

### منشی و تایپست

**نیازمند منشی خانم**  
۱۰ میلیون بابت ۸ ساعت  
در بلوار سجاد - با امنیت شغلی  
در فضای لوکس مختص بانوان  
رزومه و اتس آپ یا تلگرام گردد  
پاسخگوی تماس تلفن نمی باشیم  
۰۹۱۵۱۱۰۰۱۴۹  
۰۲۱۸۸۷۶۷

### مهندس

### نجار و ام دی اف کار

به تعدادی کارگر  
پلی استر کار مبل  
ماهر و نیمه ماهر و  
خیاط مبل نیازمندیم.  
۰۹۳۸۹۰۴۲۵۲۴  
۰۲۱۸۸۸۱۱

### مشاغل گوناگون

یک شرکت معتبر راهسازی  
به دو نفر نیروی کار با شرایط  
ذیل نیازمند است:  
۱-مهندس عمران یا نقشه  
بردار با حداقل ۳ سال سابقه  
بیمه مرتبط با تسلط کامل به  
دوربین توتال یا وسیله نقلیه  
۲- یک نفر کارپرداز جهت  
انجام امور اداری با حداقل  
۳ سال سابقه بیمه مرتبط  
با وسیله نقلیه  
تماس: اپناوتلگرام شرکت  
۰۹۰۱۸۱۹۱۸۹۹  
۰۲۱۸۸۷۳۳

**یک شرکت معتبر از علاقمندان**  
به دکوراسیون داخلی  
دعوت به همکاری می نماید  
۱- واحد سفارشات خانم  
۲ نفر  
۲- واحد فروش تلفنی خانم  
۲ نفر  
۳- واحد فروش حضوری خانم  
۳ نفر  
۴- واحد حسابداری خانم  
۱ نفر  
(حقوق بین ۱۰ الی ۱۲ م تومان)  
۰۹۱۵۲۰۲۸۳۵۳  
ارسال رزومه

**کارشناس و کاردان**  
عمران، معماری زمین، مکانیک و برق  
با ۳ سال سابقه بیمه جهت رتبه  
توسیه نقد، بالاترین قیمت  
۰۹۱۵۴۴۱۷۰۶۰  
۳۶۰۲۲۱۱۳-۵  
۰۲۱۸۸۷۳۳

**www.37010.ir**  
صرفه جویی در زمان

### \* مترجم زبان انگلیسی

**\* طراح گرافیک**  
در آژانس دیجیتال مارکتینگ  
وب بیگ  
ترجمه مقاله  
زبان انگلیسی به فارسی  
کار با فتوشاپ و ایلاستریاتور  
آشنایی با پریمیر و افترافکت  
دارای امتیاز است.  
ارسال رزومه به تلگرام  
یا واتساپ شماره:  
۰۹۳۳۵۵۵۸۰۸۴  
۰۲۱۸۸۳۳۳

یک شرکت  
حمل و نقل بین المللی  
جهت به یک نیروی  
آقا آشنا به امور فنی  
خودرو و ترجیحا  
دارای گواهینامه پایه ۱  
جهت استخدام در  
واحد پشتیبانی فنی  
و ۱ نیروی خنم آشنا  
به امور اداری و حمل  
و نقل بین المللی  
نیازمند می باشد.  
متقاضیان با شماره  
۰۹۱۳۰۲۱۰۷۴۱  
۰۲۱۸۸۳۳۳

**ایمنی ضامن سلامت است**

**شرکت ایزوگام نقره ای شرق**  
صادر کننده نمونه ملی ۱۴۰۰  
دعوت به همکاری می نماید

۱- کارشناس حسابداری  
(ترجیحا آشنا به امور مالیاتی)  
۲- کارشناس فروش  
۳- لیسانس شیمی  
۴- مدیر تولید  
(با سابقه کار در ایزوگام)  
ارسال رزومه  
تلگرام: ۰۹۳۳۶۹۱۴۲۲۷  
۰۲۱۸۸۳۳۳

گوناگون

چاپ و تبلیغات

گمشده

خدمات چاپ و تبلیغات

کارت کار بنام بهمن احمد جمشیدی  
فرزند کریم داد - شغل شایعات  
کد اختصاصی ۱۹۰۴۲۷۴۹۰۲۸۸  
مفقود شده و فاقد اعتبار است  
۰۲۱۸۸۲۶۶  
۰۲۱۸۸۳۳۳

پخش تراکت  
در تمام نقاط مشهد  
بصورت حرفه ای و تضمینی  
۰۹۲۱۵۲۶۴۱۰۱  
۰۲۱۸۸۳۳۳

**ایمنی ضامن سلامت است**

### استخدام



به تعدادی کارگر ساده آقا  
و ۲ نفر راننده دارای خودرو و نیازمندیم.

کار در کارخانه  
تولید صفحات ام دی اف کابینت

حقوق و مزایا طبق قانون کار  
بیمه از روز اول

سرویس رفت و برگشت

ساعت کاری ۷ صبح الی ۲:۳۰  
و ۲:۳۰ الی ۶ عصر اضافه کاری

آدرس: شهرک صنعتی کلات، انتهای فاز ۴ کارگاهی  
روبروی شرکت برق صفحات کابینت هخامنش

شماره تماس: ۰۹۱۵۴۲۳۴۶۰۳

ساعت تماس ۸ الی ۱۳ و ۱۵ الی ۱۸

بازار خودرو

کارت کار بنام اسماعیل رحیمی فرزند  
محمدحسین شغل کارگر ساختمان  
کد اختصاصی ۱۲۴۰۷۶۳۶۶۰۲۱  
مفقود شده و فاقد اعتبار است  
۰۲۱۸۸۱۲۶  
۰۲۱۸۸۳۳۳

کارت کار بنام محمد حسین زاده  
فرزند حسین شغل خیاطی  
کد اختصاصی ۱۹۴۰۲۹۸۸۳۰۷۲  
مفقود شده و فاقد اعتبار است  
۰۲۱۸۸۳۳۳

فرسوده و تصادفی

پروانه تاکسیرانی اینجاب  
زهره واضی به شماره ملی  
۰۹۴۶۳۶۸۹۹  
مفقود گردیده  
و از درجه اعتبار ساقط می باشد.  
۰۲۱۸۸۳۳۳

بهترین خریدار  
خودروی فرسوده و تصادفی  
حمل رایگان - نقدا در محل شما  
۰۹۱۵۹۲۵۹۵۹۹  
۰۲۱۸۸۳۳۳

**خانه شکوفه های بهشتی**  
نگهداری ایتام  
۳۸۶۷۶۳۱۰  
۰۲۱۸۸۳۳۳

## مزایای مدیریت زمان



## «مدیریت زمان»

فرایند نظم بخشیدن و برنامه ریزی برای تعیین چگونگی تقسیم زمان به منظور انجام فعالیت های خاص است. مدیریت درست زمان به شما اجازه می دهد هوشمندانه تر کار کنید و نه سخت تر! بنابراین می توانید کارهای بیشتری را در زمان کمتری به پایان برسانید؛ حتی زمانی که وقت شما تنگ و فشار کار بالاست. اگر نتوانید زمان تان را به خوبی مدیریت کنید کارایی شما کاهش می یابد و دچار استرس می شوید.

