

# مراقبت از زخم پای دیابتی



مکرا جوراب  
خود را  
تعویض کنید



کفش های  
مناسب  
پا بپوشید



پای خود را با  
مرطوب کننده ها  
نرم کنید



ناخن های  
پا را به اندازه  
کوتاه کنید



مهم ترین  
عامل کنترل  
قند خون

## آداب سلامت پا



پاهای خود را از  
سرما و گرما  
محافظت کنید



برای مدت  
طولانی  
یکجا ننشینید



موقع نشستن  
پاهای خود را  
روی هم قرار ندهید



موقع نشستن  
پاهارا کنار  
هم قرار دهید

## چه موقع باید با پزشک خود ملاقات کنید؟



اگر زخم یا تاول  
جدیدی روی  
پا مشاهده کردید



اگر آسیب جدی  
و مهمی به پا وارد  
شده باشد



اگر هنگام  
راه رفتن  
دچار مشکل  
می شوید



برای برداشتن  
میخچه های پا  
با پزشک  
مشورت کنید



### مدرک موقت تحصیلی

ایتجناب محمد سعیدی درختی  
فرزند محمد تقی به کدملی  
۱۲۸۸۹۸۲۶۶۶ در مقطع  
کارشناسی رشته مدیریت  
صنعتی دانشگاه آزاد اسلامی  
واحد مشهد با شماره  
۱۳۹۸/۰۶/۱۱۵۸۳۸۳  
مفقود گردیده و فاقد اعتبار  
میشود. از یابنده تقاضا می شود  
اصل مدرک را به دانشگاه آزاد  
واحد مشهد یا به آدرس  
احمدآباد ابوذر غفاری  
۱۰ پلاک ۱۶۳۰ سال نمایند  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

کارت کار ایتجناب هادی یوسفی  
فرزند محمد ش اختصاصی  
۱۶۳۰۶۸۶/۱۶۹۷۰ مفقود شده و  
فاقد اعتبار است  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### آگهی مفقودی

مدرک تحصیلی ایتجناب  
مینا جندقی به شماره  
شناسنامه ۶۱۱۴ صادره از  
مشهد در مقطع کارشناسی  
رشته مدیریت بازرگانی صادره  
از واحد نیشابور مفقود  
گردیده است از یابنده تقاضا  
می شود اصل مدرک را به  
دانشگاه آزاد اسلامی نیشابور  
واقع در بلوار پژوهش  
ارسال نماید  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

اصل مدرک دانشگاهی  
ایتجناب غزالی وکیلان زند  
به شماره ملی ۹۲۲۱۱۷۱۳۶  
در مقطع کارشناسی رشته معماری  
دانشگاه خيام مفقود گردیده  
از یابنده تقاضا می شود مدرک  
فوق را به دانشگاه خيام واقع  
در فلاحی یک تحویل نماید.  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### متمایزو شناخته شوید

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### نجار و ام دی اف کار

به یک برشکار دستگاه کات  
و دستی و یک نوار کار جهت کار در  
خدمات ام دی اف نیازمندیم  
۰۹۰۳۴۳۴۵۱۲۸  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### به تعدادی نیروی

ماهر و نیمه ماهر  
درز میله نصب  
ام دی اف و برشکاری  
نیازمندیم  
۰۹۰۱۶۰۶۶۵۱۵  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### به یک شاگرد نوجوان

جهت MDF نیازمندیم.  
۰۹۱۵۹۱۲۸۲۵۵  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### مشاغل گوناگون

به یک شاگرد نوجوان  
جهت MDF نیازمندیم.  
۰۹۱۵۹۱۲۸۲۵۵  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### مهندس مکانیک

آشنا به جوشکاری  
و نرم افزارهای طراحی  
حداکثر سن ۳۰ سال  
محدوده سکونت کوشش سیدی  
مبارک ۱۷ شهرریور  
۰۹۱۵۷۶۰۹۱۰۱  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### به یک پروانه اشتغال نظارت

