

# Gefühlsregulation – Ich entscheide, wer mich kränkt

## 06. November 2018, 18:30 Uhr

NÖGKK Service-Center Amstetten  
3300 Amstetten, Anzengruberstraße 8



shutterstock.com

### Vortrag mit Mag. Ulrike Kriener, Klinische und Gesundheitspsychologin

- » Bewusstmachen ungesunder und gesunder Gefühle
- » Techniken zur Regulation von Gefühlen
- » Erklärung unterschiedlicher Persönlichkeitstypen

### Eintritt frei!

Anmeldung erforderlich unter Tel.: 050 899-0154 oder  
unter [amstetten@noegkk.at](mailto:amstetten@noegkk.at)

