



7.30-9.00
onsdag **25** oktober
Hus Echo
Framtidsvägen 18

businessbreakfast

idéer föds där människor möts

Videum Science Park
bjuder på kaffe
och macka.

Anmälan, men
ingen avgift.

Våga bryta ditt mönster och få en mer behaglig vardag

Ge möjligheten till personalen att få verktyg till att vara avslappnat effektiva och närvarande i sitt arbete genom att ta kontroll över sitt liv.

- Hur påverkas vi av stress mentalt och fysiskt?
- Papilly - ett program som enkelt ger dig förståelse till att skapa medvetenhet kring stress-signaler och mönster.
- Arbetsmiljöverket ställer krav på arbetsgivaren - hur supportar vi medarbetarna på ett greppbart sätt där vi själva tar ett eget ansvar i vår utveckling.
- Balans i livet, vad är det?

MEDVERKANDE **Natalia Psajd**, Ravishing Life i samarbete med Papilly
FÖR VEM hyresgäster i Videum Science Park
ANMÄLAN senast 23/10 via www.videum.se/biljettkiosken

