

CORSO ON LINE GESTIRE LO STRESS AL LAVORO - FERRARA



Luogo **Emilia-Romagna, Ferrara**
<https://www.annunci.it/x-454170-z>

In Italia, nella fascia di età compresa tra 45 e i 55 anni, abbiamo il brutto primato delle più elevate percentuali di persone che si sentono stressate a causa della propria attività lavorativa.

Le più a rischio sono le donne, coloro che hanno contratti precari e quelli che lavorano oltre le 50 ore a settimana.

E' naturale quindi cercare di trovare un modo per stare meglio al lavoro, magari con un corso che ci aiuti a relazionarci meglio con colleghi e capi e soprattutto a mitigare gli effetti dello stress da lavoro.

A CHI E' RIVOLTO:

Il corso è rivolto a tutti coloro che vogliono imparare a gestire lo stress lavorativo e desiderano stare meglio a lavoro.

AL TERMINE DEL CORSO SAPRETE COME:

- Organizzare al meglio il tuo tempo e definire le tue priorità;
- Gestire al meglio la comunicazione;
- Comprendere meglio l'ambiente lavorativo;
- Saper gestire lo stress;
- Proporre soluzioni ai problemi;
- Saper regolare i conflitti;
- Relazionarti nella maniera più corretta.

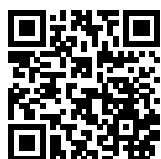
Il corso è formato da 11 lezioni video e 11 lezioni pdf, e 6 esercitazioni

Il materiale sarà fornito in pdf scaricabile dal sito una volta effettuato il pagamento ed avrà validità di 12 mesi con un corso di 12 mesi



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>



CORSO ON LINE GESTIRE
LO STRESS AL LAVORO -
FERRARA

<https://www.annunci.it/x-454170-z>