zzz - nuku ja lepää.

Yksi tärkeimmistä työhyvinvointia lisäävistä asioista on oppia rajaamaan omaa työaikaansa. On hyvä muistaa, että töitä on niin paljon kuin vain jaksaa tehdä ja siksi onkin tärkeä osata rajata omaa työaikaansa.

Tällä viikolla ei tehdä ylitöitä vaan levätään ja nautitaan täysistä yöunista.

Jokainen sitoutuu sulkemaan työpuhelimen ja -sähköpostin illaksi ja jatkaa iltaansa rennoissa merkeissä.
Eikä kurkita! Viesteihin ehtii vastata myös aamulla.

Lepo tulee aina tarpeeseen!

Värinautit