AUSIND s.r.l. Via San Vincenzo 2 16121 Genova
Telefono: 010.8338226/290 - E-mail: infoausind@ausind.it - Website: www.ausind.it

Gestione dello stress

Categoria	Velocità del business - Master 2
Periodo	Novembre 2022
Durata	16 ore
Orario	09.00-18.00
Modalità di svolgimento	Modalità blended
Costo a Partecipante	€ 600,00 + IVA
Sconto associati	20 %
Destinatari	Manager e collaboratori.
Programma	Come da scheda del corso in allegato.
Obiettivi	Favorire l'acquisizione di know-how e strumenti specifici per la gestione dello stress lavoro-correlato per favorire il benessere dei lavoratori e incrementarne la performance. • Migliorare la gestione degli stati emotivi e delle situazioni stressanti; • Acquisire strumenti e tecniche per la gestione del carico di lavoro; • Aumentare il grado di efficacia dei processi decisionali; • Riequilibrare il benessere psicofisico e incrementare la performance.
Relatore	Opes Mind, società di consulenza.