

FLAIXOS

▷ **Cómo gestionar mejor nuestro tiempo y controlar el estrés**

La Cámara de Comercio de Sabadell desarrollará los días 20 y 27 de octubre próximo el curso 'Cómo gestionar mejor nuestro tiempo y controlar el estrés', de 16 horas lectivas. Josep Mas, licenciado en Ciencias Empresariales, máster en Administración de Empresas y profesor de las escuelas ESADE y EAE, facilitará los conocimientos necesarios para afrontar la sensación de falta de control sobre nuestro tiempo y, en definitiva, sobre la propia vida. También proporcionará aquellas habilidades que potencien la capacidad para obtener una mayor satisfacción y rendimiento en el trabajo.

▷ **Un servicio de Mútua**