

La CGT vous aide à choisir votre routine beauté

La CGT ST Grenoble a décidé de se focaliser enfin sur des sujets importants. Adieu les tracts soporifiques sur le télétravail, ou ceux longs comme un jour sans fin sur la catastrophe annoncée de la nouvelle Convention Collective. Tous ces sujets qui nous plombent.

Pour emboîter le pas de la direction et de sa douce bienveillance, la CGT vous propose quelques conseils pour mettre en place une vraie routine beauté dès le matin au réveil. Car après avoir suivi les conseils nutritionnels de la direction, il faudra bien mettre en avant votre nouveau teint merveilleux.

Pour garder un teint frais et rose, rien ne vaut la marche à pied : la CGT vous encourage à la rejoindre dans les divers événements qu'elle organise au grand air. La CGT vous conseille aussi le rouge, rien de tel qu'un beau rouge vermillon (veste, pantalon...) pour dynamiser votre journée.

Et pour les prochains guides de la direction, nous avons quelques conseils :

- guide des exercices à faire au saut du lit pour garder le muscle sec
- guide des automassages pour limiter le mal de dos lorsqu'on est en télétravail

toutes vos suggestions sont les bienvenues !



Pour aller plus loin :

revoir "Les temps modernes" car ils n'ont jamais autant été d'actualité ou écouter :

franceculture.fr/emissions/lsd-la-serie-documentaire/le-corps-des-salaries-mis-en-boite-tisane-et-naturopathie

Gardez la forme comme vous voulez et ne vous faites pas enfumer !