



**¡VIDEOCONFERENCIA!**

**Curso:**

# **Gestión del Estrés a cada Edad y sus Efectos en Hombres y Mujeres**



**10 de mayo de 2024 . Horario de 10:00 a 13:00h**

## **PROPÓSITO**

Nos centramos en las medidas específicas para abordar los riesgos psicosociales considerando edad y género. ¡Buscamos comprender y aplicar estrategias que promuevan la igualdad y la salud mental en el entorno laboral!

## **PROGRAMA**

- Estrés con perspectiva de género: la influencia de la cultura, la educación y las circunstancias que afectan a las mujeres y hombres.
- Herramientas específicas para la mejora de la gestión del estrés, tanto desde la organización como a nivel personal.



c/Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid  
**900 713 123**

**# IRSST**