



# MIND-SPRING

Mind-Spring<sup>®</sup> - een educatief groepsaanbod voor vluchtelingen. Mind-Spring is een inspirerende term die staat voor beweging en bloei.

## Doel van het programma:

de mentale weerbaarheid vanuit hun eigen kracht verhogen en hen helpen de toekomst aan te pakken. De groep wordt in de eigen taal begeleid door een Mind-Spring-trainer, een ervaringsdeskundige en een Mind-Spring co-begeleider, een professional uit de sociale, medische, onderwijssector,...



west-vlaanderen  
de gedreven provincie

**Interreg**  
France-Wallonie-Vlaanderen



**AB Refugiés - Social**

**CAW**  
versterkt welzijn

Wenst u meer info over Mind-Spring?

Contacteer Katrien Vanhooren,  
Projectcoördinator Mind-Spring West-Vlaanderen.

Tel. 0471 81 97 16

[katrien.vanhooren@cawnoordwestvlaanderen.be](mailto:katrien.vanhooren@cawnoordwestvlaanderen.be)

[www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)

## Je bent gevlogen? Je hebt het gevoel dat je weg kwijt bent?

Via het **Mind-Spring programma** zoeken we samen naar de balans in uw leven zodat je terug een richting ziet. De cursus wordt in uw eigen taal gegeven. Heb je interesse? Kom naar de Mind-Spring infosessie! **Vraag meer info bij uw begeleider of ga naar [www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)**

## Avez-vous fui votre pays? Avez-vous l'impression d'être perdu?

Dans le **programme de Mind-Spring** nous cherchons ensemble à retrouver l'équilibre et la bonne direction dans votre vie. Le cours se donne dans votre propre langue. Si vous êtes intéressé, veuillez venir participer à la session d'information de Mind-Spring! **Pour plus d'informations, adressez-vous à votre assistant ou sur le site [www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)**

## Have you fled your country?

## Do you feel like you have lost your way?

With the help of the **Mind-Spring program** we will search together for the balance in your life so that you can find your path again. The course is given in your language. Are you interested? Please come to the Mind-Spring information session! **Ask your mentor for more information or take up contact with [www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)**

هل هاجرت من بلدك؟ هل شعر وكأنك قد فقدت طريقك؟ مع مساعدة من برنامج المايند سيرنخ سوف نبحث معاً عن التوازن في حياتك بحيث يمكنك العثور على مسارك مرة أخرى. تطبي هذه الدورة بلغتك الأم. هل لديك اهتمام و رغبة؟ يرجى الحضور إلى جلسة معلومات المايند سيرنخ! أسأل مشرفوك الخاص للحصول على المزيد من المعلومات أو تصفح هنا [www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)

تاسو مهاجرت کري؟ تاسو احساس کوي چي خپله لاره مو ورکه کري ده؟ د ذهن د پرسلي بروکر ام له لاري مور پا گده، ژوند کي د توازن لته کوو ترڅو تاسو بېړنه خپل لاره ووېني. کورسونه به ستاسو په خپله ژبه وي. تاسو علاقه لاري؟ د ذهن د پرسلي مالوماتي پروګرام ته راشي!  
لا زيات معلومات له خپل لارښود خخه پوښتلي شي او یا لاندندي لينک کلتلي شي.  
[www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)

شما مهاجرت کرده اید؟ شما احساس میکنید که مسیر خود را از دست داده اید؟ از طریق برنامه بهار ذهن ما با هم برای تعادل در زندگی شما تلاش میکنیم تا شما چهت را ببینید. کورس ها به زبان خود شما تدریس میگردد. شما دلپذیبی دارید؟ پس به برنامه مالوماتی ای بهار ذهن تشریف بیاورید!

برای اطلاعات بیشتر از رهنمای خود و یا از طریق لینک ذیل دریافت کرده میتوانید

[www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/](http://www.caw.be/mindspring-westvlaanderen/)