

Kursinformation



Mind-Spring-Kurs auf **Farsi** in Stutensee ab dem 09. Juni 2026

- 🌱 Sprache: Farsi
- 🌱 Ort: Hauptstraße 80
76297 Stutensee
- 🌱 Termine: dienstags vom 09. Juni bis zum 28. Juli
- Programm:

 - Workshop 1: Start-Workshop
 - Workshop 2: Mit Stress umgehen
 - Workshop 3: Trauma und Resilienz
 - Workshop 4: „Wie geht es dir“ - Differenzierung
 - Workshop 5: Trauer und Verlust
 - Workshop 6: Identität
 - Workshop 7: Mit Gedanken diskutieren
 - Workshop 8: Sucht und Konsum/Ich-Wir und Ehre
 - Workshop 9: Balance und Energie
- 🌱 Uhrzeit: 10:00 Uhr

Anmeldung über:

[Folgenden AnmeldeLink](#)

oder über



Abscannen und kostenlos
teilnehmen!

Kontakt:

- 🌱 Linda Budde: 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](#)



دوره اطلاعات

به زبان فارسی در اشتوتنزی، از ۹ ژوئن ۲۰۲۶ آغاز می‌شود **Mind-Spring** دوره

زبان	فارسی
مکان	خیابان اصلی ۸۰ ۷۶۲۹۷ اشتوتنزی
تاریخ‌ها و برنامه	سه‌شنبه‌ها از ۹ ژوئن تا ۲۸ ژوئیه
کارگاه ۱	کارگاه مقدماتی
کارگاه ۲	مقابله با استرس
کارگاه ۳	تروما و تاب آوری
کارگاه ۴	حالت چگونه؟ تمایز و تفاوت
کارگاه ۵	غم و تجربه از دست دادن
کارگاه ۶	هویت
کارگاه ۷	گفتگو با افکا
کارگاه ۸	اتیاد و مصرف/من، ما: فرهنگ و شرف
کارگاه ۹	تعادل و انرژی

زمان ساعت ۱۰:۰۰ صبح

به صورت رایگان در: ثبت‌نام کنید

[از طریق این لینک ثبت‌نام کنید](#)

یا از طریق این کد QR



اسکن کنید و شرکت کنید،
دوره رایگان!

تماس:

mindspring@landratsamt-karlsruhe.de: Linda Budde 🌱

ما مشتاقانه منتظر استقبال از شرکت‌کنندگان فراوان هستیم!

📍 می‌توانید Mind Spring را در [Integreat](#) و [AniKa](#) پیدا کنید.