



# SKRIVEVÆRKSTED

Så starter vi et nyt hold til Skriveværksted på Impuls. Har du lyst til at læse, tale og skrive om digte, poesi og sangtekster, så er du velkommen. Om du har erfaring med at læse og tale om dette, er ikke afgørende, det er lysten og nysgerrigheden, der er vigtigst. Gennem musik og litteratur kan vi finde en dybere mening med det hele. Vi kan alle blive klogere og udvikle os sammen.

***Vi starter nyt hold tirsdag den 5. November fra kl. 13-15.***

At læse, lytte til musik og skrive fremmer vores mentale sundhed - især når vi skriver i fællesskab. Dette viser flere undersøgelser.

Når vi sammen taler, lytter og skriver om emnerne, deler ud af egne erfaringer og lærer af hinanden, så bliver vi et fællesskab i et rum præget af tryk, respekt og fortrolighed.

Vi taler og skriver om én tekst pr. kursusdag. Forløbet strækker sig over 6 uger med maksimalt 6 deltagere.

**5. November. 12. November. 19. November. 26. November. 3. December. 10. December**

Vi skriver i hånden. Det føles bedre at mærke hvert skrevet ord.

Vi nyder lidt kaffe og te, holder pause mellem timerne og giver hinanden plads og rum til lærerige og hyggelige stunder sammen.

**PS: Mobiltelefoner skal være slukkede i den tid, vi er sammen - ellers er vi ikke rigtigt sammen.**

Lars Rex

Recovery Mentor