

主辦單位



資助單位



壓力管理工作坊： 成為自己的 「壓力工程師」

報名請至：



2023.08.12 (六)
10:00-13:00, 14:30-17:30

編號：WSP017-001/2023

費用：會員—澳門元100

非會員—澳門元120

簡介：

作為現代人，壓力好像一直伴隨著我們，如何管理和轉化「壓力」成有效「動力」至關重要。本工作坊目的是幫助學員深入了解壓力的本質及核心來源，學習面對和轉化壓力為動力，來更有效地服務自己，活出最適合的自己！

導師：楊曉雯女士

澳門管理學院培訓導師

國際ISNS META-Coach專業教練

國際NLP高級執行師

時間線治療師

Everything DISC專業顧問等

對象：

對主題感興趣之人士

證書：

全程出席者，可獲出席證明

備註：

1. 工作坊開辦與否須視乎收生人數，本會保留工作坊取消或延期的權利。
2. 已繳之費用恕不退還 (工作坊未能開辦或改期除外)。

“Better
MANAGEMENT
for better future”
卓越管理 締造未來



電話：(853) 2832 3233

電郵：training-adm@mma.org.mo

地址：澳門新口岸上海街一百七十五號中華總商會大廈九樓

Facebook：www.facebook.com/mimedumo/