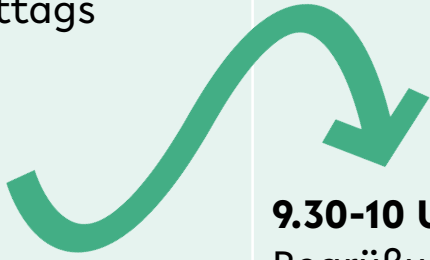
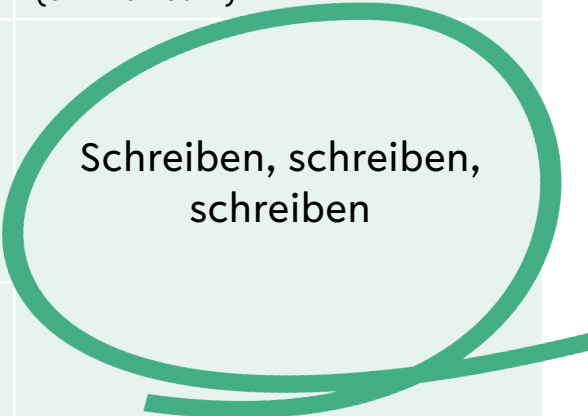


Schreibwoche – Programm

	Montag 07.09.	Dienstag 08.09.	Mittwoch 09.09.	Donnerstag 10.09.	Freitag 11.09.
	9-18 Uhr Schreibzeit				
vormittags	 9.30-10 Uhr: Begrüßung, gemeinsamer Auftakt (SKILLS-Team)	9.30-9.50 Uhr: Gemeinsamer Schreibauftakt (SKILLS-Team)	9.30-9.50 Uhr: Gemeinsamer Schreibauftakt (SKILLS-Team)	9-9.30 Uhr: Yoga Nidra (Katrin)	 Schreiben, schreiben, schreiben
		10-11 Uhr: Starthilfe für deinen Schreibtage – individuelle Beratung (Swantje)	10-11 Uhr: Starthilfe für deinen Schreibtage – individuelle Beratung (Swantje)	9.30-9.50 Uhr: Gemeinsamer Schreibauftakt (SKILLS-Team)	
nachmittags	14-14.20 Uhr: Bewegte Pause (SKILLS-Team)	14-14.20 Uhr: Pausenexpress (Hochschulsport)	14-14.30 Uhr: Walk & Talk (SKILLS-Team)	10-11 Uhr: Starthilfe für deinen Schreibtage – individuelle Beratung (Swantje)	
		14-16 Uhr: Individuelle Schreib- beratung: - für Studierende (Deutsch; SKILLS-Team) new: for students (English texts only; Ellipsis)	14-16 Uhr: Individuelle Schreib- beratung: - für Studierende (Deutsch; SKILLS-Team) - für Promovierende (Deutsch; Schreiblabor)	14-14.30 Uhr: Walk & Talk (SKILLS-Team)	
				14-16 Uhr: Individuelle Schreib- beratung: - für Studierende (Deutsch; SKILLS-Team) - für internationale Studierende (Fremdsprache Deutsch; PunktUm)	
spät nachmittags	17.30-17.50 Uhr: Gemeinsamer Abschluss (SKILLS-Team)	17.30-17.50 Uhr: Gemeinsamer Abschluss (SKILLS-Team)	ab 16 Uhr: Kaffeekränzchen (alle, die Lust haben)	17.30-17.50 Uhr: Gemeinsamer Abschluss (SKILLS-Team)	

Schreibwoche – unsere Angebote



Individuelle Schreibberatung, Austausch, bewusste Pausengestaltung

Gemeinsamer Schreib-Auftakt: Der Anfang fällt oft schwer – aber ihm wohnt auch ein Zauber inne! Groove dich mit anderen ins Schreiben ein und lerne abwechslungsreiche Methoden kennen. – *SKILLS-Team*

Starthilfe für deinen Schreibtag – individuelle Beratung: Du bist motiviert und willst viel schaffen, weißt aber nicht so recht, wie und womit du anfangen sollst? Du könntest gut einen klärenden Blick auf dein Schreibprojekt gebrauchen und etwas Unterstützung beim Sortieren? Komm einfach für ein zwangloses Gespräch vorbei und wir identifizieren gemeinsam deinen nächsten Schritt. – *Swantje, Schreiblabor*

Individuelle Schreibberatung: Du brauchst Hilfe bei deinem Schreibprozess? Wenn du Fragen hast, z.B. wie du eine Gliederung erstellst, was eine gute Fragestellung ausmacht oder wie du einen Text überarbeitest – auch zum Schreiben auf Englisch –, stehen wir dir vor Ort zur Verfügung. – *SKILLS-Schreibberater*innen, PunktUm, Schreiblabor, Ellipsis; Anmeldung an der Rezeption*

Yoga Nidra: Yoga Nidra ist eine geführte Meditation zur körperlichen und geistigen Entspannung. Diese yogische Technik wirkt wie ein Neustart für dein Nervensystem, mit dem du einen bewussten Start in den heutigen Schreibtag gestalten kannst. Du kannst bequem in Alltagskleidung teilnehmen, denn wir nehmen keine Yogahaltungen ein. Yogamatten werden gestellt. – *Katrin Wöltje (Yogalehrerin), Career Service*

Pausenexpress: Der Pausenexpress ist eine angeleitete 15-minütige Bewegungseinheit, die aus Mobilisation, Kräftigung, Dehnung und Entspannung besteht. Du kannst dich hier bequem in deiner Alltagskleidung von der Schreibarbeit erholen, sanft den Kreislauf und die Muskeln aktivieren und neue Konzentration sammeln. – *Hochschulsport*

Bewegte Pause: In der „Bewegten Pause“ führen wir Übungen zur Lockerung und Mobilisation durch, damit du anschließend wieder mit klarem Kopf und neuen Gedanken mit dem Schreiben starten kannst. Sportbekleidung ist nicht notwendig. – *Elke, SKILLS-Team*

Walk & Talk: Du möchtest dich bei einem Spaziergang ganz ungezwungen über dein Schreibprojekt austauschen oder dir einfach nur in Gesellschaft etwas die Beine vertreten? Dann komm gerne zu unserem Walk & Talk. – *SKILLS-Team*

