

## Wer wir sind?

Susanne Debold, als langjährige Heilpädagogin begleite ich Menschen unterschiedlichen Alters dabei, durch Schreiben Freude in ihrem Leben zu erfahren und sich kreativ auszudrücken, so wie ich es bereits als Kind an mir selbst erfahren durfte.

Ingrid Langschwert, als ausgebildete Journalistin und Heilpraktikerin (Psychotherapie) freut ich mich, wenn ich meine Leidenschaft für das Schreiben mit anderen teilen kann. Wie heilsam kreatives Schreiben für die Seele ist, habe ich am eigenen Stift erfahren.

Eine Journalistin und eine Pädagogin in einem Kurs vereint? Was kommt dabei raus? Auf alle Fälle Spaß, Abwechslung und Leichtigkeit auch beim Schreiben. Dies hilft uns, schnell in die Tiefe, zu unseren unbewussten Wünschen, Hoffnungen und Fähigkeiten abzutauchen, um auf dem Grund wichtige Impulse und Ideen für unsere Gegenwart und Zukunft zu finden.

Wir haben schon einige Kurse gemeinsam gestaltet und genießen die gegenseitigen Inspirationen, die später den Kurs bereichern. Offenheit, Respekt, Achtung und Wertschätzung sind die Grundlage unserer Arbeit.

Fragen oder Wünsche? Dann melden Sie sich einfach per Email oder Telefon bei uns.



*Susanne Debold*



*Ingrid Langschwert*

## **Anmeldung und weitere Informationen**

Susanne Debold  
Friedrich-Sohnle-Straße 13  
86163 Augsburg

Fon: 0821/40827648  
Email: subold@gmx.de

## Kreative Biografiewerkstatt

### Schatzkiste fürs Leben

*Mit Susanne Debold und  
Ingrid Langschwert*



*Vom 30. Mai bis 04. 06. Juni 2023  
im Kloster Oberschönenfeld*

**D**ie Abtei Oberschönenfeld liegt circa 20 Kilometer von Augsburg entfernt, im „Naturpark Westliche Wälder“. Höhenrücken, Bachtäler und eine ausgeprägte Staudenlandschaft rund um die Abtei laden zu Spaziergängen ein. Auch das Schwäbische Volkskundemuseum, das Naturmuseum,

eine Galerie, ein Brotladen und ein Buchladen sind Teil der Klosteranlage. Seit 800 Jahren führen hier Zisterzienserinnen ein Leben in Klausur. Wir dürfen während dieser Tage an diesem inspirierenden Ort leben und schreiben und Neues in uns entdecken.

### Eine Schatzkiste fürs Leben?

Welche noch unbekannte Schätze birgt mein Leben für mich? Was war wichtig auf meinem Lebensweg? Wer und was hat mich begleitet? Wohin will ich mich entwickeln? Mit diesen und anderen Fragen werden wir uns in dieser Biografie-Werkstatt beschäftigen.



Das Seminar ist für Menschen gedacht, die aus ihrem Leben, Schlüsse für die Zukunft ziehen wollen. Die Freude am Gestalten haben und es genießen in Gemeinschaft, als auch ganz-für-sich zu sein. Für Menschen, die-neugierig sind auf unterschiedliche Methoden, wie das Kreativ-Heilsame Schreiben.



Für die Schreibwerkstatt ist es egal, ob Sie Erfahrung im Schreiben haben oder nicht. Es gibt bei uns kein Richtig oder Falsch, kein Besser oder Schlechter. Vielmehr geht es darum, die Erfüllung beim Schreiben wieder zu entdecken und die innere Quelle zu finden.

### Eine kreative Entdeckungsreise

Der Tag wird organisch in Gruppen- und Einzelarbeit, in In-Sich-Reinfühlen, in Schreiben und anderen-Zuhören unterteilt. Es wird neben dem Schreiben auch immer wieder Zeit geben, die Umgebung zu erkunden und den Chorgesängen der Schwestern zu lauschen.

Jeder Teilnehmer, jede Teilnehmerin bekommt ein individuell eingerichtetes Einzelzimmer mit schönem, antikem Mobiliar im Gästehaus Santa Maria. Die dazugehörige Dusche und die Toiletten befinden sich gleich daneben auf dem Flur.

Wir nutzen den Saal im Gästehaus mit angrenzender Teeküche, haben Zutritt zum



Meditationsraum und dem gemütlichen Gästegarten. Im Haupthaus genießen wir die vier Mahlzeiten, Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Abendessen gemeinsam an einem Tisch. Platz zum Schreiben findet jeder in seinem Zimmer, im Gästegarten oder in der Natur.

### Was Sie noch wissen sollten

Wir beginnen am Dienstag, den **30. Mai 2023** um 14 Uhr und verabschieden uns am **04. Juni 2023** nach dem Mittagessen. Die Anreise kann sowohl mit Auto als auch mit dem Zug erfolgen. Vom Bahnhof Gessertshausen werden Sie abgeholt. Für Unterkunft und Verpflegung erbitten die Schwestern 275 Euro. Der Kurs kostet 420 Euro. Fragen und Anmeldung ab jetzt gerne per Email oder Telefon.