

شهرستان مدیریت عباس پور ۰۹۱۵۳۰۰۷۳۴۶ | کوهسنگی بهشتی ۳۸۴۶۳۷۱۲ | احمدآباد سناید ۳۸۴۶۳۷۱۰ | سار ۳۸۴۶۲۵۲۵ | مجوزه ای اخواز کامیون، کامیونت مسقف، نیسان (بوش سراسری مشهد) ۳۸۴۶۳۷۱۱



استخدام  
صفی آباد - جلد ۱  
چاهشک در بندقی بیک روزه  
۰۹۱۵۵۲۱۳۷۸۷  
طولیان ۰۹۱۴-۰۱۱۲۲۲



املاک مشهد  
جرثقیل - لیفتراک  
شنایل دوستان  
شنايد روزی  
جرثقیل سیک و سینگین  
۰۹۱۵۰۰۷۳۵۶۷



الماش  
بار

تخفیف ویژه  
۱۰۰  
ضمانات  
تمام مقاطع شهر و شهرستان  
خاور مسقف، نیسان و اوت  
کارگر ماهر - بدون حاشیه  
۰۹۳۳۱۱۵۱۷۰۰  
۳۸۵۲۳۰۳



حمل و نقل  
اتوبار و وانت بار



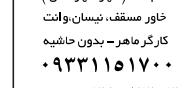
مجالس و مراسم  
برگزار کننده مراسم



متمايز و  
شناخته  
شوي  
با  
۳۷۰۱۰



زمین  
خرید و فروش  
جاده شاندیز  
ویلا شهری زعفرانیه درخت بید  
جلدک، صفی آباد و سوران  
۰۹۱۵۳۱۴۰۸۵۷  
۳۵۰۱۱۴۴۰-۱



مداح و  
 مجری مجالس

ترجمی شما - با قری  
۰۹۱۵۳۱۳۸۹۹



یک نیروی جوان  
جهت کار در آشیز خادم  
با حقوق بالا نیازمندیم  
سابقه حداقال یک سال  
ارسال رزمه به نظرکار  
با واتس آپ یا روپیکا  
۰۹۱۵۳۰۱۳۴۴۸  
۰۹۱۴-۰۱۱۲۲۷

## ۱۲ 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 باشد

- 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 تفريح اختصاص دهید



[www.behdasht.news](http://www.behdasht.news)

بهداشت نیوز

[www.behdasht.news](http://www.behdasht.news)

[www.behdasht.news](http://www.behdasht.news)

[www.behdasht.news](http://www.behdasht.news)