

قالیشویی بازوبندی
تمام اتوماتیک
۳۶۱۱۰۵۰۲
۳۳۶۶۹۷۴۶
۳۲۷۹۰۶۰۱
۳۶۵۸۵۷۰۰
۰۹۰۱۴۱۲۷۷۰۰

قالیشویی آوا
شستشو اسلامی با ضمانت بیمه
شستشو میل و موکت در محل
سرویس دهی به همه نقاط شهر

۳۸۵۴۶۷۹۸
۳۲۲۲۴۳۱۶
۳۳۶۸۱۸۹۸
۳۲۱۲۱۱۲۲
۳۷۲۴۱۹۳۳
۳۲۱۲۴۴۷۷
۳۸۷۱۶۰۰۱
۳۶۰۷۳۸۰۸
۳۶۰۹۹۰۳۰
۳۸۴۱۴۹۵۲
۳۲۷۹۴۱۲۸
۳۷۵۹۷۰۳۰

قالیشویی اطلس
با ۳۰ سال سابقه کار
تضمین کیفیت
با کادری متخصص
صنادر صد اسلامی
و سرویس رایگان
۳۳۶۸۲۸۰۲
۳۸۸۳۳۶۰۵
۳۸۵۱۸۰۷۲
۳۲۵۶۸۳۲۶-۷

قالیشویی کیمیا
شستشو ۱۰۰٪ اسلامی
با کادر متخصص و ضمانت

۳۶۰۶۰۵۰۶
۳۶۰۶۰۷۰۶
۳۸۵۴۷۵۷۷
۳۸۵۵۲۵۰۷
۳۳۶۹۵۰۸۱

مدیریت: بی نیاز
سرویس رایگان

قالی شویی و مبلی شویی ایران زمین
شستشو با دستگاههای اتومات
بدون چروک ۱۰۰٪ اسلامی

۳۶۹۱۲۰۲۳
۳۶۲۳۹۵۵۵
۳۶۰۲۳۵۸۲
۳۷۶۰۶۷۲۰
۳۸۹۳۰۳۱۲
۳۳۴۹۲۸۹۰
۳۵۰۹۹۷۴۳

سرویس رایگان و بدون تعطیلی

قالی شویی ابریشم خراسان

۳۲۷۳۸۶۵۰
۳۷۲۹۸۲۸۷
۳۶۰۷۹۷۷۸
۳۶۶۱۹۹۷۸
۳۸۶۴۳۷۳۰
۳۶۰۵۳۰۹۵

قالی شویی تهران
۳۶۰۴۷۵۷۶
۳۸۴۵۳۸۸۷
۳۲۲۴۳۲۳۹
۰۹۱۵۷۰۰۷۴۱۰

قالی شویی مدرن با ضمانت
رنگ ندادن و پاره نشدن
به روش کاملا اسلامی
(سرویس رایگان)

قالیشویی سینا
شستشو ۱۰۰٪ اسلامی
تضمین کیفیت
با کادر متخصص

۳۸۵۲۱۵۱۴
۳۷۲۵۷۷۰۹
۳۶۰۷۰۶۳۳
۳۳۶۵۸۲۵۷

سرویس رایگان

قالی شویی لعل خراسان
شستشوی کاملا اسلامی
سرویس دهی
تمام نقاط شهر

۳۲۷۳۶۶۰۵
۳۲۷۱۰۳۶۹
۳۲۷۲۴۳۵۸
۳۷۳۳۸۱۴۹
۳۸۴۷۶۵۱۱-۱۲
۰۹۱۵۰۰۵۸۴۰۹
۰۹۳۶۳۳۷۰۷۱۲

حتی روزهای تعطیل

قالیشویی تاز
شستشو ۱۰۰٪
به روش اسلامی با سرویس
در تمام نقاط شهر

۳۸۸۲۹۲۰۰-۳۷۲۵۵۴۵۴
۳۸۴۷۱۵۸۴-۳۲۷۱۵۳۷۴
۳۲۱۳۸۹۲۰-۳۶۵۸۶۳۰۹
۳۳۷۱۲۰۹۰-۳۳۴۴۳۲۸

قالیشویی غزال
عضو درجه یک اتحادیه
رفوگری
شستشو با اصول مذهبی
تحت پوشش بیمه ایران

۳۶۲۲۲۲۲۳
۳۵۲۵۳۶۲۰
۳۳۶۶۱۱۱۵
۳۳۶۷۰۹۷۶
۳۷۲۸۶۰۵۰
۰۹۱۵۳۲۱۲۰۳۴

مدیریت: روحبخش

قالیشویی سعدی
می بره
می شوره میاره
سرویس دهی
در تمام نقاط شهر

۰۹۱۵۰۵۰۴۵۵۰
۳۲۸۰۷۰۰۱
۳۲۸۰۷۰۰۲
۰۹۱۵۸۲۹۶۰۰۲

قالی شویی اطمینان
نامی آشنا و مطمئن
۳۳۸۷۲۲۵۹-۶۲
۳۳۸۵۰۰۱۴
۳۲۲۱۶۴۳۱
۳۸۸۲۷۸۶۶
۳۲۶۷۳۲۳۷
۰۹۱۵۱۱۳۰۴۷۰

قالیشویی ممتاز ایران
سرویس دهی
در تمام نقاط شهر

۳۸۷۰۵۳۴۷
۳۳۸۵۱۲۳۵
۳۲۷۰۱۳۱۳
۳۲۴۲۶۶۳۵
۳۵۰۹۰۷۶۳
۳۸۳۳۱۲۲۱
۳۶۰۳۹۶۹۰-۱
۳۷۳۱۲۳۲۳
حتی ایام تعطیل
۰۹۱۵۵۰۰۴۶۹۳
۰۹۰۲۵۰۰۴۶۹۳-۴

کاهش استرس با چند گیاه

این گیاهان می توانند از شما در مقابل اثرات منفی استرس محافظت کنند؛ علاوه بر این دارای خواص بسیاری برای سلامتی بدن هستند.

رودیولا



برطرف کننده خستگی
ذهنی و جسمی ناشی از
استرس، تاثیرات ضد پیری،
حفاظت از اعصاب

ریشه شیرین بیان



افزایش انرژی و مقاومت
بدن، تقویت سیستم ایمنی
در برابر استرس

ریشه گون



بی اثر کردن کورتیزول یا
همان هورمون استرس

جینسینگ هندی



بهبود سیستم ایمنی و
کاهش اضطراب و هورمون
کورتیزول

ریحان



مبارزه با استرس و خستگی
مزمن، بهبود سیستم
ایمنی و تنظیم قند خون

جینسینگ آسیایی



کاهش استرس، درمان
ناتوانی، سستی و سایر
علائم ناشی از فرسودگی و
افزایش سن

سایر راه های مقابله با استرس:

فعال بودن
حفظ ارتباطات اجتماعی

رژیم غذایی مناسب
استراحت کافی