

# Gelassen und sicher im Stress



Teilnahme  
kostenlos!

## Kurs zum richtigen Umgang mit Stress

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

- 15.11.2024 09:00 - 17:00 Uhr
- 16.11.2024 09:00 - 17:00 Uhr

Die 2 Tage sind aufbauend und sollten beide besucht werden.

Praxis Dr. Simone Gadocha-Gangl Weiserhofstraße 3/II, 5020 Salzburg

Informationen und Anmeldung unter [www.gesundheitskasse.at/stressfrei](http://www.gesundheitskasse.at/stressfrei)  
Kontakt: [stressfrei@oegk.at](mailto:stressfrei@oegk.at) oder Tel. 05 0766 178800