عمران پایه ۲  
جهت آرمایشگاه نیازمندیم.  
۰۹۱۵۳۰۳۰۲۹۷  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### مهندس کشاورزی جهت اخذ

گردد بدون عضویت در هیات مدیره  
ترجیحا بازنشسته  
۰۹۱۵۱۵۹۷۵۱۹  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### دعوت از مهندسین

عمران، معماری  
و تاسیسات برق و مکانیک  
جهت رتبه بندی مشاور  
نیازمندیم  
۰۹۱۵۸۸۳۳۷۳۲  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### دعوت به همکاری

مدیر فنی شرکت تهویه مطبوع  
۱- تحصیلات مکانیک سیالات  
حداقل لیسانس  
۲- دارای حداقل سه سال  
سابقه کار مرتبط  
۳- مسلط به نرم افزار  
اتوکد-کریتر-ریوریت  
۴- مسلط به طراحی و محاسبات  
و اجرای تاسیسات تهویه مطبوع  
۵- مسلط به دستگاه  
مطبوع VRF و چیلر  
با حقوق و مزایای عالی  
شماره تماس و واتساپ  
۰۹۱۵۲۰۰۷۷۳۶  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### گمشده

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### منشی و تایپیست

به دونفر خانم و آقا  
با روابط عمومی بالا  
و مسلط به کامپیوتر در  
دوشیفت مختلف نیازمندیم.  
شیفت صبح ۸:۳۰ الی ۱۷  
شیفت عصر ۱۵ الی ۲۰:۳۰  
۰۹۱۵۵۱۲۹۹۴۸  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### مهندس

مدرک عمران، معماری  
مکانیک، برق، زمین، معدن و شیمی  
با حداقل ۳۰ سال سابقه نیازمندیم  
۰۹۱۵۱۸۳۲۲۱۴  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### به پروانه پایه ۳ و ۲ اجرا

جهت عضویت در شرکت مجری  
نیازمندیم.  
۰۹۱۵۶۲۰۳۶۵۷  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### مهندس مکانیک

آشنا به جوشکاری  
و نرم افزارهای طراحی  
حداکثر سن ۳۰ سال  
محدوده سکونت کوشش سیدی  
مبارک ۱۷ شهرریور  
۰۹۱۵۷۶۰۹۱۰۱  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### به یک پروانه اشتغال نظارت

عمران پایه ۲  
جهت آرمایشگاه نیازمندیم.  
۰۹۱۵۳۰۳۰۲۹۷  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### مهندس کشاورزی جهت اخذ

گردد بدون عضویت در هیات مدیره  
ترجیحا بازنشسته  
۰۹۱۵۱۵۹۷۵۱۹  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### دعوت از مهندسین

عمران، معماری  
و تاسیسات برق و مکانیک  
جهت رتبه بندی مشاور  
نیازمندیم  
۰۹۱۵۸۸۳۳۷۳۲  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### دعوت به همکاری

مدیر فنی شرکت تهویه مطبوع  
۱- تحصیلات مکانیک سیالات  
حداقل لیسانس  
۲- دارای حداقل سه سال  
سابقه کار مرتبط  
۳- مسلط به نرم افزار  
اتوکد-کریتر-ریوریت  
۴- مسلط به طراحی و محاسبات  
و اجرای تاسیسات تهویه مطبوع  
۵- مسلط به دستگاه  
مطبوع VRF و چیلر  
با حقوق و مزایای عالی  
شماره تماس و واتساپ  
۰۹۱۵۲۰۰۷۷۳۶  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### گمشده

پروانه اشتغال به کار مهندسی  
ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱

### پروانه اشتغال به کار مهندسی

ایتجناب احسان امینی  
با کدملی ۹۴۲۵۲۱۶۳۳ در رشته  
مهندسی عمران - عمران به شماره  
پروانه ۰۱۹۳۰۰۰۷۰۴۸ و شماره  
عضویت ۰۹۶۲۲۰۹۳۰۰ به تاریخ  
محدود ۹۳/۱۲/۳۰ مفقود گردیده و  
فاقد اعتبار می باشد  
۱۴۰۲/۱۲/۲۱