

# Berührung in Worte verwandeln

15.04.2010

Liebe Freundinnen und Freunde des Schreibens,

heute und in den nächsten Briefen lasse ich Gruppenteilnehmerinnen das Wort ergreifen.

*Mein schreibendes „Ich“ ist mutiger  
Irgendwann ist es entstanden  
Aus Not und Verzweiflung  
Mein schreibendes „Ich“  
Wer interessiert sich schon für mich?  
Schreiben seit 25 Jahren  
Hat mir Lebensmut und Kraft gegeben  
Hat mich stolz gemacht  
Mein schreibendes „Ich“ ist stark  
Nicht so verletzlich  
Es sagt mir - was aus mir geworden ist  
Wird es stumm - stimmt etwas nicht mit mir*

*Für meine Nachkommen?!*

Annegret Löser 2. Februar 2010

*Ein schreibendes Ich in mir  
und ein nichtschreibendes?  
Ich nehme sie anders wahr als N. Goldberg:*

*mein nichtschreibendes Ich ist das  
treibende, das im Geschriebenen  
Frucht bringt.  
In ihm bereitet sich das Wort,  
ehe es zum Licht kommt.  
Ich beobachte in mir einen Prozess  
der Wortfindung und Wortbildung.*

*Auch das birgt Freude.*

Adelheid Kayser

Und wie ist es mit Deinem „schreibenden Ich“? Viel Vergnügen bei der Selbsterforschung wünscht Euch heute

## Kurse und Seminare 2010 - 1. und 2. Trimester und Ausblick 3. Trimester

### Fortlaufende Kurse

- **Für Frauen, die vormittags Zeit haben: Intuitiv schreiben - Unsagbares in Worte fassen** Di vormittag, 9-12 h. 70 €. Ort: Familienbildungsstätte, Lennéstr.5, Seminar-Raum 1. Anmeldung: 0228/9449030. Termine: 04.05., 11.05., 18.05., 15.06., 22.06., 29.06., 06.07.2010
- **Schreiben um zu leben - Selbsterfahrungsgruppe für Frauen. Do 18.30-19.00 h** (langsame Ankunft mit Teetrinken) 19.00 (pünktlich: Seminarbeginn, von 19-19.15 immer Meditation) - 21.15. Ort: Raum für Wesentliches, Elsa-Brändström-Str. 123 (Busse 606 Halt.Hermannstr. bis Halt.Kreuzherrenstr. und 607 Halt. Konrad-Aden.-Platz bis Halt. Rhenusallee, Parkplätze vorhanden). Termine: 22.04., 29.04., 06.05., 17.06., 01.07.2010. (ein Termin wird noch vefestgelegt) Kosten: 126 €/ermäßigt 100 € (nach Selbsteinschätzung, inkl. 19 % MwSt., Raummiete). Anmeldung (bis 25.03.2010): bitte mit Coupon und zeitgleicher Überweisung (auch 3 Raten sind möglich). - Einstieg möglich bis zum 3. Termin.

