

STARK OHNE GEWALT



Was hat ein
Wasserglas mit
Stärke zu tun?



Schulung zur Emotionsregulation

Großer Stress kann das persönliche „Wasserglas“ zum Überlaufen bringen. Wir üben einen positiven Umgang mit Stress und Emotionen.

Workshops:

- 8 x 2 Stunden wöchentlich
- 10 – 12 Teilnehmer:innen
- Peer-Trainer:innen
- Kostenlos an Schulen, in Freizeit-, Wohn-, u.a. Einrichtungen
- Kursprache je nach Gruppe: Deutsch, Arabisch, Dari/Farsi, Somali, Tschetschenisch, u.a.

FRAGEN UND ANMELDUNG

Abdalla Mohammad
mohammad@afya.at
+43 670 6056211
www.afya.at

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Das STARK-Programm wird im Rahmen des
Projektes „Reset“ angeboten www.projekreset.at.
Finanziert aus Mitteln des Sozialministeriums.