

**Thema der Fortbildung:** „Alltags-Exit – ein theatraler Ausstieg“

**Referent/in:** Janne Cremer, Theaterpädagogin (BA)

**Zielgruppe:** Aktive aus Selbsthilfegruppen in Schaumburg, Interessierte

**Ziel(e), Ablauf und Beschreibung der Seminarinhalte:**

Wie sähe mein Leben aus, wenn ich nur noch tun würde, was ich wollte? Würde sich etwas ändern? Wer bin ich und wer könnte ich sein? Jeder Mensch nimmt in seinem Leben verschiedene Rollen in verschiedenen Situationen ein. Auf der Arbeit sind wir anders als Zuhause. Was aber wäre, würde ich mit meinem Vorgesetzten sprechen wie mit meiner Katze?

Die Bühne ist ein Ort, an dem wir es problem- und konsequenzlos herausfinden können.

Wir treffen uns, um uns als Gruppe kennenzulernen, zum Austauschen von Erfahrungen, zum gemeinsamen Reflektieren und zum szenischen Ausprobieren. Das Projekt „Alltags-Exit“ beschäftigt sich damit, spielerisch unsere Handlungsmöglichkeiten im Alltag zu erweitern. Durch das Nachstellen alltäglicher Konflikte/ Situationen auf der Bühne im Zusammenspiel mit der gesammelten Kreativität der Gruppe gewinnen wir neue Ideen und Lösungsansätze. Diese dürfen auf der Bühne direkt ausprobiert und vertieft werden. Im wertungsfreien Bühnenraum ist alles möglich und jede Lösung erlaubt. Absurdes und Lösungs-orientiertes gehen Hand in Hand, Spielspaß vermischt sich mit persönlicher Weiterentwicklung. So bieten die Proben an sich eine Abwechslung zum Alltag und laden dazu ein, ganz neue Seiten an sich zu entdecken.

**Datum, Zeitraum** Fr., 04.09.20 bis 23.10.20, wöchentlich freitags 17:00 – 19:00 Uhr

**Ort** Bahnhofstraße 11a, 31675 Bückeberg (Ev.-Ref. Gemeindehaus)

**Kosten:** Teilnahmegebühr 30 € insgesamt pro Person

Bitte beachten! Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 10 Personen begrenzt. Wir nehmen Ihre Anmeldung nach Eingangsdatum per E-Mail: [selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de](mailto:selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de), per Fax 05722 – 9522-18 oder Briefpost: Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Schaumburg, Dammstr. 12a, 31675 Bückeberg entgegen.

**Hiermit melde ich mich verbindlich an.**

Die **Teilnahmegebühr** bezahle ich per Überweisung  / in bar

Name und Vorname des/der Teilnehmenden \_\_\_\_\_

Adresse und Telefonnummer \_\_\_\_\_

Name der Selbsthilfegruppe \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_