



# SelfFit

Wie stark ich  
meine psychische  
Gesundheit?



# Ausstellung **SelfFit**

**16. November 2024 bis  
23. Februar 2025**

**Weil psychische Gesundheit wichtig,  
aber nicht selbstverständlich ist.**

Der Verein für Betreutes Wohnen in Liechtenstein (VBW) zeigt die interaktive Ausstellung **SelfFit** im Gasometer. Die Ausstellung zielt auf das Bewusstsein für die Wichtigkeit von psychischem Wohlbefinden und Selbstfürsorge ab.

Besuchende erleben interaktiv, was für die eigene psychische Gesundheit wichtig ist. Die vielfältigen Stationen laden zum Entdecken, Testen, Nachdenken, Ausprobieren und Fotografieren ein. Sie geben konkrete Impulse für ein positives Selbstbild, das in einem Foto festgehalten werden kann: Riesenschaukel, Bälle-Badewanne, Kaleidoskop, Musik- und Kreativzone, Lounge – inspirierend, lehrreich und vielseitig.

Im Fokus steht die Frage:

**«Was kann ich tun, um meine eigene psychische Gesundheit zu stärken?»**

Die Ausstellung richtet sich an Jugendliche, Impulse für die Pflege der eigenen psychischen Gesundheit können jedoch alle Altersgruppen erhalten.

## **Inhalt und Organisation:**

VBW – Verein für Betreutes Wohnen  
in Liechtenstein

## **Künstlerisches Konzept:**

Kreativ Akademie / Rocket Science



Verein für Betreutes Wohnen  
in Liechtenstein



Dorfstrasse 24  
Alte Fabrik  
FL 9495 Triesen  
T +423 392 50 80  
gasometer@triesen.li  
www.gasometer.li

**Öffnungszeiten  
der Ausstellung:**  
**Fr 16 bis 20 Uhr**  
**Sa, So 14 bis 18 Uhr**

**Weihnachtspause:**  
**20. Dezember 2024 -  
5. Januar 2025**

Führungen und Ausstellungs-  
besuche ausserhalb der  
Öffnungszeiten auf Anfrage.  
Anmeldung für Schulklassen:  
info@vbw.li

**triesen**   
*mein lebens(t)raum*