Cześć!

Wakacyjny luz jeszcze w głowie, a skrzynka już pełna zadań? Znamy to 😊. Bez paniki – mamy dla Ciebie kilka sprawdzonych sposobów, jak wrócić do pracy bez stresu.

W artykule, który znajdziecie w załączniku, podpowiadamy m.in., jak spokojnie przestawić się z trybu „wakacje” na tryb „działam”; jak uporządkować zadania i odzyskać kontrolę nad planem dnia; dlaczego sport i regeneracja po pracy to nie luksus, tylko must-have; a także, jak osiągnąć zdrowy balans między pracą a życiem prywatnym.

Zobacz, jak wrócić do pracy na spokojnie 😊

Pozdrawiamy,
Dział HR