

Recursos útiles

Haga clic aquí para acceder al calendario 2021 correspondiente a su región y obtenga un adelanto de un año que estará colmado de contenidos relacionados con el tema.

Consulte la sección Soluciones de aprendizaje en el entorno laboral para obtener ayuda en materia de capacitación durante la pandemia de COVID-19.

Cómo conectar la salud física y mental

La salud física y mental están entrelazadas, y los estudios indican que cuidar el bienestar físico puede influir notablemente sobre el estrés y la ansiedad. Permítanos mostrarle formas de mejorar su salud física y mental mediante la incorporación de hábitos positivos a su rutina diaria.

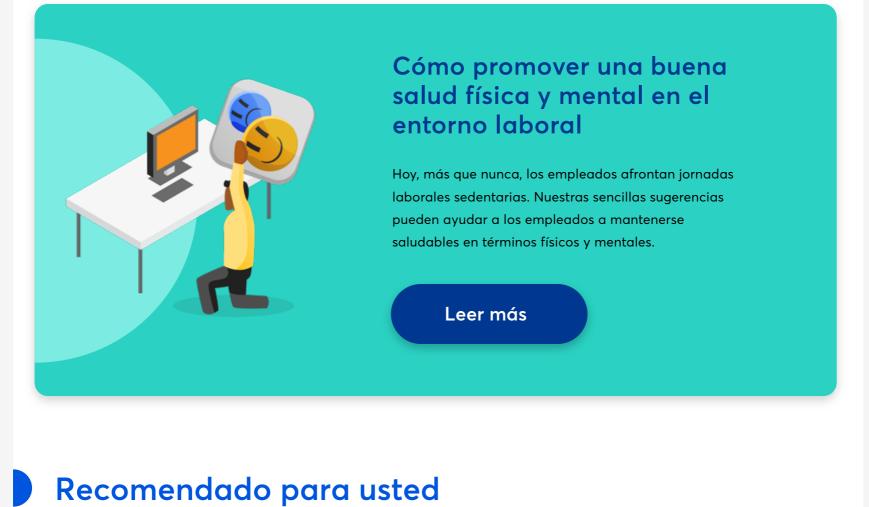
Salud

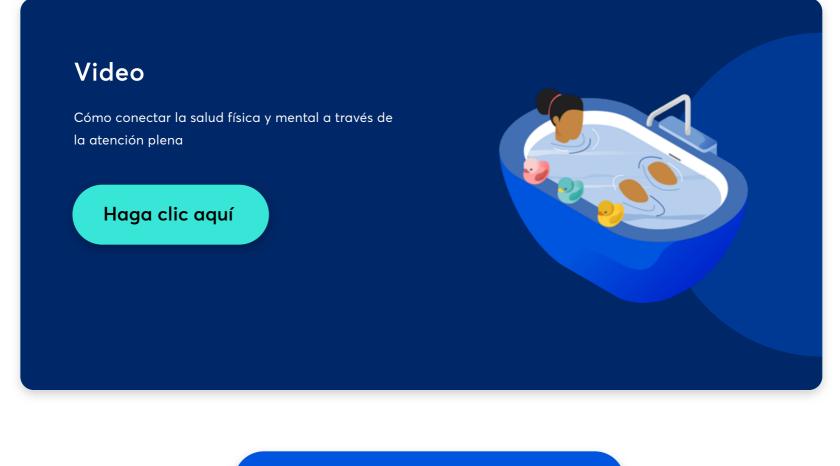


Salud



El rincón del líder





Página de inicio del boletín Heartbeat





Toronto, ON M3C 1W3 CANADÁ



© 2021 Morneau Shepell Ltd.