

GESTIONE DELLO STRESS

#PPR237

IL PRODOTTO

Il corso **Gestione dello stress** è un prodotto di Prism Consulting S.r.l., Socio Promotore del Conform. Il corso è dotato di funzioni di tracciamento secondo lo standard Scorm. I diritti di proprietà intellettuale e i connessi diritti patrimoniali relativi a tutto il materiale del corso, informatico e non, restano di piena ed esclusiva proprietà di Prism e/o dei legittimi titolari, avendone il Cliente solo la disponibilità in uso limitatamente al periodo, alle condizioni e modalità previste.

IL CORSO

Il learning object **Gestione dello stress**, partendo dal concetto di benessere e di energia, permette all'utente di distinguere lo stress positivo da quello negativo, in modo da comprendere quali sono le possibili conseguenze dello stress cronico sull'organismo e quali strategie di coping permettono di evitarlo e contrastarlo.

Il prodotto comprende:

- 2 tutorial
- 2 giochi
- 1 animazione
- 2 link a youtube

CONTENUTI FORMATIVI

- in che modo l'organismo reagisce allo stress
- malattie, i riflessi motori e i segnali psicologici prodotti dallo stress negativo
- strategie di coping e fonti di resilienza
- il piano di azione individuale e la «to do list»

durata: 45 min
prezzo: € 15,00

Modalità di Iscrizione

Per iscriversi è necessario compilare la scheda d'iscrizione e il contratto da sottoscrivere nell'apposita sezione dedicata alla firma per accettazione delle condizioni che disciplinano la fruizione del servizio ed inviare via fax al numero 0825-1800806 e/o a mezzo e-mail all'indirizzo di posta elettronica: prism@prismsrl.it e/o a mezzo posta a:

PRISM Consulting S.r.l.

Collina Liguorini s.n.c., 83100, Avellino

Modalità di pagamento

Per ultimare l'iscrizione occorre provvedere al pagamento della quota di € 15,00 +IVA che potrà essere effettuato direttamente dalla piattaforma **www.youlearn.prismsrl.it** tramite pagamento con Carta di Credito/Sistema Paypal. In alternativa è possibile effettuare il pagamento mediante bonifico bancario da effettuarsi a favore di:

PRISM Consulting S.r.l.

Collina Liguorini s.n.c., 83100, Avellino

CODICE IBAN

IT56U0538715102000001271277

