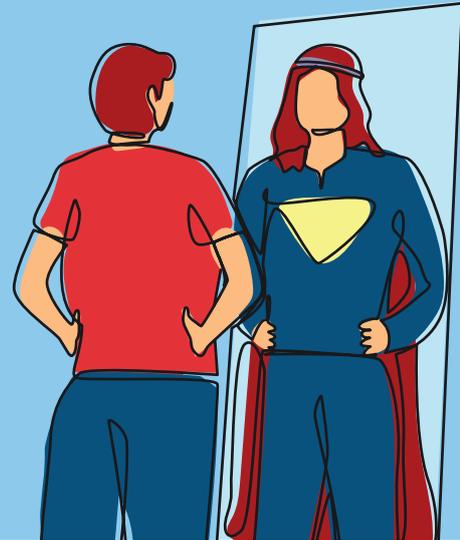


Erhalte  
bis zu  
50€  
für deine  
Teilnahme!

BE YOU TIFUL



## Coachingprogramm „myBody“

Start: 4. Februar 2025

[www.aks.or.at](http://www.aks.or.at)

Im Rahmen des neuen Coachingprogramms „myBody“ haben mehrgewichtige junge Menschen im Alter von 15-20 Jahren die Möglichkeit, sich mit ihrem Körperbild auseinanderzusetzen.

„myBody“ bietet Raum für Reflexion und fördert einen gesunden und selbstbewussten Umgang mit dem eigenen Körper. Methoden und Informationen aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und psychischer Gesundheit sind fester Bestandteil des Coachingprogramms.

„myBody“ startet am **Dienstag, 4. Februar 2025**, von 18:00 bis 20:15 Uhr im Jugendhaus Graf Hugo in Feldkirch und geht mit insgesamt 10 Einheiten wöchentlich weiter.

Anmeldung: [myBody@aks.or.at](mailto:myBody@aks.or.at) oder T 05574/202-1056