



# Åbent Skriveværksted

Så starter vi nyt Åbent Skriveværksted på Impuls. Har du lyst til at skrive, om du er nybegynder eller har erfaring med at skrive, er ikke afgørende, det er lysten og nysgerrigheden, der er vigtigst.

**Vi starter stille op fredag den 6. September mellem kl. 10-12.**

At skrive fremmer vores mentale sundhed, især når vi skriver i fællesskab. Det viser flere undersøgelser, og derfor starter vi igen Skriveværksted op på Impuls. Når vi sammen sætter pennen på blokken den 6. September, dykker vi i første omgang ned i vores personlige historier.

Vi skriver ud fra skriveøvelser, der hjælper os med at fokusere på det positive. Det kan f.eks. være "Skriv i 10 minutter om et godt minde". Vi skriver løs uden at tænke på stavning og kommaer, for det handler om at få noget på papiret.

Du skal blot medbringe det, du ønsker at skrive med, computer, Ipad eller papir og pen, du bestemmer.

Vi hygger med kaffe og te, holder pauser, og giver hinanden plads og rum til nogle positive timer sammen.

*Lars Rex*

Uddannet Peer Medarbejder

**Fredage kl. 10-12  
Lokale: AV-stuen  
Tilmelding i K&K**