



Skills4All Workshop – Dein Körper, deine Gefühle

Gefühle spüren, verstehen und regulieren: In diesem interaktiven Workshop vom Projekt Skills4All der KJPP Zürich gehen wir auf Erkundungsreise. Wo in unserem Körper spüren wir unsere Gefühle? Welchen Effekt haben diese auf unser körperliches Wohlbefinden? Lerne mithilfe von kreativen Methoden und wirksamen Atemübungen praxisnahe Skills für deinen Alltag kennen. Komm vorbei & stärke deine Resilienz!

04. September

Skills4All Workshop –
Dein Körper, deine
Gefühle

QR zur Ausschreibung:



Organisatorisches

Veranstaltungsort
KUN, Künstlergasse 15, 8005
Zürich

Datum der Veranstaltung
04.09.2026

Dauer der Veranstaltung
14.00 – 16.00 Uhr

Teilnahmegebühr
Kostenlos

Anmeldeschluss
03.09.2026