

Mein Leben in Worten - Schreiben als Selbstfürsorge

Haben Sie schon einmal erlebt, dass Schreiben für Sie entlastend wirkt? 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 Schreibanregungen sich bewusst Zeit für sich zu nehmen, sich mit seiner Biographie zu beschäftigen und gibt auch Tipps, wie man das Schreiben 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 Unbewusste zu Papier bringt. Daher sind auch keine Vorkenntnisse nötig!

Änderungen vorbehalten.

Information

Kursdauer:	6 Einheiten
Kursbeitrag:	96,00 € Kursbeitrag ohne Förderung 34,00 € Kursbeitrag gefördert
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, junge Bäuerinnen, Konsumentinnen und Konsumenten
Mitzubringen:	Kindheitsfotos, Schreibunterlage (sofern vorhanden)

Verfügbare Termine

19.03.2026 09:00, Mauthausen

Ort	Mauthausen
Beginn	19.03.2026 09:00
Ende	19.03.2026 15:00
Örtlichkeit	Betrieb Marksteiner, Haid 8, 4310 Mauthausen
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	0790/2
Trainer:in	Maria Mühlböck
Termin 1	19.03.2026, 09:00 - 15:00 Uhr