

www.stressnostress.ch

Ein Programm zum Stressabbau und zur Stressprävention am Arbeitsplatz für Mitarbeitende und Führungskräfte.

Das Online – Angebot umfasst:

- Informationen zu Stress
- Massnahme auf der Ebene der Organisation
- Individuelle Massnahmen
- Checklisten
Sie finden hier Checklisten, die es Ihnen ermöglichen, Ihre persönliche Stresssituation und die Stresssituation im ganzen Betrieb oder Ihrem Verantwortungsbereich einschätzen.
Mit den Resultaten können sie Massnahmen zum Abbau und/oder die Prävention von negativem Stress planen und realisieren.
- Links und Literatur
- Beratung
- Programm: Entstehungsgeschichte und Zielsetzungen von www.stressnostress.ch

Der Trägerverein stressnostraess.ch umfasst folgende Organisationen:

- FSP, Förderung Schweizer Psychologen und Psychologinnen
- SECO, Staatssekretariat für Wirtschaft
- Suva
- SGAPM: Schweizerische Gesellschaft für Arbeitsmedizin
- ETH Zürich
- Universität Bern