Cześć,

Zapraszamy Was na webinar z okazji Światowego Dnia Wellbeingu, który odbędzie się już 8-ego września o godz. 10-tej. Psycholog Joanna Romanowska podzieli się praktycznymi wskazówkami, jak dbać o swoje zdrowie i samopoczucie, jednocześnie opowiadając o różnych aspektach wellbeingu i higienie zdrowia psychicznego. Zapraszamy do zapisów: taka pigułka wiedzy podana w przystępnej formie może pomóc Wam w osiągnięciu równowagi w życiu osobistym i zawodowym, a – co za tym idzie – w stawianiu czoła wszystkim codziennym wyzwaniom!

W załączniku do tego maila znajdziecie również infografikę ze sprawdzonymi sposobami na wellbeing – być może się nią zainspirujecie?

Pamiętajcie, że aby czuć się dobrze, trzeba w tym kierunku działać!

Pozdrawiamy,
Dział HR