

## Schreibend zur seelischen Balance

Haben Sie schon einmal eine psychische Entlastung durch Schreiben erfahren oder können Sie sich vorstellen, dass Schreiben ein Weg zur Psychohygiene für Sie darstellt? Manche Menschen erleben es als Kraftquelle, etwas zu Papier zu bringen – Schreiben hilft ihnen Erlebtes zu verarbeiten, mit etwas abzuschließen oder Wünsche zu formulieren. Ein Stift ist immer zur Hand, man muss sich nur Zeit nehmen! Dieses Seminar bietet die Möglichkeit mit Hilfe von kreativen Schreib Anregungen sich bewusst Zeit für sich zu nehmen und gibt auch Tipps, wie man das Schreiben ebenso zuhause, etwa in Form eines Tagebuchs, in den Alltag integrieren könnte. Texte können, müssen aber nicht mit der Gruppe geteilt werden. Es wird nichts beurteilt, nichts gewertet: weder Form, Stil, Inhalt oder die Rechtschreibung - einfach nur zum Ausdruck bringen, was das Unterbewusste zu Papier bringt. Daher sind auch keine Vorkenntnisse nötig!

Änderungen vorbehalten.

### Information

<b>Kursdauer:</b>	6 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	81,00 € Kursbeitrag ohne Förderung 28,00 € Kursbeitrag gefördert
<b>Fachbereich:</b>	Persönlichkeit & Kreativität
<b>Zielgruppe:</b>	Konsumentinnen und Konsumenten
<b>Mitzubringen:</b>	Schreibunterlage (falls vorhanden)

### Verfügbare Termine

#### 03.04.2025 09:00, Mauthausen

Ort	Mauthausen
Beginn	03.04.2025 09:00
Ende	03.04.2025 15:00
Örtlichkeit	Betrieb Marksteiner, Haid 8, 4310 Mauthausen
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	0790/1
Trainer:in	Maria Mühlböck
Termin 1	03.04.2025, 09:00 - 15:00 Uhr