

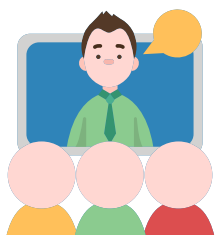


maj 2026

MIESIĄC ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Jak promować zdrowie psychiczne w pracy?

1



Webinar

Zorganizuj ciekawy webinar dla pracowników. Sprawdź wszystkie nasze propozycje i wybierz ten, który Was interesuje.
UWAGA: mamy nowości!

» [więcej](#)

2



Warsztaty radzenia sobie ze stresem

Zorganizuj warsztaty online/stacjonarnie. Poznać praktyczne narzędzia i techniki redukcji stresu i napięcia.

» [więcej](#)

3



Spotkania z ekspertem

Zorganizuj spotkania online/na żywo z naszym ekspertem, który opowie o systemie opieki zdrowotnej w zakresie zdrowia psychicznego w Polsce oraz odpowie na wszystkie pytania.

» [więcej](#)

4



Mindful morning

Zorganizuj praktykę uważnego oddechu online/stacjonarnie. Pracownicy będą mogli poznać podstawy medytacji, która pozwala wyciszyć umysł.

» [więcej](#)