

# Das musst du wissen

## Wann

Freitag, 24. November von 18 bis 21 Uhr,  
Samstag, 25. November von 9 bis 17 Uhr  
wichtig: inklusive Pausen!!!

## Wo

Dezernat 16, Emil-Meier-Str.16, HD

## Wichtig

Bitte bequeme Kleidung tragen.  
Fußgängerinnen bitten wir rutschfeste,  
dicke Socken oder Turnschlappen  
mitzubringen.

Wir bitten alle Teilnehmerinnen, für ein  
gemeinsames Buffet am Samstag einen  
Beitrag beizusteuern.

## Kosten

40 Euro ermäßigt  
(Mitglieder des BiBeZ e.V.)  
50 Euro regulär

## Anmeldung

Anmeldeschluss  
Montag, 13. November 2017

Maximale Teilnehmerinnenzahl: 12 Frauen

Schickt Eure Anmeldung ins BiBeZ e.V.  
(Postanschrift siehe Rückseite) oder  
per Mail an [info@bibe.de](mailto:info@bibe.de)

# Theater, Theater...

## Stärke deine Kraft mit Methoden des Theaters

In diesem Workshop geht es darum,  
gemeinsam spielerisch Verhaltensweisen  
auszuprobieren, die vor dem Ausbrennen  
schützen.

Ziel ist es, die Teilnehmerinnen  
ganzheitlich zu stärken und neue Wege  
für einen gesünderen Alltag aufzuzeigen.

Es wird zunächst Zeit geben, mit sich  
selbst und der Gruppe in Kontakt zu  
kommen. In einem geschützten Rahmen  
können sich die Teilnehmerinnen kreativ  
ausprobieren.

In der Hauptphase entwickeln die  
Teilnehmerinnen kleine Szenen.  
Diese handeln von Situationen aus dem  
Alltag, die negativen Stress hervor-  
rufen und viel Energie kosten.  
Anhand dieser Szenen erspielt  
die Gruppe gemeinsam weitere Szenen  
mit Lösungsideen.

Die kollektive Lösungskompetenz von  
vielen Menschen wird aktiviert und  
genutzt. Durch die gegenseitige  
Unterstützung entstehen oft  
unverhoffte Auswege aus zuvor  
empfundenen Sackgassen.

Der Einstieg in die Arbeit mit  
Theatermethoden wird niedrigschwellig  
gestaltet. Der Aufbau einer guten,  
vertrauensvollen Arbeitsatmosphäre  
steht dabei im Mittelpunkt.

Keine Vorerfahrungen nötig.



## Seminarleitung

Astrid Pohl  
Dipl.-Päd. Univ.,  
Theaterpädagogin BuT

Rike Schweizer  
Sozialwissenschaftlerin,  
Theatertherapeutin



# Anmeldung

Name -----

Adresse -----  
-----

Telefon/ Fax/ Email -----  
-----

geboren am -----

Ich bin Mitglied im BiBeZ e.V.

Ja  Nein

Für unsere Planung ist Folgendes  
wichtig:

Behinderungsart: -----

+ Hilfsmittel, die du mitbringst/ nutzt:  
-----  
-----

Ich komme mit Assistenz  Ja  Nein

Name der Assistentin -----

Beitrag zum Buffet -----

Datum, Unterschrift (ggf. der/s gesetzl.  
Betreuerin/s)



## Anmeldeschluss

13. November 2017

## Anmeldung

... per Post

BiBeZ e.V.

Alte Eppelheimer Str. 40/1

69115 Heidelberg

... per mail

[info@bibeZ.de](mailto:info@bibeZ.de)

## Überweisung des Teilnahmebetrags

auf das Konto des BiBeZ e.V.

bei der Sparkasse Heidelberg

BIC: SOLADES1HDB

IBAN: DE34 6725 0020 0000 041980

Stichwort: Theater 2017

## Fragen ???

Dann wende Dich an ab 22.09. an

Susanne Völker im BiBeZ e.V.

06221 - 58 67 79

[Susanne.voelker@bibeZ.de](mailto:Susanne.voelker@bibeZ.de)

Mehr zum BiBeZ e.V. und unseren

Angeboten auf [www.bibeZ.de](http://www.bibeZ.de)

# Theater, Theater



Stärke  
deine Kraft  
mit Methoden  
des Theaters

Workshop  
für Frauen

24. + 25.11.2017

Dezernat 16 Heidelberg

Veranstalter **BiBeZ**  
BiBeZ e.V. **25 Jahre**

