

# ZDROWIE PSYCHICZNE A DOLEGLIWOŚCI BÓLOWE U MŁODYCH PRACOWNIKÓW

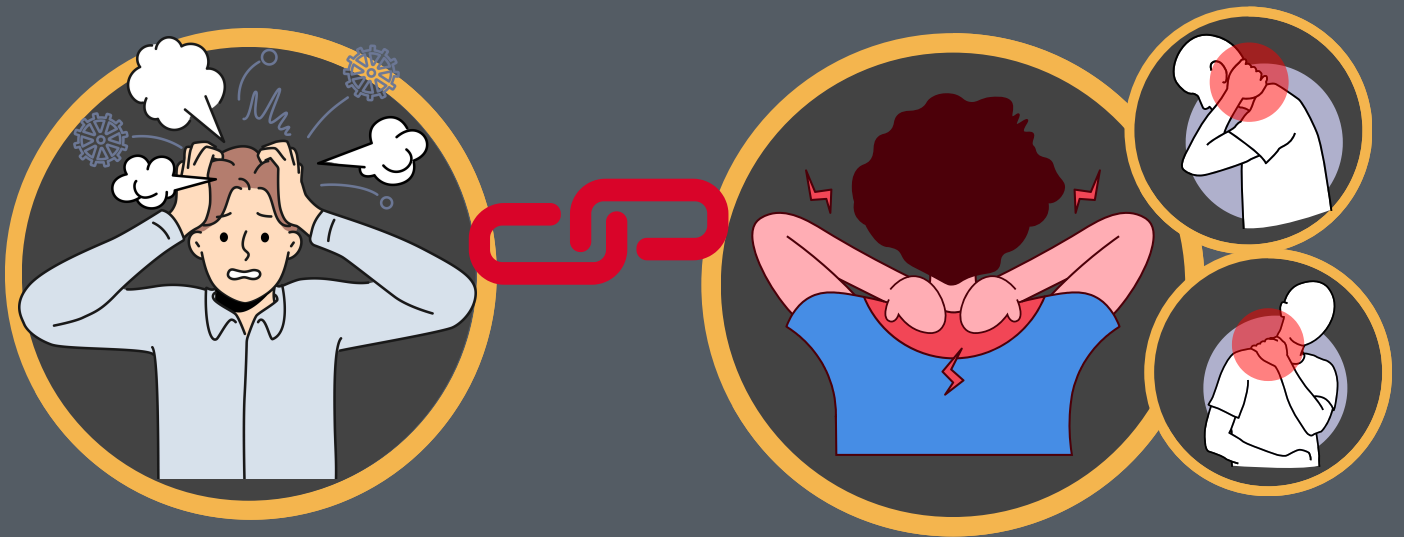


**970 MLN LUDZI**  
NA ŚWIECIE MA KŁOPOTY ZE  
ZDROWIEM PSYCHICZNYM (WHO, 2022)

MŁODZI DO **24** ROKU ŻYCIA  
SĄ W NAJGORSZEJ KONDYCJI  
PSYCHICZNEJ (CBOS, 2024)

**PRZEWLEKŁY STRES TO GŁÓWNA PRZYCZYNA  
POGORSZENIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO**

**NADMIERNY STRES ODCZUWANY JEST W CIELE**



**PRACODAWCO, OGRANICZ CZYNNIKI RYZYKA**

**DOSTOSUJ WYMAGANIA ZWIĄZANE Z:**



- NADGODZINAMI
- BIUROKRACJĄ
- CZASEM PRACY
- BRAKAMI KADROWYMI
- WIEKIEM PRACOWNIKÓW
- DOŚWIADCZENIEM

**POPRAW ORGANIZACJĘ PRACY, ZADBAJ O:**



- JASNOŚĆ ROLI
- PRZEPIY W INFORMACJI
- JASNE REGUŁY I ZASADY
- SZKOLENIA
- WYPOSAŻANIE I SPRZĘT

**ZWIĘKSZ AUTONOMIĘ KADRY**



**DBAJ O WSPARCIE**