## Seminare und Workshops/Jahresgruppen und Ausbildungen

### AUSBILDUNG

- **„BERUFUNG: SCHREIBEN!“** (die X. Frauenschreibschule, jetzt auch in Form von einzeln zu buchenden Modulen!) 1. 21.-26.11.2010/20.-25.02.2011: Das Buch Deines Lebens - Autobiografisches Schreiben, Kloster Waldbreitbach. Bitte fordern Sie den ausführlichen Informationsbrief zum 1. Modul an! - 2. 01.-06.04.2011: Wunden in Worte verwandeln - (Selbst-)therapeutisches Schreiben, Kloster Waldbreitbach (Honorar für die 5-tägigen Seminare: je 450/500/550 nach Selbsteinschätzung ohne U/V) - 3. 27.-30.05.2010: Schreiben aus der Kraft der Stille: Meditation im Sitzen und Gehen, Schweigezeiten, Essenzielles Schreiben, Frauenbildungshaus Zülpich - 4. 26.09.-01.10.2010 (**Achtung: Um Modul 4 buchen zu können, ist die Teilnahme an Modul 1 oder 2 Voraussetzung!**) Schreiben lernt frau durch schreiben - Einführung und Übungen in Lyrik, Kurzgeschichte, Erzählung, evtl. Essay und Planung eines eigenen (sehr weit gefassten) Schreibprojektes. - 5. 22.-27.11.2011: Dein Coming-out als Schriftstellerin/Dichterin/ Publizistin - Abschluss Deines Projektes, und - evtl. auszugsweise - Präsentation/Lesung bei einer öffentlichen Matinée. - Alle 5 Module sind obligatorisch, um das aussagefähige Zertifikat zu erhalten. Die Seminare (mit Ausnahme des 3. Moduls) finden im Kloster Waldbreitbach statt, auf einem Berg im Westerwald gelegen, mit herrlichem Blick von allen Zimmern ins Tal! (Bahnhof Linz, von dort Taxi).
- **Im Kreis der Frauen: „BERUFUNG: KÜNSTLERIN! - Die Reise der Heldin“.** Beginn der nächsten Gruppe: Februar 2011, jeweils Fr 22.01. 19-21.15, Sa 23.01.2010 10-19 Uhr. Im Verlauf eines Jahres wirst Du lernen, wie Du deine innere Stimme befreien, zum Klingen bringen, kraftvoll nach außen bringen und wirksam werden kannst. Jeder der 6 Seminarblöcke hat ein eigenes Thema, zu dem Du 14 Tage vor jedem Modul einen Brief von mir erhältst. Während der einzelnen Module erhältst Du einen Studienbrief mit Literaturliste und Tipps für das häusliche Studium. - Die **Termine für 2011** stehen so gut wie fest, sie sind ab ca. Mitte März im Netz zu finden. **Ort:** INTRA, (Schöne, alte Villa mit Garten!), Heinz-Dörks-Haus, Joachimstr. 10-12, (Nähe U-Bahn Auswärtiges Amt). Kosten: Pro Modul 150 € incl. MwSt., Kursmaterialien, Studienbrief. **Bitte Flyer mit insgesamt 6 Terminen (alle Freitag-Abend und Samstag bis auf Juni-Termin) anfordern oder herunterladen.**

### März

- **Schreib- und Dialogwerkstatt für Nachkriegskinder und Kriegsenkel: „Das Erbe tragen wir in uns!“** Fr 12.03, 18-20.15, Sa 13.03., 10-18 h, So 14.03.2011, 10-17.00 h. Familienbildungsstätte Bonn, Quantiusstr. 16, Musikzimmer, Gebühr: 47,50 €, Veranstaltungs-Nr. 7400016. In diesem Workshop haben Sie die Gelegenheit, unter Ihresgleichen, d.h. unter Gleichgesinnten, die sich ebenfalls auf Spurensuche nach in ihnen „abgelagerten“ Kriegsfolgen zu begeben, Solidarität, Verständnis, Erleichterung und Entspannung zu erfahren. Die Langsamkeit des Schreibens hilft dazu, Erinnerungen, auch unaussprechliche, „nur“ erahnte, ins Wort zu nehmen. Die Langsamkeit des Vorlesens hilft, sich

- mit den dazu gehörigen Gefühlen zu verbinden und diese los lassen zu können. - Der Workshop wird von Achtsamkeit, Respekt, Wärme, Herzlichkeit und Humor getragen. *Männer willkommen!*

#### April

- **„Wer inne hält, findet innen Halt“ - Meditation, Achtsamkeitsübungen und kreatives Schreiben.** 09.-11.04.2010. (Für Männer und Frauen) Ort und Anmeldung: Waldhaus - Zentrum für Buddhismus und bewusstes Leben. Heimschule 1, 56645 Nickenich, Tel.: 02636-3344, [budwest@t-online.de](mailto:budwest@t-online.de), [www.waldhaus-am-laacher-see.de](http://www.waldhaus-am-laacher-see.de). Kosten: Kursgebühr € 65 + UB (vollwertig, vegetarisch, köstlich) + empfohlene Spende (Minimum € 40). In Stille zu sitzen und kreativ und intuitiv zu schreiben haben etwas gemeinsam: Beide Übungswege laden zum Innehalten ein und dazu, Ihren Geist zu beobachten und ihn kennen zu lernen. Außerdem üben Sie Methoden ein, wie Sie in aufgewühlten Zeiten Orientierung und Halt finden können. **Wichtig:** Um die Kosten so niedrig halten zu können, gehört ca. 1 knappe Stunde Mithilfe in Haus oder Garten zur Tradition. Eine gute Gelegenheit, Meditation und Arbeit miteinander zu verbinden! *Männer willkommen!*
- **VORTRAG: „Die Wucht des Schweigens im Wort erlösen“ - Wie Schreiben beim Erinnern und Verarbeiten helfen kann.** Erfahrungen aus den Dialog- und Schreibwerkstätten der letzten zwei Jahre. Ort: Gemeindehaus der Trinitatiskirche in Eendenich, Brahmsstraße 16 Zeit: 20. April 2010. 19-20.30 Uhr. Der Eintritt ist frei
- **LESUNG: „Der grüne Teppich“ und andere wahre Geschichten - Die Intuitive Schreibwerkstatt liest aus dem Eingemachten.** Ort: Akademie Remscheid für musische Bildung und Medienerziehung e.V., Küppelstein 34, 42857 Remscheid, Telefon: 02191/794-0, E-Mail: [kreativ50plus@akademieremscheid.de](mailto:kreativ50plus@akademieremscheid.de). Zeit: 21.04.2010, 20-21.30 Uhr. Anmeldung: Bitte schriftlich, der Eintritt ist frei.

