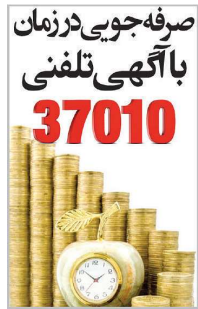




اجرسفال مصالح سیمان
با قیمت مناسب
۰۹۱۰۵۵۱۴۴۹
ش/۱۴۰۳۱۸۱۵۲



صرفه جویی در زمان
با آگهی تلفنی
37010

آهن آلات و ضایعات

ضایعات قاینی
خرید انواع ضایعات آهن، مس، آلومینیوم، برنج کابینت و پنجره، ریز ادیاتور شوفاز و خرده ریز انباری به بالاترین قیمت تخریب ساختمان پذیرفته می شود
۰۹۱۵۹۰۲۰۹۰۶
۰۹۲۰۱۰۷۹۴۳۸
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰

ضایعات خاوری
بالاترین قیمت خریداریم آهن آلات تخریبی، مس، برنج کابینت، شوفاز، پکیج، خرده ریز انباری، هرچه باشد. در و پنجره، انواع فلزات (کلی و جزعی)
۰۹۱۵۵۷۳۳۲۱۱
۰۹۱۵۶۶۵۶۵۲۲
ش/۱۴۰۳۰۰۱۳۳۳

ضایعات بیرجندی

خرید انواع ضایعات - آهن آلومینیوم - مس - برنج شیرآلات - رادیاتور - شوفاز کابینت - درب و پنجره - خرده ریز انباری به بالاترین قیمت تخریب ساختمان پذیرفته می شود
۰۹۱۵۹۰۲۰۹۰۶
۰۹۲۰۱۰۷۹۴۳۸
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰

ضایعات (عدالت)

خرید کلیه آهن، آلومینیوم، مس، برنج، کابینت، شوفاز، پکیج، شیرآلات موتورخانه و خرده ریز انباری به قیمت بالا (خریداریم) تخریب ساختمان صفر تا صد
۰۹۱۵۹۰۸۴۹۱۰
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰

ضایعات بیرجندی

خرید کلیه آهن، آلومینیوم، مس، برنج، کابینت، شوفاز، پکیج، شیرآلات موتورخانه و خرده ریز انباری به قیمت بالا (خریداریم) لوازم منزل مستعمل منزل خریداریم، تخریب ساختمان صفر تا صد
۰۹۱۵۱۲۰۵۷۲۴
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰



اهدای خون هدیه انسانها برای زندگی

ضایعات بیرجندی

آهن، آلومینیوم، برنج، چدن شیرآلات، درب و پنجره موتورخانه و شوفاز، تیرآهن و خرده ریز انباری به (قیمت بالا خریداریم) حمل و بازدید رایگان
۰۹۱۵۵۷۵۱۲۰۳
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰

اجرای سقف - بتنی

مقال دک و کامپوزیت سقف کرومیت (تیرچه بلوک) سازه معکوس - سازه نگهدارنده اجرای خاکبرداری و فنداسیون اجرای سازه بتنی - فازی دیوار برشی - استخر
۰۹۱۵۱۰۹۳۵۰۸
۳۸۴۲۱۶۹۵
ش/۱۴۰۳۱۸۵۲۱

اجرای انواع سقف شیب دار

ضمانت نامه کتبی، قیمت مناسب
۰۹۱۵۹۱۵۲۹۰۹
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰

پیمان کاری

گروه پیمانکاری شرق اجرای سفت کاری و نازک کاری با مصالح و بدون مصالح نقد و اقساط
۰۹۱۵۵۱۳۰۷۸۵
ش/۱۴۰۳۰۰۷۰۰

جوشکاری

جوشکاری سیار سید خرده کاری اسکلت نما درب و پنجره بازدید رایگان نصب انواع درب چوبی
۰۹۱۵۸۹۶۴۸۸۲
ش/۱۴۰۳۱۸۵۲۱

داربست

داربست و تخته و بشکه صنعت نصب، اجاره خرید و فروش لوازم و قطعات نصب پروژه های بزرگ دولتی و شخصی اجاره دهنده تخته و بشکه در محل
۰۹۱۵۲۵۵۱۱۰۰
۰۹۱۵۴۰۳۷۰۹۲
۰۹۳۰۹۹۹۹۸۱۲
ش/۱۴۰۳۱۹۵۷۷



۱۳ راهکار برای افزایش انگیزه

- موفقیت‌های گذشته را به یاد بیاورید
- از شبکه‌های اجتماعی دوری کنید
- به چیزهایی فکر کنید که از داشتنشان شکرگذارید
- کاری را انجام دهید که خوشحالتان می‌کند

- مقایسه ناسالم نکنید
- از گذشته درس بگیرید
- ورزش کنید
- هدف‌های بزرگ داشته باشید

- هدف گذاری کنید
- فهرستی از دلایلی که می‌خواهید به آن هدف دست پیدا کنید، تهیه کنید
- لیستی از کارهایی که باید انجام دهید تهیه کنید
- هدف‌تان را به اهداف کوچکتری تقسیم کنید
- زمانی را به تفریح اختصاص دهید

www.behdasht.news