط کاملاً زنانه)

سرویس رفت و برگشت + بیمه

۰۹۳۵۴۰۸۰۷۵۱

۰۹۱۵۵۸۲۸۵۹۸

۰۱۴۰۱۹۰۵۱۳

خوداشتغالی

شغل مناسب با کمترین هزینه

دوره سیستم های حفاظتی
(دزدگیر، دوربین مدار بسته،
اعلام حریق، آیفون تصویری،
درهای برقی) دوره های برق
ساختن و برق صنعتی،
PLC دوره تعمیرات تخصصی
موبایل و تبلت بصورت کاملاً
کاربردی (لازمه اخذ جواز
کسب)، تعمیرات لوازم خانگی
برقی، دوره مونتاژ کامپیوتر و
تعمیرات سخت افزار،
دوره های IC DL، اتوکرد،
فتوشاپ و ... برنامه نویسی،
طراحی سایت دوره های
کاربردی حسابداری +
نرم افزار – مهارت های دیپلم
ویژه بازماندگان از تحصیل

آموزشگاه شهریار

با گواهینامه فنی و حرفه ای

۳۷۲۸۵۶۶۲

خیابان مطهری جنوبی، نبش ۱۳

۰۹۳۳۵۹۴۸۴۸۴

۰۱۴۰۱۹۲۱۱۲

خیاط و چرخکار

به یک نفر برشکار خانم

و بردست نیازمندیم. محدوده مصلی

۰۹۳۵۲۲۳۲۱۹

۰۱۴۰۱۹۵۲۸۴

یک شرکت معتبر بازرگانی

جهت تکمیل کادر خود
اقدام به جذب نیروی
خدمات و تشریفات
به شرح ذیل می نماید.

خواهشمند است متقاضیان

محترم جهت تعیین وقت

مصاحبه با شماره

۳۸۹۲۰۲۰۰

تماس حاصل نمایند.

شرایط احراز:

– ظاهری آراسته

و خوش برخورد

– مسئولیت پذیر

– امین و امانتدار

– جنسیت: آقا / خانم

– حداکثر سن: ۳۵ سال

سابقه کار: دارای حداقل

۲ سال سابقه کار مرتبط

۰۱۴۰۱۹۲۷۰۲



به یک نفر نیروی کمک حسابدار خانم

جهت کار در یک شرکت معتبر
پخش میوه و میوه جات
نیازمندیم.

۰۹۱۵۷۰۵۵۱۶۰

۰۱۴۰۱۹۵۰۵۵

خدمتگذار و آبدارچی

یک شرکت تولیدی و بازرگانی معتبر

نیروی خدماتی و نظافتی خانم
منظم و دارای روحیه همکاری
محدوده سنی ۳۰ الی ۴۰ سال
مسلط به امور نظافت و آبدارخانه و
آداب پذیرایی ترجیحاً ساکن
محدوده شرکت ساعت
کاری: ۸:۳۰ الی ۱۷:۱۵ و
پنجشنبه ها تا ساعت ۲
آدرس: پیامبر اعظم ۷۹
۰۹۱۵۷۸۵۵۴۲۷

۰۱۴۰۱۹۴۸۱۳

آبدارچی آقا

با ظاهری آراسته ترجیحاً
تحصیل کرده جهت کار در
فروشگاه کاشی و سرامیک
نیازمندیم ساعت کاری ۸/۳۰
الی ۱۷ حقوق قانون کار + بیمه
۰۹۱۰۵۶۵۳۰۰۵

۰۱۴۰۱۹۵۵۸۳

به نیروی خانم

جهت نظافت منزل شبانه روزی
با جای خواب نیازمندیم.

۰۹۱۲۰۲۵۶۳۱۹

۰۱۴۰۱۹۲۵۳۹

مرکز خدماتی پارس

به یک خانم آشنا به امور
حسابداری نیازمند است.

