Cześć,

Dzisiaj obchodzimy nietypowe święto: Dzień Arbuza. Piszemy o tym, gdyż jest to dobra okazja, by przypomnieć o tym, jak ważne jest dla zdrowe odżywianie. Ma ono ogromne znaczenie dla naszego samopoczucia i energii, której potrzebujemy do codziennych wyzwań, nie tylko tych w pracy, ale i w domu! Zbilansowana dieta z dużą dawką witamin (zwłaszcza tych z grupy B) oraz mikroelementów (np. chromu, cynku, magnezu) wpływa pozytywnie na pracę układu nerwowego, pomagając w walce z stresem.

Warto wykorzystać okazję, że obecnie mamy w sklepach i na ulicznych warzywniakach mnóstwo sezonowych warzyw i owoców w przystępnych cenach i skorzystać z załączonego ebooka, by przygotować sobie w domu coś na szybko – nawet na lunch do pracy.

Mamy nadzieję, że ten ebook pomoże wam w realizacji Waszych zdrowych celów żywieniowych i przyniesie mnóstwo radości i inspiracji w kuchni.

Pozdrawiamy,
Dział HR