



## Kreative Schreibwanderung

**Dieser Termin richtet sich an alle, die Lust auf einen entspannenden Spaziergang durchs Vermolder Bruch mit verschiedenen Schreibphasen haben.**

Während eines fröhlichen Spazierganges durch die wundervolle Vermolder Landschaft machen wir immer wieder Halt, um in ruhiger Umgebung Gedanken und Ideen zu notieren. Wir sprechen sämtliche Sinne an, um

unsere Empfindungen und Fantasien zu notieren. Verschiedene einfache Schreibspiele und Schreibmethoden helfen uns dabei. Besondere Kreativität oder Schreibfähigkeiten sind nicht erforderlich. Kreativ schreiben kann jeder!

Auf unserem Weg zeigen wir leichte Übungen, um zur Ruhe zu kommen, Stress abzubauen und den Kopf zum Schreiben frei zu bekommen.

Schreibend schauen wir mit *Rana arvalis* – dem Moorfrosch – auf eine neue Perspektive.

Ziel dieses Termins ist nicht nur, die Natur mit allen Sinnen zu erleben, sondern auch Entspannung, gute Laune und das Spiel mit Wort und Schrift

Wir teilen Erlebnisse miteinander, so dass dieser Termin auch

für Einzelpersonen ab 14 Jahren geeignet ist.

Kommt der Körper in Bewegung, arbeitet der Geist leichter.

Dozentin:  
Marion Richter,  
Dozentin in der Kinder-, Jugendlichen- und Erwachsenenbildung, Vermold

