

MEHR LEBEN.

WORKSHOP
4.- 6. DEZEMBER 2026

IN DER FAMILIENSTÄTTE
DORFWEIL

**WENIGER FUNKTIONIEREN.
SPIEL DICH FREI.**

**AUSZEIT
FÜR
DICH.**

**GÖNN DIR EINE PAUSE
ZWISCHEN ARBEITEN UND
KONSUMIEREN,
PLANEN UND VORBEREITEN
UND HAB FREUDE AM
KREATIVSEIN.**

**... ANKOMMEN UND
DURCHATMEN ...**

WAS DICH ERWARTET:

Freitag: "Komm erstmal an" Gemütliches
Beisammensein (Abendessen 18 Uhr)

Samstag: "Probiere Dich aus" - Wähle Deinen
Workshop

Sonntag: "Zeig Dich" - Im Miteinander das
Erreichte feiern

"Moment mal" - Abschlussrunde mit Feedback

- Vollpension inkl. Übernachtung, Frühstück,
Mittag- und Abendessen
- Einzelzimmer und Appartements mit
Rückzugsmöglichkeiten
- Raum zum Ausprobieren

Kosten: 299€

**DABEI
SEIN.**

Am besten schnell
festmachen:
Die Teilnehmerzahl ist
auf 25 begrenzt.

JETZT ANMELDEN.

Einfach über E-Mail oder
per Telefon bei der
Familienferienstätte
Dorfweil:

✉ rezeption@fs-dorfweil.de

☎ **06084 9412-0**

📍 **Familienstätte Dorfweil**
Auf der Mauer 5
61389 Schmitten im Taunus

FRAGEN?

Fragen zum Programm
beantwortet gerne
Christiane Rust:

✉ christiane.rust@online.de

☎ **0176 23929778**

DORFWEIL 
Familien. Urlaub. Tagungen.

WORKSHOPS.

1



SINGEN UND SPRECHEN



Christiane Rust, Jahrgang 1955, Diplom-Musikpädagogin, Musikhochschule Hannover.

An diesem Wochenende achten wir bewusst auf unseren Atem, hören dem Klang unserer Stimmen zu und loten ihre Möglichkeiten aus, miteinander zu klingen oder unseren Worten mehr Nachdruck zu verleihen.

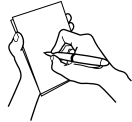
Vielleicht teilen wir auch eine Melodie, die uns wie ein Lebenslied schon länger begleitet.

Worum geht's?

- Individuelle Stimme entdecken
- Bewusst atmen
- Aufeinander hören
- Miteinander klingen
- Entdecke Deine Lebensmelodie

Bitte mitbringen: evtl. Yoga- oder Isomatte

2



SCHREIBEN



Susanne Ospelkaus, Jahrgang 1976, Autorin und Lektorin für Verlage und Zeitschriften.

Geschichten sind Fenster und Spiegel zugleich. Sie reflektieren, was uns bewegt, und sie geben Ausblick, was sein könnte.

Im Schreiben erwecken wir Träume und Erinnerungen, schlüpfen in andere Perspektiven und erschaffen neue Welten. Alles ist möglich, wenn man schreibt.

Geschichten sind heilsam und verbinden uns miteinander, manchmal verbinden sie auch einen Schmerz in uns.

Worum geht's?

- Zur Ruhe kommen
- Gedanken und Ideen sammeln
- Ausdrucksmöglichkeiten finden
- Übungen (Dramaturgie, Stil, Erzählperspektive)
- Biographisch oder fiktiv schreiben

Bitte mitbringen:
Schreibzeug und Heft

3



SPIELEN



Andrea Laucke, Jahrgang 1958

Ich bin Theaterpädagogin i. A. und seit Mitte der 1990er Jahre im Bereich Amateurtheater als Spielerin und Regisseurin tätig.

Das Studium an der Theaterpädagogischen Akademie Heidelberg eröffnet mir noch einmal eine ganz neue Perspektive auf das Miteinander im Leben und auf der Bühne.

Worum geht's?

- Mir und Dir begegnen
- Entspannt Fehler machen
- Die eigene Kreativität entdecken
- Im Miteinander entsteht eine kleine Szene
- Schauspielerische Fähigkeiten sind nicht nötig - Neugier schon!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe (keine Socken)

MEHR LEBEN.