

Stressfrei

mit der ÖGK

Teilnahme
kostenlos!



Kursangebot Stressfrei bewegt – Wörgl

Kommen Sie mit Gleichgesinnten zu Bewegung und Outdoor-Erlebnissen in ihrer Nähe und erhalten Sie Informationen und Übungen zur Stärkung ihres mentalen Wohlbefindens.

Kick-Off-Veranstaltung: Montag, 28. September 2026 von 16:00-17:00 Uhr

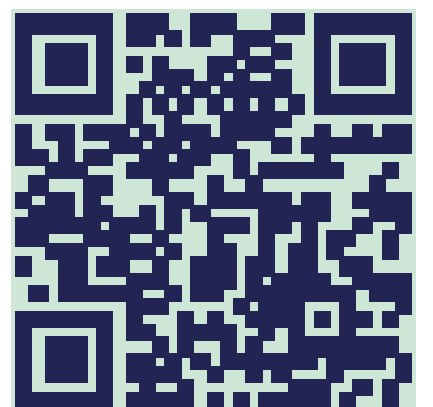
Präsenz-Termine 05.10., 12.10., 19.10., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11. und
Mental + Bewegung: 07.12. 2026 jeweils montags von 16:00 – 18:30 Uhr

Follow- Up Termine: 01.03. und 07.06.2027 jeweils von 16:00 - 17:30 Uhr

Kursort:

*Räumlichkeiten Suchthilfe Tirol
Bahnhofstraße 42a | 6300 Wörgl*

Informationen zu den Terminen und zur Anmeldung unter
www.gesundheitskasse.at/stressfrei
Kontakt: stressfrei@oegk.at



Das Angebot „Stressfrei bewegt“ wird von unseren Expert*innen der Suchthilfe Tirol durchgeführt.



Weil es um meine
Gesundheit geht:
www.gesundheitskasse.at

Die oben genannten Programme sind Projekte der Österreichischen Gesundheitskasse –
finanziert vom Gesundheitsförderungsfonds der Bundesländer und der ÖGK