



# Tuudo para el bienestar universitario

Mejor calidad de vida, sentido de comunidad y orientación fácil de recibir

¡Dejemos de lado el estrés y un estilo de vida poco saludable con la ayuda de Tuudo! Tuudo Wellness permite una amplia gama de servicios para apoyar el bienestar y la salud de los estudiantes:

- ▶ Hábitos de vida saludable
- ▶ Diferentes opciones de estilo de vida
- ▶ Salud física y mental
- ▶ Igualdad
- ▶ Desarrollo de habilidades personales y profesionales
- ▶ Promover sentido de pertenencia por la universidad y crear un sentido de comunidad

Tuudo es un excelente canal de comunicación e interacción que los estudiantes siempre tienen al alcance de su mano. Únase a nosotros para apoyar el bienestar de los estudiantes.

Tuudo Oy  
[www.tuudo.fi](http://www.tuudo.fi)



# TUUDO