

A stresszoldás és a mentális jóllét igen fontos hatással van munkateljesítményünkre. A kisállatok társasága friss kutatási adatok szerint csökkenti a stresszt, javítja a hangulatunkat és még a munkahelyi teljesítményünket is növelheti. A „Vidd magaddal a kutyádat az munkahelyedre!” napot június 20-án tartják, de bármelyik és minden nap alkalmas lehet a közös munkára. Élünk a lehetőséggel, ha a munkahelyi körülmények adottak hozzá: kutyusunk sem marad egyedül, és kollégáinkkal együtt mi is élvezhetjük kedvenceink relaxáló hatását.

---

Forrás