



UNIÓN SINDICAL OBRERA
MADRID

Gestión del estrés en el entorno laboral

Presencial • 8 horas

Formación 100% subvencionada por:



Comunidad
de Madrid

CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,
HACIENDA Y EMPLEO



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL

SERVICIO PÚBLICO
DE EMPLEO ESTADAL
SEPE

CARACTERÍSTICAS



Objetivos del curso

- Identificar las situaciones más habituales de estrés en el entorno laboral.
- Aprender a detectar y manejar las distintas situaciones de estrés laboral y su inclusión en el convenio colectivo.



Diploma
certificado de
aprovechamiento



Online
formación con
expertos en la materia



UNIÓN SINDICAL OBRERA
MADRID



TEMARIO

¿Qué aprenderás con nosotros?

1 CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE EL ESTRÉS

2 GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN EFICAZ DEL TIEMPO

3 TÉCNICAS PARA LA GESTIÓN DEL ESTRÉS EN EL ENTORNO LABORAL

**¡Solicita ya tu plaza
y mejora como profesional!**

Formación 100% subvencionada por:



Comunidad
de Madrid

CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,
HACIENDA Y EMPLEO



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL

SERVICIO PÚBLICO
DE EMPLEO ESTATAL
SEPE