

Gelassen und sicher im Stress



Teilnahme
kostenlos!

Webinar zum richtigen Umgang mit Stress

Lernen Sie Stresssituationen frühzeitig zu erkennen,
positive Denkweisen zu entwickeln und erholsame Pausen einzuplanen.

- 25.09.2024 18:30 - 20:30 Uhr • 30.10.2024 18:30 - 20:00 Uhr
- 02.10.2024 18:30 - 20:30 Uhr • 13.11.2024 18:30 - 20:00 Uhr
- 09.10.2024 18:30 - 20:30 Uhr

Die fünf Einheiten sind aufbauend und sollten alle besucht werden.

Informationen und Anmeldung unter www.gesundheitskasse.at/stressfrei
Kontakt: stressfrei@oegk.at oder Tel. 05 0766 178800

