



Carefirst Community Support Services

耆暉會社區支援服務

Virtual Education and Information Program

網上資訊平台

如何管理憤怒情緒 (英語)

Anger Management (English)

日期：十月十九日 (星期二)

時間：上午十時至十一時

Date: October 19 (Tuesday)

Time: 10:00am to 11:00am



內容包括:

- 我在生氣嗎?
- 憤怒的類型
- 如何尋找平衡?

Content:

- Am I angry?
- Types of Anger
- Strategies on How to Find Balance

查詢或索取 Zoom ID請致電:

416-502-2323 內綫: 6178

或電郵至: kaixuan.lao@carefirstontario.ca

Registration and Zoom ID

Please Contact 416-502-2323 Ext. 6178

or email to: kaixuan.lao@carefirstontario.ca

