# Здоровый образ жизни – выбор Uzbekistan Airways

**2023 17 августа**

Здоровый образ жизни является одной из ключевых ценностей Uzbekistan Airways. Авиакомпания всегда стремится вдохновить своих сотрудников на заботу о своем физическом и эмоциональном благополучии. Занятия йогой в столичном Эко парке стали прекрасной возможностью для сотрудников насладиться природой и заняться физической активностью.

Инициаторами данного мероприятия выступили работники отдела Социальной политики Управления по работе с персоналом совместно с лидером Союза молодежи авиакомпании при финансовой поддержке Профсоюзного комитета АО «Uzbekistan Airways».



Занятия на открытом воздухе позволили работникам Uzbekistan Airways расслабиться, снять стресс, насладиться умиротворением и единением с природой. В занятиях йогой участникам были даны умеренные упражнения на укрепление мышечного корсета позвоночника и эластичности мышц и связок, а также на координацию движения.

Сотрудники выразили благодарность организаторам за предоставленную возможность заняться йогой и позаботиться о своем здоровье. Многие из них отметили, что такие мероприятия помогают им не только физически, но и эмоционально, улучшая настроение и общее самочувствие.



Организация занятий йогой в Эко парке является ярким примером того, как Uzbekistan Airways поддерживает здоровый образ жизни и инициативу своих сотрудников. Авиакомпания продолжит проводить подобные оздоровительные мероприятия ради повышения у сотрудников стремления к здоровью и счастью.