



Legyünk jól a **munkahelyünkön** is!

ÖN IS GYAKRAN ÉRZI, HOGY **BELEFÁRADT A MUNKÁJÁBA, EGYRE KEVÉSBÉ VAN KEDVE AHHOZ, AMIT CSINÁL, ÉS LEGSZÍVESEBBEN OTTHAGYNA A MUNKAHELYÉT?**



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Strukturális
és Beruházási Alapok



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

EFOP-5.2.5-18-2018-00011





JÓL VAGYUNK NÓGRÁDBAN

LEGYÜNK JÓL A MUNKAHELYÜNKÖN IS!

- ÖN IS GYAKRAN ÉRZI, hogy belefáradt a munkájába, egyre kevésbé van kedve ahhoz, amit csinál, és legszívesebben otthagyná a munkahelyét?
- A munkahelyi kiegész veszélyeztetettjei életkortól függetlenül nagy nyomás alatt dolgoznak, kevés sikerélménnyel, nehéz helyzetben lévő emberekkel találkoznak, lelkiileg megterhelő élményeket élnek át.
- Testi tünetei lehetnek: például alvászavar, testsúlyváltozás, fáradtság, emésztési zavarok.
- Lelki tünetei lehetnek: például szorongás, ingerlékenység, érzelmi távolságtartás, hosszantartó felpörgött idegállapot, táplálkozási zavarok.
- HALLOTTA MÁR, hogy a kiegész folyamata megelőzhető, kezelhető, akár munkahelyváltás nélkül is?

GONDOLJA VÉGIG, HOGY **ÖNNEK** MIRE VAN SZÜKSÉGE, MI SEGÍTENE?
NÉZZEN KÖRÜL, ÉS KERESSEN TÁRSAKAT, SEGÍTŐKET, TÁMOGATÓKAT –
CSALÁDTAGOT, BARÁTOT, SZOMSZÉDOT VAGY SZAKEMBERT!
NÉZZEN KÖRÜL HONLAPUNKON IS!

2018. NOVEMBERTŐL ELÉRHETŐ: WWW.JOLVAGYUNKNOGRADBAN.HU



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Strukturális
és Beruházási Alapok



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Strukturális
és Beruházási Alapok



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

EFOP-5.2.5-18-2018-00011

