



Wut und Ärger – So gehe ich damit um!

sebit_{aargau}
selbstbestimmte bildung und teilhabe

Ort:

Gemeinschaftszentrum Telli
Girixweg 12
5000 Aarau

Kosten:

Für IV-Berechtigte kostenlos.

Modul-Nummer:

PRSK12

Anmeldung:

sebit aargau
Bleichemattstrasse 42
5000 Aarau

Mail:
info@sebit-aargau.ch

Telefon:
062 824 36 33

Anmelde-Formular 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:

Freitag und Samstag

April 2024:

12. / 13.

Mai 2024:

3. / 4.