

## Übersicht Studium 50plus

- Generationen-Manager Gesundheit  
„Fitness und Bewegung im Alter“
- Generationen-Manager  
„Kultur- und Gästeführer“ – Kultur on Tour!
- Schreibwerkstatt „Autobiografie“

### Weitere GAR-Kurse:

- Ernährung / Diätetik / Nahrungsergänzung
- Einführung in Grundlagen naturheilkundlicher Therapien
- Entspannungsmassage Schulter/Nacken und Rückenmassage

Diese Zusatzangebote erweitern passgenau das Spektrum im Bereich gesundes Leben im Alter und sind besonders geeignet für Teilnehmer, die einen beruflichen Einsatz auf eine noch breitere Ausgangsbasis setzen wollen.

#### Geschäftsstelle

Generationen Akademie  
Rheinland e.V.  
Bahnhofstraße 11  
50169 Kerpen-Horrem

T 0 22 73 - 99 18 661

F 0 22 73 - 99 18 663

E [info@g-a-r.de](mailto:info@g-a-r.de)

[www.g-a-r.de](http://www.g-a-r.de)

#### Organisation

Bei weiteren Fragen zu Organisation, Teilnahme und Programmangeboten stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Für unsere Kurse können Sie in NRW ggfl. eine staatliche Förderung in Form eines Bildungschecks in Anspruch nehmen.

Sprechen Sie uns an! Wir beraten Sie gerne.



Stand: Januar 2015

**Schreibwerkstatt  
„Autobiografie“  
Kursreihe zum kreativen Schreiben  
Studium 50plus**

## Ziel des Studiums 50plus Schreibwerkstatt „Autobiografie“ Mit Lust studieren!

Die Generationen Akademie Rheinland bietet zielgruppenspezifische Weiterbildungen an, die wie ein Studium in Teilzeitform organisiert sind.

In Kooperation mit in der Erwachsenenpädagogik versierten Partnern, wie der Deutschen Sporthochschule Köln, der Präha-Akademie Kerpen, dem LandesSportBund, dem KreisSportbund Rhein-Erft e.V., dem Museumsdienst Köln u.a. haben wir Weiterbildungen für lebenserfahrene Menschen konzipiert.

In unserem „Studium 50plus“ lernen Sie mit Spaß praxisorientiert und wissenschaftlich fundiert in engagierten kleinen Lerngruppen genau zu den Themen, die Sie wirklich interessieren!



**Ob Sie es ausschließlich für sich tun, Ihre Biografie den Kindern und Enkeln vermachen oder aber Freunden und Bekannten – genießen Sie es, sich kreativ mit Ihrem Leben zu beschäftigen!**

### Konzept

Zunächst gilt es, den Kontext Ihres Lebens zu recherchieren und für sich herauszufinden, was in Ihrem Leben wichtig ist oder war. Wie aber kommen Sie Erinnerungen auf die Spur und welche Techniken können Sie nutzen?

Vielleicht brauchen Sie Hilfe von Zeitzeugen, die Sie eine Weile oder schon Ihr ganzes Leben begleitet haben.

Sie lernen, zu reflektieren und zu ergründen, wie Sie zu dem Menschen geworden sind, der Sie jetzt sind. Welche Ereignisse dafür prägend waren oder mit welchen Einstellungen Sie leben und leben, finden Sie für sich heraus.

Sie entscheiden, ob Sie eine Kernaussage über Ihr Leben treffen wollen und ob diese nur einer bestimmten Zielgruppe offensteht.

Und da dies alles sensible Fragen sind, die individuell beantwortet werden können und müssen, gibt es neben der Schreibwerkstatt, in der Sie die Technik des Schreibens erlernen, auch eine individuelle Schreibberatung. Sie führen Einzelgespräche, deren Ergebnisse Ihnen in Ihrer Schreibecke weiterhelfen und bei der Entwicklung Ihres Werkes helfen.

Nach Abschluss der Schreibwerkstatt „Autobiografie“ haben Sie die Möglichkeit, Ihr Werk einer Öffentlichkeit in einer Lesung vorzustellen. Dies ist aber mit Sicherheit kein Muss!

Das Wichtigste ist, Ihr Werk mit Ihrem Inhalt gefüllt zu haben; und dies unter einfühlsamer Anleitung.

### Dramaturgie

Ihre Autobiografie erhält einen Aufbau, unabhängig, ob Sie Ihr gesamtes Leben oder bestimmte Abschnitte erzählen wollen. Unsere Dozentin steht Ihnen zur Seite, damit Sie für sich die angemessene Perspektive wählen und Ihren Stil finden können.

Sie machen sich gemeinsam Gedanken zur Ausarbeitung, denn nicht immer muss es ein Roman sein. Vielleicht möchten Sie auch neue Medien zur Gestaltung nutzen und Ihrer Biografie mit Dokumenten einen individuellen Charme verleihen.

### Methoden

- Workshops zur Erarbeitung eines individuellen Schreibstils
- Intensive Textarbeit und Feedbackrunden
- Individuelles Schreibcoaching

**Schreiben Sie IHR Leben auf!**

## Mit Lust studieren!

Anekdoten aus dem eigenen Leben aufschreiben; Geschichten reflektieren, in alten Tagebüchern kramen; sich mit Freunden und Familienmitgliedern gemeinsam erinnern... und dies produktiv umsetzen:

**in der Schreibwerkstatt „Autobiografie“**

Modul 1	<b>Erzählstimme</b>	(Einstieg)
Modul 2	<b>Dramaturgie</b>	(Fortgeschrittene 1)
Modul 3	<b>Ausarbeitung</b>	(Fortgeschrittene 2)

<b>Dauer:</b>	12 Monate
<b>Umfang:</b>	90 Unterrichtsstunden in 3 Modulen
<b>Studienort:</b>	Kerpen, Köln
<b>Kosten:</b>	100 Euro monatlich