۳۷۶۸۱۹۰۰

۰۱۴۰۱۹۳۹۳۰

استخدام حسابدار

به دو نفر نیروی خانم حسابدار
جهت کار در یک شرکت معتبر
نیازمندیم. ارسال رزومه
در واتساپ یا پیامک به شماره
۰۹۱۵۱۲۲۹۳۶۲

۰۱۴۰۱۹۴۶۹۸

به یک حسابدار با تجربه

برای کار در شرکت ساختمانی
نیازمندیم ساعت کار ۷:۳۰ تا ۱۵
لطفاً مراجعه حضوری
بین ساعت ۱۱ الی ۱۴
آدرس مراجعه: انتهای امامت ۷،
ساختمان استقلال پلاک ۴
۰۹۳۵۴۳۸۵۴۰۱

۰۱۴۰۱۹۲۵۸۹

یک شرکت معتبر صنعتی

به یک حسابدار خانم با سابقه
کار نیازمند است.
ارسال رزومه:

۰۹۱۵۱۵۱۱۶۲۶

۰۱۴۰۱۹۲۲۷۸



حسابدار کمک حسابدار

ویژه متقاضیان بازار کار
دوره جامع حسابداری
ثبت/دفاتر/حقوق و دستمزد
بیمه/مالیات/نرم افزار
پایا/محک/تدبیر/ایلیا
/هلو و...

گواهینامه معتبر مورد تایید

وزارت علوم و قابل ترجمه

معرفی جهت کارورزی

کار – سابقه کار

(با همکاری کاربایی)

آموزش عالی آزاد کام اندیشه

۳۸۴۵۵۰۵۱-۳

۰۱۴۰۱۹۱۹۳۰

حسابدار همراه با آموزش

از مقاطع دیپلم تا فوق لیسانس به
عنوان حسابدار و کمک حسابدار نیمه
وقت، تمام وقت، پاره وقت با شرایط
قانون کار و پشتیبانی در حین کار جهت
پروژه های شرکت حسابداری
(با همکاری دفاتر کاربایی)
(شرکتها و کارخانجات معتبر)
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
و ۴ نفره برگزار میشود.

۳۸۴۰۲۰۶۷-۳۸۴۵۱۲۰۹

۰۱۴۰۱۹۲۶۳۳

به یک نیروی حسابدار

با سابقه کار در محدوده رباط طرق
نیازمندیم.

۰۹۱۵۰۸۵۶۱۶

۰۱۴۰۱۹۲۵۲۲

هفت درمان طبیعی برای انزوا و تنهایی

گوشه گیری اجتماعی و تنهایی، یکی از رکن های اساسی برای ورود به دوران افسردگی به شمار می رود. تنهایی سبب افزایش سطح هورمون های استرس و فشار خون می شود که برای قلب مضر است.

ویژگی های انزوا

اضطراب و نگرانی مداوم

دوری از روابط اجتماعی

اعتماد به نفس پایین

عدم بروز احساسات

ترس از تمسخر
و نادیده گرفتن حقوق

استفاده از رسانه های اجتماعی را کاهش دهید

افرادی که بیشتر از دو ساعت از رسانه های اجتماعی استفاده
می کنند، خطر ابتلا به افسردگی و احساس تنهایی در آن ها
دو برابر بیشتر است.

از تماشای تلویزیون اجتناب کنید

تماشای زیاد تلویزیون می تواند در نهایت متجر
به انزوا و تنهایی فرد شود.

بیش از حد کار نکنید

هرچه زمان کار بیشتر، خستگی نیز به همان میزان
افزایش می یابد و احساس تنهایی نیز در فرد پر
رنگتر می شود.

حیوان خانگی

حیوانات خانگی می توانند به کاهش تنش و بهبود
احساسات صاحبان خود کمک فراوانی کنند.

فضای زندگی خود را به اشتراک گذارید

در افرادی که تنها زندگی می کنند خطر خودکشی،
افزایش می یابد.

زمان بیشتری را در خارج از خانه بگذرانید

قرار گرفتن در معرض نور خورشید، هوای تازه و
طبیعت به بهبود حالتی مانند افسردگی و دلهره
کمک فراوانی می کند.

با یک دوست و یا اعضای خانوادگی (به شیوه غیر دیجیتالی) تماس بگیرید

فضای زندگی خود را به اشتراک بگذارید.
در افرادی که تنها زندگی می کنند خطر خودکشی،
افزایش می یابد.

