



# So fühle ich mich wohl in meiner Haut!

**sebit**<sup>aargau</sup>  
selbstbestimmte bildung und teilhabe

**Ort:**

Bühlstrasse 8  
5033 Buchs

**Kosten:**

Für IV-Berechtigte kostenlos.

**Modul-Nummer:**

PRSK04

**Anmeldung:**

sebit aargau, Bühlstrasse 8,  
5033 Buchs

Mail:  
info@sebit-aargau.ch

Telefon:  
062 824 36 33

Anmelde-Formular finden Sie unter  
[www.sebit-aargau.ch](http://www.sebit-aargau.ch)

Was tut Ihnen gut?

Sie erleben wie Sie Ihr Wohl-Befinden verbessern können.

Sie lernen Ihre Körper-Sprache kennen.

Sie lernen Übungen zur Entspannung kennen.

Sie erleben was Ihnen gut tut.

**Zeit:** 9 Uhr bis 15 Uhr

**Dezember 2022:** 27. / 28. / 29.