

Meine Stimme meine Worte – Schreiben am Meer mit allen Sinnen

Jede und jeder von uns kann erzählen, hat eine Geschichte, eine eigene (Schreib-)Stimme, einen eigenen Erzählton. Worte können Spuren sein auf dem Weg zu uns selbst, Fährten legen, den Himmel und die Weite ermessen, die Erde, die Tiefe, das Meer, Innen- und Außenwelten, uns selbst und den oder die andere ergründen. Licht und Schatten beschreiben.

Sich in einer wertschätzenden und kreativen Atmosphäre gegenseitig zu inspirieren und zu beflügeln, ist eine der schönsten Erfahrungen überhaupt und ein Geschenk an uns selbst. Und jede*r schreibt am Ende doch sein*ihr ganz Eigenes.



Mit den ersten Schreibtagen auf Usedom geht für mich selbst ein lang gehegter Wunsch in Erfüllung. Am Meer schreiben, gemeinsam mit Menschen, die Worte lieben, Be-Deutungen finden, in sich hineinhorchen und anderen zuhören, einfach mal anfangen oder konkret auf der Suche nach einem Stoff, Neues oder Altes finden wollen, Treibgut, sich dem sprudelnden Schreibflow hingeben, aber auch ein (Schlüssel-)Wort wertschätzen, eigene Schreibideen mitbringen oder ein leeres Blatt Papier, einen offenen Geist, eine berührbare Seele. Mit Worten spielen, sich entfalten und losfliegen ...

Wir können drinnen und draußen schreiben, aber auch die Natur genießen und spazieren gehen, besondere Orte aufsuchen, in alten Kirchen auf Geschichten und Stimmen von früher hören, mit dem Meer und der Landschaft sprechen ... Worte in Bildern finden ... nicht schreiben ... einfach da sein – alles ist möglich, niemand muss etwas schreiben, vorlesen ... aber jedes Wort, das geteilt wird, ist sehr willkommen ...

Von Montagnachmittag 17. Oktober bis Samstagmittag 22. Oktober 2022 laden wir zu den ersten Schreibabenteuerwohlfühltagen in Netzelkow im schönen Usedomer Hinterland ein. Wir haben dort die liebevoll gestaltete Pfarrscheune von Elke Hannemann für uns allein zur Verfügung, können uns in allen Räumen nach Herzenslust bewegen und es uns gut gehen lassen. Das Schreiben verbunden mit Achtsamkeit, Wohlbefinden, Körperwahrnehmung, sanfter Bewegung, Naturerleben, je nach Wunsch Yoga, die Sinne schärfen und sinn-lich, sinn-voll, sinn-haft schreiben.... Dazu besteht das Angebot, sich eine Massage (Hand, Fuß, Rücken) zu gönnen. Auf Wunsch kann der eigene Ausdruck auch mit Öl- und Pastell-Kreiden umgesetzt und variiert werden. Zum Abschluss unserer Tage können wir eine kleine Lesung erarbeiten und auch das Vortragen unserer Texte üben. Dazu wird es ausreichend individuelle Zeit zum Nachspüren geben.



Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz

✍️ Schreiben am Meer 🌿 mit allen Sinnen ✨ Sinn erleben 🖋️ Ausdruck finden ✨ Neues entdecken
Caroline Vongries 🖋️ Autorin 📰 Journalistin ✍️ Schreiberin ☎️ 0174 178 35 03 ✉️ caroline.vongries@t-online.de
Christian Alberter ✨ Yoga-/Massagetherapeut ✨ Genusskoch ✨ 0157 32 25 33 84 ✉️
alberterchristian@gmail.com



Unsere Verpflegung – Genuss und Bio:

Frühstück, leichtes Mittagessen (Salat/Suppe), leckeres warmes Abendessen.
Die Verpflegung planen wir vegetarisch. Bitte teilt uns eventuelle Besonderheiten mit oder wenn ihr gern Fleisch essen wollt. Wir versuchen das alles miteinzubauen. Für unseren Einkauf ist auch die Anzahlung gedacht. Beteiligung am Küchendienst gehört für uns dazu.

Unser Rahmen:

5 Tage/Nächte mit Bio-Vollverpflegung in der Pfarrscheune Netzelkow inkl. Küchennutzung, Salon, großem Gruppenraum und Terrasse mit Zugang direkt zum Achterwasser. Einzel- und Doppelzimmer möglich (bitte Wunsch mitteilen). Preis alles inklusive: 860,- Euro, Ermäßigung nach Rücksprache möglich. Bitte spricht mit uns, wir finden Lösungen. Die Kosten sind inklusive Unterkunft mit eigenem Bad und Bio-Vollverpflegung. Die Anreise erfolgt individuell bis 15 Uhr am 17.10.2022. Abholung vom Bahnhof Zinnowitz möglich. Teilnehmerzahl: maximal 8. Beginn 17 Uhr, Ende am 22.10. um 13 Uhr. Überweisung an Caroline Vongries, DE14 8005 5500 3023 0059 57, Salzlandsparkasse NOLADE21SES. Raten- und Teilzahlungen sind nach Absprache möglich. Wichtig ist, dass wir miteinander sprechen!!

