

Stressfrei

mit der ÖGK

Teilnahme
kostenlos!



Kursangebot Stressfrei bewegt – Straßwalchen

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: Donnerstag, 01.10.2026 von 17:00-17:50 Uhr

Präsenz-Termine 08.10., 15.10., 22.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.,
Mental + Bewegung: jeweils von 17:00 – 19:20 Uhr

Follow- Up Termine: 28.01. und 08.04.2027 jeweils von 17:00 - 18:15 Uhr

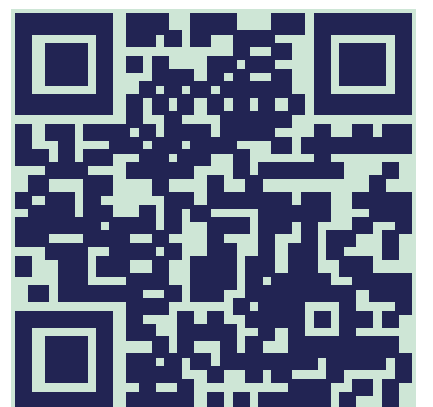
Kursort:

Straßwalchen alte Feuerwehr Schulungsraum
Salzburgerstraße 13 | 5204 Straßwalchen

Informationen zu den Terminen und zur Anmeldung unter

www.oegk.at/stressfrei

Kontakt: stressfrei@oegk.at



Das Angebot „Stressfrei bewegt“ wird von unseren Expert*innen von Freiluftleben durchgeführt.