

TALLER PREVENTIVO – LA PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES.



FECHA: martes 9 junio de 2015

LUGAR: San Agustín de Guadalix

Casa de Cultura "Agustín de Tagaste" del Ayuntamiento de San Agustín de Guadalix.

C/ Extremadura, 4 28750 San Agustín de Guadalix

HORARIO: 16:00 A 18:00

GRUPO MÍNIMO: 12 participantes.

Taller práctico orientado a ofrecer a los trabajadores información y herramientas personales para la prevención del estrés.

Taller gratuito para los participantes, se entregará los asistentes dossier con documentación con los contenidos del taller.

CONTENIDOS:

- ¿Qué es el estrés?
- El estrés Laboral en cifras.
- Estresores.
- Efectos del estrés.
- La intervención sobre el estrés laboral.
 - Estrategias Organizativas.
 - Estrategias Personales.
- Ejercicios Prácticos.

