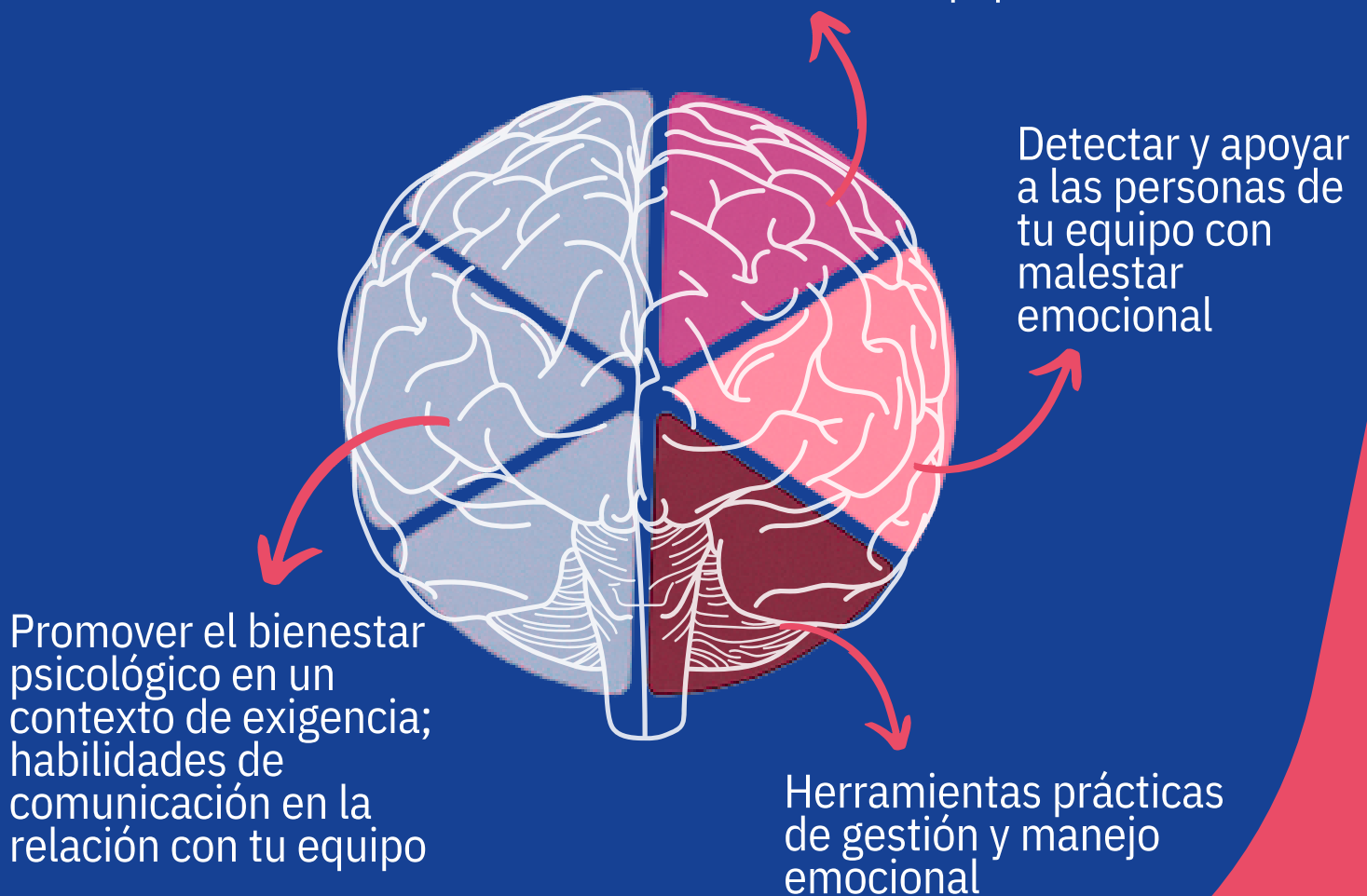


TRIVIAL DEL BIENESTAR EMOCIONAL

6 PORCIONES, 6 DÍAS DE TALLERES, 6 MOMENTOS PARA TI

CADA DÍA DE FORMACIÓN QUE COMPLETES TE DA UNA PORCIÓN DEL QUESITO DEL BIENESTAR

Bienestar mental en la relación con tu equipo



¿Te animas a completarlo?

Inscríbete a las actividades a través de www.mutuanavarra.es o escaneando este código QR:



¿EL PREMIO? TU BIENESTAR Y EL DE TU EQUIPO

Te presentamos una iniciativa de Mutua Navarra pensada para cuidar tu salud emocional y la de tu equipo de trabajo.

¿CÓMO FUNCIONA?

Cada día de formación que completes conseguirás hacerte con un quesito del bienestar:

- 3 porciones del mismo color → las obtienes al asistir a la actividad ‘Promover el bienestar psicológico en un contexto de exigencia; habilidades de comunicación en la relación con tu equipo’, ya que se compone de tres sesiones.
- El resto de porciones de colores diferentes → los consigues acudiendo a las tres formaciones independientes: ‘Bienestar mental en la relación con tu equipo’, ‘Detectar y apoyar a las personas de tu equipo con malestar emocional’ y ‘Herramientas prácticas de gestión y manejo emocional’.

¿EL OBJETIVO?

¡COMPLETAR EL QUESITO AL COMPLETO!

**EL BIENESTAR COMO MOTOR DE CAMBIO:
SÚMATE A LA TRANSFORMACIÓN**