

B2613740 Körperbilder - Schreibworkshop zur Selbstbegegnung

Beginn	Donnerstag, 05.11.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	22,00 € + Materialien
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Tabea Lettau
Kursort	Raum 1, Mühlenbergweg 3, 51645 Gummersbach

Viele Menschen erleben ihren Körper als etwas, das bewertet wird, optimiert werden oder funktionieren soll. Gesellschaftliche Schönheitsideale und Erwartungen erschweren oft einen wertschätzenden Umgang mit dem eigenen Körper. In diesem Schreibkurs erkunden wir die eigene Wahrnehmung und entwickeln neue Perspektiven. Durch angeleitete Schreibübungen nähern wir uns unseren Körpererfahrungen an und entwickeln Texte, die die Geschichten unseres Körpers erzählen. Für diesen Kurs ist keine Schreiberfahrung erforderlich.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
05.11.2026	18:30 - 20:30 Uhr	Zentrale, Volkshochschule Oberberg, Raum 24