





Kursinformation



Mind-Spring-Kurs auf **Farsi** in Karlsruhe ab dem 20. April 2026

-  Sprache: Farsi
-  Ort: Kaiserstraße 41
76131 Karlsruhe
-  Termine & Programm:
 - Montag, 20.04 - Start-Workshop
 - Donnerstag, 23.04 - Mit Stress umgehen
 - Montag, 27.04 - Trauma und Resilienz
 - Donnerstag, 30.04 - „Wie geht es dir“ - Differenzierung
 - Montag, 04.05 - Trauer und Verlust
 - Donnerstag, 07.05 - Identität
 - Montag, 11.05 - Mit Gedanken diskutieren
 - Montag, 18.05 - Sucht und Konsum/Ich-Wir und Ehre
 - Donnerstag, 21.05 - Balance und Energie
-  Uhrzeit: 16:30 Uhr

Anmeldung über:


[Folgenden AnmeldeLink](#)

oder über



Abscannen und kostenlos
teilnehmen!

Kontakt:





-  Sonja Greiner: mindspring@landratsamt-karlsruhe.de
Fragen in persischer Sprache leiten wir gerne an unsere Trainerin weiter.
Bei Bedarf organisieren wir gerne einen Rückruf.
Wir freuen uns auf eure Fragen und Teilnahme am Kurs!

 Find me on [Integreat](#) & [AniKA](#)

Kursinformation



Mind-Spring-Kurs auf **Arabisch** in Karlsruhe ab dem 20. April 2026

-  Sprache: Arabisch
-  Ort: Waldhornstr. 10a
76131 Karlsruhe
-  Termine & Programm:
 - Montag, 20.04 - Start-Workshop
 - Mittwoch, 22.04 - Mit Stress umgehen
 - Montag, 27.04 - Trauma und Resilienz
 - Dienstag, 28.04 - Mein Leben: „Was läuft gut? Was bereitet Schwierigkeiten?“
 - Dienstag, 05.05 - Trauer und Verlust
 - Dienstag, 12.05 - Identität
 - Mittwoch, 13.05 - Hilfreiche Gedanken finden
 - Montag, 18.05 - Sucht und Konsum/Ich-Wir und Ehre
 - Mittwoch, 20.05 - Balance und Energie
-  Uhrzeit: 16:00 bis 17:30 Uhr

Anmeldung über:


[Folgenden AnmeldeLink](#)

oder über



Abscannen und kostenlos
teilnehmen!

Kontakt:

-  Sonja Greiner: mindspring@landratsamt-karlsruhe.de
Fragen auf Arabisch beantwortet gerne unser Trainer.
Wir freuen uns auf eure Fragen und Teilnahme am Kurs!

 Find me on [Integreat](#) & [AniKA](#)