Corso "La gestione dello stress" - 12/13 dicembre 2013

05 dicembre 2013

Il Comitato per l'Imprenditoria Femminile della CCIAA di Chieti promuove una ulteriore azione specifica di formazione della dirigenza femminile delle imprese della provincia di Chieti, mirata ad accrescere le loro competenze imprenditoriali ed a fornire strumenti di lettura del proprio contesto organizzativo di rappresentanza.
In questo ambito, presso la CCIAA (Foro Boario) si terrà il 12 e 13 dicembre 2013 il corso "La Gestione dello Stress" avente come obiettivi sia quello di acquisire le tecniche per riconoscere le situazioni stressanti sul lavoro e nella vita privata, sia quello di adottare metodi e strategie per gestire il tempo e le urgenze, aumentando la propria energia e concentrazione personale.
Docente: Roberta Bortolucci www.robertabortolucci.it
Programma e condizioni di partecipazione