

# **Webinar Stress no Trabalho**



que visa sensibilizar os trabalhadores do grupo UTAD para a problemática, definir o conceito de stresse no trabalho, analisar os fatores associados, as consequências para a saúde o bem-estar dos trabalhadores, como lidar com situações de stress no trabalho permitindo a autoajuda e onde pedir apoio especializado. O Webinar irá ser desenvolvido pelo Dr. Carlos Daniel Ferreira.

Inscrições aqui