

Online-Vorträge

Mentale Gesundheitswochen



GRATIS
WEBINARE

Montag, 10.10.2022

Schlaf gut! Schlaf, Schlafstörungen und Wege zum gesunden Schlaf

Beginn 18.30 Uhr

Mag.^a Marion Kronberger, Klinische- und Gesundheitspsychologin

Donnerstag, 13.10.2022

Resilienz: Vertrauter leben – raus aus dem Sorgenkarussell

Beginn 18.30 Uhr

Dr.ⁱⁿ Laura Stoiber, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Arbeits- und Wirtschaftspsychologin

Montag, 17.10.2022

Mann sein in stressigen Zeiten – Tipps zur mentalen Stärke für Männer

Beginn 18.30 Uhr

Mag. Romeo Bissuti, MEN Männergesundheitszentrum

Mittwoch, 19.10.2022

Zeit für mich – Abschalten bei Mehrfachbelastung

Beginn 18.30 Uhr

Mag.^a Daniela Reiter, Arbeitspsychologin

Im Anschluss an den jeweiligen Vortrag haben Sie die Möglichkeit, anonym Fragen zu stellen, die live beantwortet werden.



Infos & Anmeldung unter
www.gesundheitskasse.at/mentalgesund

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