

Stressfrei schlafen mit der ÖGK

Teilnahme
kostenlos!



Endlich wieder erholsam schlafen. Diesem Wunsch wollen wir im Rahmen der „Stressfrei schlafen“ Kurse möglichst nahe kommen. Lernen Sie Störfaktoren kennen, die Ihre Nachtruhe beeinflussen und Ihnen einen ruhigen Schlaf rauben. Und all das gleich in Ihrer Nähe!

2-tägiges Kursangebot „Stressfrei schlafen“ - Lienz

Termine: Fr, 06. November 2026 (14:00 – 19:30 Uhr)
UND Sa, 07. November (09:00 – 14:30 Uhr)

Kursort: Räumlichkeiten "Suchthilfe Tirol"
Rosengasse 12, 9900 Lienz

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



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