



Wut und Ärger – So gehe ich damit um!

sebit_{aargau}
selbstbestimmte bildung und teilhabe

Ort:

Gemeinschaftszentrum Telli,
Girixweg 12
5000 Aarau

Kosten:

Werden über IV-Rente und
Ergänzungsleistung bezahlt.

Modulnummer:

PRSK12

Anmeldung:

sebit aargau, Bühlstrasse 8,
5033 Buchs

Mail:
info@sebit-aargau.ch

Telefon:
062 824 36 33

Anmeldeformular finden Sie unter
www.sebit-aargau.ch

Kennen Sie das Gefühl Ärger und Wut?

Sie lernen Ihre Gefühle besser kennen.

Sie erleben was Ihnen hilft
wenn Sie wütend sind.

Sie üben wie sie mit Wut
besser umgehen können.

Zeit:

9 Uhr bis 15 Uhr

Tage:

Samstag und Sonntag

Oktober 2021:

23. / 24.

November 2021:

13. / 14.