

Stressfrei mit der ÖGK



Können Sie sich nur schwer entspannen und sind Sie oft antriebslos, traurig oder schnell gereizt? Im kostenlosen Gruppenprogramm **Stressfrei** lernen Sie Ihren eigenen Stress besser kennen und verstehen. Sie bewegen sich zusammen mit anderen Menschen und finden zurück zu Entspannung und innerem Wohlbefinden.

Die nächsten Termine in Klagenfurt

Stressfrei bewegt	27. April bis 29. Juni 2026, montags 17:00 – 19:15 Uhr Bildungszentrum bfi-Klagenfurt, Bahnhofplatz 1
Stressfrei	28. April bis 19. Mai 2026, dienstags 17:30 – 20:30 Uhr Bildungszentrum bfi-Klagenfurt, Bahnhofplatz 1
Stressfrei	09. Juni bis 30. Juni 2026, dienstags 17:30 – 20:30 Uhr Bildungszentrum bfi-Klagenfurt, Bahnhofplatz 1
Stressfrei schlafen	11. Juni bis 02. Juli 2026, donnerstags 17:00 – 20:00 Uhr Bildungszentrum bfi-Klagenfurt, Bahnhofplatz 1

Informationen zu Terminen und Anmeldung
unter www.gesundheitskasse.at/stressfrei
und beim bfi-Kärnten unter **Telefon 05 7878**

Die Teilnahme ist kostenlos!

