Kursinformation

Mind-Spring-Kurs auf **Englisch** in Karlsruhe **ab dem 16. Januar 2027**

- Sprache: Englisch
- Ort: Kaiserstraße 41
  76131 Karlsruhe
- Termine & Programm:
  - Samstag, 16.01. - Start-Workshop
  - Samstag, 23.01. - Mit Stress umgehen
  - Samstag, 30.01. - Trauma und Resilienz
  - Samstag, 06.02. - „Wie geht es dir“ - Differenzierung
  - Samstag, 13.02. - Trauer und Verlust
  - Samstag, 20.02. - Identität
  - Samstag, 27.02. - Mit Gedanken diskutieren
  - Samstag, 06.03. - Sucht und Konsum/Ich-Wir und Ehre
  - Samstag, 13.03. - 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 auf Englisch beantwortet gerne unser Trainer.
  Wir freuen uns auf eure Fragen und Teilnahme am Kurs!

👉 **Find me on Integreat & AniKA**

Course information

Mind-Spring course in **English** in Karlsruhe, **starting on 16 January 2027**

- Language: English
- Location: Kaiserstraße 41
  76131 Karlsruhe
- Dates & Programme:
  - Saturday, 16.01. - Introductory workshop
  - Saturday, 23.01. - Coping with Stress
  - Saturday, 30.01. - Trauma and Resilience
  - Saturday, 06.02. - ‘How are you?’ – Differentiation
  - Saturday, 13.02. - Grief and Loss
  - Saturday, 20.02. - Identity
  - Saturday, 27.02. - Working with Thoughts
  - Saturday, 06.03. - Addiction and Consumption / “I” and “We” and Honour
  - Saturday, 13.03. - Balance and Energy
- Time: 10:00 a.m.

Registration via:

the following registration link

or via

Scan the QR code and take part for free!

Contact:

- Linda Budde: mindspring@landratsamt-karlsruhe.de
  Our trainer will be happy to answer any questions in English.
  We look forward to your questions and to seeing you on the course!

👉 **Find me on Integreat & AniKA**