

Formulaire d'inscription :

Nom :

.....

Prénom :

.....

Adresse :

.....

Langue maternelle :

.....

E-mail :

.....

Téléphone :

.....



Soutenu par la Fondation du Baden-Wurtemberg pour la prévention de la santé avec des fonds de l'assurance maladie obligatoire du Baden-Wurtemberg, § 20a SGB V.



FRANZÖSISCH

Mind-Spring

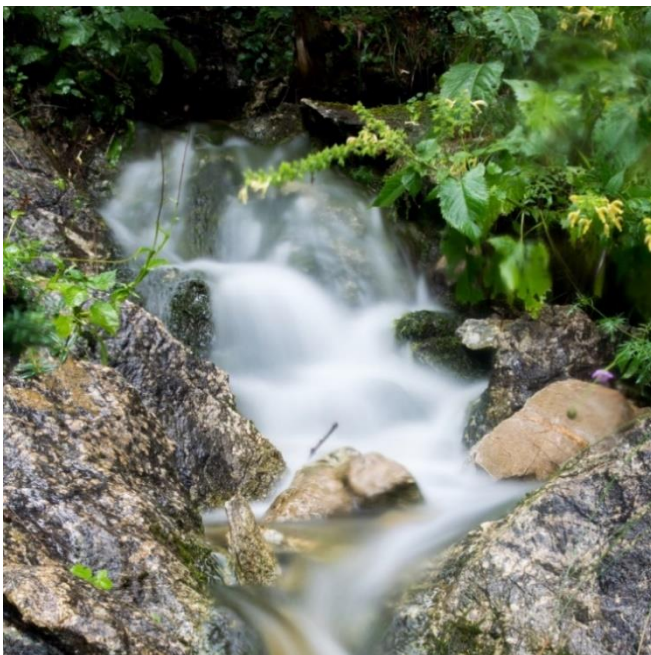
... un programme de réfugiés pour les réfugiés dans la région de Böblingen

- Vous vivez en Allemagne depuis peu de temps ?
- Vous avez parfois l'impression que tout devient trop difficile ?
- Vous avez du stress et des problèmes et ne savez pas comment les gérer ?
- Vous voulez faire quelque chose pour vous sentir mieux ?

Alors, cette offre est faite pour vous, et elle est gratuite !

Migration et réfugiés





Qu'allez-vous trouver chez Mind-Spring :

- Chez Mind-Spring, vous vous réunissez en groupe avec des personnes qui connaissent très bien votre situation.
- Vous parlez dans votre langue maternelle sur des sujets qui sont importants pour vous !
- Vous serez soutenu par des formateurs et formatrices expérimentés qui vous donneront des informations importantes et vous apporteront leur soutien,

Dans le groupe Mind-Spring, nous parlons :

- Du stress et de la gestion du stress
- Du deuil, de la perte
- Des questions liées à l'identité
- Des réflexions et sentiments personnels

Chez Mind-Spring

- Vous apprenez à mieux comprendre votre propre situation
- Nous cherchons ensemble des moyens pour mieux gérer les difficultés
- Vous pouvez partager vos expériences positives et négatives avec le groupe
- Vous faites des exercices qui peuvent vous aider.



Comment ça marche ?

Il suffit de s'inscrire à un groupe Mind-Spring !

Chaque groupe organise 8 sessions !

L'inscription est obligatoire !

Mind-Spring est gratuit !



Coordonnées :

Anis Yaiser

Koordinierungsstelle Mind-Spring
VDV e.V. - Vermittlung deutscher
Sprache und Kultur e.V.

Schulungszentrum Leonberg

Eltinger Str. 61

71229 Leonberg

E-Mail: mindspring@vdv-leonberg.de

Tel.: 0174-2375507