#### Mai

- **Kreativer Schreiben - im Büro und anderswo! (Für Männer und Frauen!)** **BILDUNGSURLAUB:** 17.-21.05.2010, (Mo 9.00 h bis Fr 16.00 h) im Bildungswerk für Friedensarbeit, Bonn. Im Krausfeld 30 a. **Anmeldung:** [info@bf-bonn.de](mailto:info@bf-bonn.de) oder 0228/9695940. 5 Tage Raum, eine geschützte Atmosphäre, ein Kreis von Gleichgesinnten, um unter Anleitung die eigenen beruflichen oder sonstigen Schreibprojekte, Schreibpläne, Manuskripte, Geschäftsbriefe, Fachaufsätze, Flyer... tief zu beleuchten. Vermittlung kreativer Schreibtechniken und-methoden. **Ziel:** Eine persönliche, authentische, prägnante Sprache bzw. Schreibstimme finden und diese motiviert und wirksam nach außen bringen!
- **LESUNG: Poesie trifft Skulpturen - Ausstellung von Egbert Verbeek, Maler und Bildhauer.** Mo 31. Mai 2010, 19.30-21.00 Uhr, Lennéstr. 5, Saal, Eintritt 5 €. Veranstaltungs-Nr. 7300008

#### Juni

- **LESUNG. Kriegsenkel und Nachkriegskinder lesen von ihrer poetischen Spurensuche.** Fr 18. Jun. 2010, 19.00-21.15h, Lennéstr.5, Saal Gebühr: 5,00 €, Veranstaltungs-Nr.: 7400017

## Juli

- **Zwiegesprächs-Workshop für Paare (mit Hans-Reiner Hühner):** u.a. nach Prof. Dr. Michael Lukas Moeller: **02.-04.07.2010 Fr ( 19-21.15), Sa (10-18), So (10-13.30)**. Ort und Anmeldung: Familienbildungsstätte Bonn, Lenné-str. 5, 53113, Bonn, 0228/94490-0, postmaster@fbs-bonn.de - Sich öffnen und wirksam kommunizieren, den Anderen und sich selber besser verstehen, aber endlich auch verstanden werden: Diese Ziele sind erreichbar! Im Kurs wird die Grundordnung des Zwiegesprächs vorgestellt... Am Samstagnachmittag erhält jedes Paar die Gelegenheit, ein eineinhalbstündiges Zwiegespräch ungestört in einem Raum des Familienbildungswerkes zu führen. (Die Leiter sind seit 8 Jahren verheiratet und haben eine erwachsene Tochter.)
- **Qi-Gong und der Zauber des Schreibens (Ein besonders nährender Workshop für Frauen):** 21.-25.07.2010 (Mi 10 - So 14 ) im Bildungshaus des Klosters Waldbreitbach im Westerwald (Nähe Bonn, Koblenz). **Mit Dr. Ingrid Reuther.** Der Flyer liegt inzwischen vor und kann angefordert werden. Kosten: 400 € inkl. MwSt., 230 € für 4 Ü/4 Mahlzeiten. Lassen Sie sich schon auf die Liste setzen!

## August

- **Die XI. Frauenschreibschule beginnt wieder im Frauenbildungs- und Ferienhaus Zülpich!** Beginn **26.-29.08.2010** mit dem 1. Seminarmodul „**Ich schreibe, also bin ich**“, das auch als Entscheidungsseminar für die gesamte Fortbildung gilt. Die Entscheidung für die Teilnahme an allen Modulen muss am Ende des 1. Moduls getroffen werden. Die Fortbildung besteht aus **insgesamt 15 Seminartagen**, in denen **kreatives, autobiografisches, therapeutisches, meditatives Schreiben** gelehrt und trainiert wird. Außerdem gibt es Übungen in **Lyrik, Kurzgeschichte, Erzählung, Essay** und die Möglichkeit, sich unter der Leitung und Begleitung der Gruppe einem längeren **Schreibprojekt** zu widmen. Je nach Gruppengröße werden eine Assistentin sowie eine Referentin für einen Baustein im 3. Modul anwesend sein. Im letzten Seminarblock werden die Zertifikate feierlich überreicht und die Künstlerinnen/Autorinnen/Publizistinnen /Schriftstellerinnen geehrt. Die entstandenen Texte bzw. Projekte werden in einer öffentlichen Soirée (Transfair-Café in Zülpich) vorgestellt, zu der Freunde und Freundinnen, Verwandte eingeladen werden können. **Modul 2: 02.-05.12.10. Modul 3: 06.-11.03.22. Modul 4: 08.-12.06.11.**

