

Team Building

W dniu 17 października 2025 r. pracownicy naszej Spółki mogli wspólnie spędzić czas w Zawierciu na imprezie integracyjnej.

Główną częścią programu było profesjonalne szkolenie dotyczące dobrego samopoczucia, ze szczególnym uwzględnieniem depresji. Sesja zatytułowana: *Dbanie o siebie i innych. Depresja: fakty, profilaktyka i wsparcie* została poprowadzona przez psychoterapeutkę Agnieszkę Kamińską. Uczestnicy zdobyli cenną wiedzę na temat rozpoznawania objawów depresji, zrozumienia, kiedy i jak szukać profesjonalnej pomocy, identyfikacji dostępnych zasobów wsparcia oraz odkrywania skutecznych strategii radzenia sobie z problemami. Sesja zachęcała do aktywnego udziału, a pracownicy dzielili się swoją wiedzą i osobistymi doświadczeniami. Osoby, które aktywnie uczestniczyły w sesji i wykazały się wyjątkowym zaangażowaniem, zostały nagrodzone specjalnymi upominkami przygotowanymi przez dział HR.

Po sesji dział HR przygotował krótką prezentację na temat dobrego samopoczucia psychicznego, przypominając pracownikom, co Altrad oferuje w zakresie dobrego samopoczucia, numery kontaktowe, wsparcie psychologiczne i gdzie szukać pomocy poza pracą. Na koniec przeprowadzono ankietę wśród pracowników dotyczącą dobrego samopoczucia i programu firmy w tym zakresie.

Dzień zakończył się zajęciami integracyjnymi na świeżym powietrzu. Pracownicy mogli wykazać się swoimi umiejętnościami fizycznymi i psychicznymi. Gra pozwoliła również pracownikom spędzić razem czas, wzmocnić więzi, a przede wszystkim dobrze się bawić.



17.10.2025, Altrad Babcock Europe