

## **Schreiben als Hilfe zur Bewältigung seelischer Krisen und mehr**

„Und mehr“ soll heißen, dass die Ergebnisse des Schreibens nicht nur als eine Art Tagebucheinträge gesehen werden sollen und soll darauf hindeuten, dass z.B. spielerisches (oder „automatisches“) Schreiben oft die Stimmung sehr verbessern kann, ohne dass notwendigerweise Probleme thematisiert werden müssen. Es werden auch künstlerische Basis-Techniken vermittelt, wie z.B. das „Show, don't tell“ und die verschiedenen Erzähltechniken. Das alles soll anhand von Beispielen gezeigt und dann in kleinen Schreibübungen eingeübt werden. Es ist geplant, einen kleinen Sammelband zusammen zu stellen, zu dem jeder Teilnehmer etwas beitragen kann.

**Referentin: Claudia** (64 J.): Ich bin Übersetzerin für die französische Sprache. Ich habe jahrelang die Schreibgruppe „Die Wilden Federn“ in dem Nürnberger Selbsthilfverein „Pandora e.V.“ geleitet und war auch Mitglied der Redaktionsgruppe des „Infoblattes“. Ich schreibe seit meinem 7. Lebensjahr und habe im Alter von 22 Jahren mit meiner „Frustrationstrilogie“ den zweiten Bayerischen Jungautorenpreis gewonnen.



**Samstag/Sonntag, 5./6. November 2022**

**Ort: Anlaufstelle Westfalen, Herner Str. 406, 44807 Bochum  
jeweils von 10 - 17 Uhr**

**Teilnahmebedingungen:** Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist nur **nach Anmeldung** bei Annette unter Tel. 0175-5945501 oder per E-Mail an [annette.nrw@gmx.de](mailto:annette.nrw@gmx.de) möglich! Für eine verbindliche Anmeldung sind 10 € Anmeldegebühr, das sogenannte Reuegeld, auf das LPE NRW Konto zu überweisen, diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht. Bankverbindung des LPE NRW: IBAN: DE98 3702 0500 0008 3749 00. Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Menschen begrenzt. Ein Fahrtkostenzuschuss für Bedürftige -billigste Möglichkeit- kann nur bei der Anmeldung beantragt werden.