## WEITERE ANGEBOTE - VORSCHAU

- **Sommerferien-Schreibwerkstatt: 01.-06.08.2010**, Frauenbildungshaus Zülpich. [www.frauenbildungshaus-zuelpich.de](http://www.frauenbildungshaus-zuelpich.de)
- **Autobiografisches Schreiben: 05.-10.09.2010**, Akademie Remscheid *.Männer willkommen!* [www.akademieremscheid.de](http://www.akademieremscheid.de)
- **Autobiografisches Schreiben-Aufbaukurs: 17.-22.10.10**, Frauenbildungshaus Zülpich (geschlossene Gruppe)
- **Wer inne hält, findet innen Halt: Schreiben ist wie Atmen. 02.-06.11.2010**, Waldhaus, Zentrum für buddhistische Studien am Laacher See *Männer willkommen!* Text siehe weiter oben unter April. [www.waldhaus-am-laacher-see.de](http://www.waldhaus-am-laacher-see.de)

- **„Meine Berufung: Jetzt!“ 10.-15. Juni 2011**, Bildungshaus der Waldbreitbacher Franziskanerinnen. In diesem Workshop bist Du richtig, wenn Du spürst, dass noch mehr in Dir steckt, als Du derzeit lebst und mit dem Du Deinen Lebensunterhalt verdienst. Du sehnst Dich nach mehr Sinn, Erfüllung, Einklang in Deiner und durch Deine Arbeit. Hier kannst du Deine Berufung finden und die ersten Schritte zur Umsetzung planen.

#### AUSBILDUNGEN

- **„Meine Berufung: „Integrative Poesiepädagogin/-therapeutin“** als fortlaufender Kurs in Bonn: **Umfang:** 4 Semester à 6 Terminen, Mittwochabend (18-21.15 h), 14-tägig., pro Semester 1 zusätzlicher Studientag. **Beginn:** 1. Semester: 15.09., 22.09., 27.10., 10.11., 01.12., 15.12.2010. **Erster Studientag:** 05.02.2011. Alle Termine für das 2. und 3. Semester stehen schon fest. Der Veranstaltungsort, die genauen Inhalte und Konditionen können demnächst abgefragt werden (ca. Ostern 2010). Diese Ausbildung wird im Frühjahr 2012 mit einem aussagefähigen Zertifikat abgeschlossen. **Voraussetzung für die Teilnahme:** Module 1 und 2 (Autobiografisches und Therapeutisches Schreiben) bzw. die Bereitschaft, beide Seminare zu absolvieren)
- **„Meine Berufung: Poesiepädagogin/-therapeutin“ in Form von drei Kompaktseminaren (15 Seminartage).** 1. **Kompaktseminar 18.-23.05.2011**, Bildungshaus der Waldbreitbacher Franziskanerinnen (Nähe Bonn/Neuwied). Um an den Kompaktseminaren 2 und 3 (Frühling u. Herbst 2012) teilnehmen zu können, ist die Teilnahme an Modul 1 und 2 (Autobiografisches und therapeutisch/literarisches Schreiben erforderlich!). Diese Ausbildung wird voraussichtlich im Herbst 2012 mit einem aussagefähigen Zertifikat abgeschlossen werden.

**Bankverbindung: Sparkasse Köln/Bonn BLZ 370 501 98, Konto-Nr. 32901340**

*Heilsames Schreibcoaching-Kreativitätsförderung und Coaching für  
ExistenzgründerInnen, FreiberuflerInnen, KünstlerInnen und SchriftstellerInnen-  
Zwiesgesprächsberatung und -supervision für Paare: Termine für Einzelne und Paare  
auf Anfrage!*

-----Anmeldecoupon-----

*(bitte abtrennen und an Monika Winkelmann senden)*

Bitte Zutreffendes ankreuzen:

Ich wünsche nähere Informationen zum Seminar.....

Ich melde mich an zum Seminar/Kurstag.....

Ich habe den Betrag von ..... am.....  
überwiesen. Stichwort:

Name/Adresse/Fon/Email

Datum/Unterschrift: