

Hoy es un
buen día para
ser persona
persona vitamina.

Dicen que cuando uno enseña, dos aprenden. Comparte con tus compañeros algo que hayas aprendido sobre el bienestar, así como consejos para sentirse mejor, ser más productivo o gestionar el estrés.

“Cosas que potencian mucho la oxitocina: una mirada comprensiva, estar con alguien que no te juzgue, que te escuche... Escuchar con cariño” – Dra. Marian Rojas

Un abrazo,
Equipo GoodHabitiz



Deja aquí tu mensaje:
