Mentale
Gesundheitswochen

Cat Box / shutterstock.com

10. September bis 23. Oktober 2026

Innehalten und neue Kraft schöpfen – mit den kostenlosen Angeboten der ÖGK:

- Webinare für unterschiedliche Bedürfnisse und Lebenslagen
- Themen wie digitale Balance, Hoffnung und Resilienz
- Umgang mit mentalen Belastungen, Demenz uvm.
- Online-Entspannungsworkshops
- Infotage zur mentalen Gesundheit

Entdecken Sie alle kostenlosen Angebote und Termine auf
oegk.at/mentale-gesundheitswochen

Die Mentalen Gesundheitswochen sind ein Projekt der Österreichischen Gesundheitskasse – finanziert vom Gesundheitsförderungsfonds der Bundesländer und der ÖGK.

www.oegk.at