

# Ihren Lebensgeschichten auf der Spur

mit  
Monika Hasler  
Biografie-Werkstatt  
St.Gallen



3 -Tages - Werkstatt für Ihre Biografie



## Autobiografisch Schreiben in St.Gallen

### 3 Tage Zeit zum Schreiben

Nehmen Sie sich eine Auszeit von 3 Tagen, um sich in der Kleingruppe von 4 - 6 Teilnehmenden mit Papier und Stift auf den Weg zu begeben, um den Geschichten Ihres Lebens nachzuspüren.

### 3 Voraussetzungen:

Sie haben das Bedürfnis nach mehr Klarheit in gewissen Geschichten Ihres Lebens, Sie schreiben und wandern gerne und fühlen sich wohl in einer Gruppe.

### 3 mögliche Ziele:

- Die wesentlichen Themen und Lebensgeschichten entdecken, erkennen, sammeln, zu Papier bringen und besser verstehen
- An Ihrer angefangenen Lebensgeschichte weiter-schreiben
- Weiterkommen im Artikulieren von schwierigen Erlebnissen



### Tagesprogramm:

- |              |                                  |
|--------------|----------------------------------|
| 9 – 11 Uhr:  | Erzählen, schreiben, austauschen |
| 11 - 12 Uhr: | Stadtspaziergang mit Denkpause   |
| 12 - 14 Uhr: | Mittagspause                     |
| 14 - 16 Uhr: | Erzählen, schreiben, austauschen |
| 16 - 17 Uhr: | Stadtspaziergang mit Denkpause   |



### Stadtspaziergänge:

Wenn es Anklang findet, werden wir 2x am Tag das Schreiben durch einen kurzen Stadtspaziergang unterbrechen, um nicht nur den Lungen, sondern auch den Gedanken und Erinnerungen frischen Wind zuzuführen. Bequeme Schuhe mit griffiger Sohle haben dabei ihre Vorteile ;-)

### Kurskosten: Fr. 360.—

für Schreibcoaching, Stadtwanderungen, Pausengetränke, Snacks und Früchte

Nicht inbegriffen: Mahlzeiten und Unterkunft

Überweisung spätestens 10 Tage vor Seminarbeginn an:

Monika Hasler, Redingstr. 3, 9000 St. Gallen, IBAN: CH44 0078 1165 5330 9590 8

### Unterkünfte St.Gallen und Umgebung: [www.st.gallen-bodensee.ch](http://www.st.gallen-bodensee.ch)

#### Hotels in Kursnähe:

Hotel am Spisertor\*\*

Hotel Dom \*\*\*

Radisson Blu Hotel\*\*\*\*

HotelVadian Garni\*\*

Hotel City Weissenstein\*\*\* Einstein St. Gallen\*\*\*\*

Hotel am Ring\*\*

Hotel Metropol\*\*\*



#### Adresse Kurslokal:

*Biografie-Werkstatt St.Gallen*

Rosenbergstr. 14a

9000 St. Gallen

Eingang auf der Seite!



**Biografie-Werkstatt**  
St. Gallen

#### Anreise:

Zu Fuss: 5 Minuten vom HB, Unterführung Ost nehmen, Rosenbergstrasse überqueren, wenige Meter nach rechts an Ortho-Team vorbei, links zum Seiteneingang 14a

Mit Auto: Parkplatz Grabenpärkli (3 Std.) oder Parkhaus UG  
Keine Parkplätze beim Haus!

### Seminarleitung, Anmeldung und weitere Auskünfte:

Monika Hasler, Life Coach und Schreibcoach  
Rosenbergstr. 14a , 9000 St. Gallen, 076 508 33 53

#### Rücktrittsbedingungen:

100% Rückerstattung nur, wenn Ersatzteilnehmer gestellt wird (abzüglich Fr. 40.— Bearbeitungsgebühr) oder bei Nichtdurchführung; 21-14 Tage vor Beginn: 80%, 13-7 Tage vor Beginn: 50% Erstattung, keine Erstattung bei späterer Absage oder Nichtteilnahme