Informationen und Anmeldung bei:

Caroline Vongries, 0174 /178 35 03 oder caroline.vongries@t-online.de
Rückfragen zum Essen und Informationen über besondere Wünsche, sowie zu Yoga und Massage an Christian Alberter: 0157 32 25 33 84 oder alberterchristian@gmail.com

Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz

✍ Schreiben am Meer 🌐 mit allen Sinnen ✨ Sinn erleben 🖋 Ausdruck finden ✨ Neues entdecken
Caroline Vongries 🖋 Autorin 📰 Journalistin 📝 Schreiberin ☎ 0174 178 35 03 ✉ caroline.vongries@t-online.de
Christian Alberter ✨ Yoga-/Massagetherapeut ✨ Genusskoch ✨ 0157 32 25 33 84 ✨
alberterchristian@gmail.com

Caroline Vongries

Ich bin schon mein Leben lang Schreiberin, seitdem ich in meine Pippi Langstrumpf Bücher bunte Buchstaben gemalt habe ... Mehr als 30 Jahre habe ich (nach Germanistikstudium in Freiburg und Köln) als Journalistin regional und überregional gearbeitet, dabei meine Nase in Dinge gesteckt, von denen ich vorher keine Ahnung hatte und viele Mut machende Menschen kennengelernt – ob in anderen Ländern wie Venezuela oder dem Jemen genauso wie vor der eigenen Haustür, seit fast 30 Jahren in Sachsen-Anhalt. Seit mehr als zehn Jahren schreibe ich Bücher, vorzugsweise über Frauen und ihre



Geschichte(n). Kreatives Schreiben kam 1993 in mein Leben durch den Auftrag, mit benachteiligten Jugendlichen in Potsdam eine Zeitschrift zu erstellen. Seither entwickelt sich die Leidenschaft gemeinsamen Schreibens, 13 Jahre lang habe ich einen

Schreibsalon geleitet, gebe Schreibworkshops an Schulen (Kindsein in Sachsen-Anhalt), aber auch in Museen, Kirchen, an öffentlichen Orten, in der Straßenbahn... und als Lehrbeauftragte für kreatives Schreiben an Hochschulen, auch Schreibforschung gehört dazu. Wichtig ist mir die Freiheit eines jede*n*r, sich zu öffnen und mitzuteilen, die Atmosphäre und die erstaunlichen Verbindungen, die sich zwischen uns Schreibenden ergeben, das Einbeziehen des Körpers, Schreiben mit allen Sinnen, Sinnlicher Sprachraum und die Freude an spontanen Einfällen, sich selbst zu überraschen und neue Perspektiven zu eröffnen. Immer kann an eigenen Themen gearbeitet werden. Ich freue mich, wenn Menschen dem eigenen Ausdruck näherkommen, die eigene Mitte und Stimme berühren, ich selbst liebe es, an besonderen Orten zu schreiben. Auch individuelle Schreibberatung ist möglich. Seit 2015 arbeite ich auch als Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache /Zweitsprache und mache mit dem kreativen Schreiben wieder neue Erfahrungen. Dazu kommt eine Weiterbildung in Poesietherapie, die Zusammenarbeit mit darstellenden und bildenden Künstler*innen, die Konzeption von Kulturformaten. Ich freue mich sehr auf diese besonderen Tage mit besonderen Menschen an einem magischen Ort.



Christian Alberter

Genusskoch, Ernährungsbegleiter, ehemals Chefkoch in einem Schlossrestaurant, selbstständig mit Kochkursen, Catering und Homecooking mit dem besonderen Etwas und der Verbindung aus gesunder Ernährung und liebevoller, köstlicher Zubereitung. Ich liebe Bio-Brunch und suche nach neuen Geschmackserlebnissen.

Studium der Medizin bis zum ersten Staatsexamen an der Charité, Massageausbildung, seit vielen Jahren Yoga- und Massagetherapeut und kurz vor Abschluss der Heilpraktikerausbildung. Mein Thema ist Mensch und Natur.

Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz

✍️ Schreiben am Meer 🌊 mit allen Sinnen ✨ Sinn erleben 🖋️ Ausdruck finden ✨ Neues entdecken
Caroline Vongries 🖋️ Autorin 📰 Journalistin ✨ Schreiberin ☎️ 0174 178 35 03 ✨ caroline.vongries@t-online.de
Christian Alberter ✨ Yoga-/Massagetherapeut ✨ Genusskoch ☎️ 0157 32 25 33 84 ✨
alberterchristian@gmail.com

Impressionen



*Ein Zuhause am Meer
Wie tief geht mir das
Menschen, um die ich wissen darf*

C.V.

Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz

✍️ Schreiben am Meer 🌊 mit allen Sinnen ✨ Sinn erleben 🖋️ Ausdruck finden ✨ Neues entdecken
Caroline Vongries 🖋️ Autorin 📰 Journalistin ✍️ Schreiberin ☎️ 0174 178 35 03 ✉️ caroline.vongries@t-online.de
Christian Alberter ✨ Yoga-/Massagetherapeut ✨ Genusskoch ☎️ 0157 32 25 33 84 ✉️
alberterchristian@gmail.com



Impromptu für ein Du

*Das Licht ist in den Wiesen, in den Steinen
wenig Land
viel Himmel viel Meer
atmet, verlängert mir den Blick.*

*Das Licht meine ich,
das Licht will ich dir zeigen
das Licht, das lebt
will sich mir zeigen*

C.V.

Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz

✍️ Schreiben am Meer 🌿 mit allen Sinnen ✨ Sinn erleben 🖋️ Ausdruck finden ✨ Neues entdecken
Caroline Vongries 🖋️ Autorin 📰 Journalistin 📝 Schreiberin ☎️ 0174 178 35 03 ✉️ caroline.vongries@t-online.de
Christian Alberter ✨ Yoga-/Massagetherapeut ✨ Genusskoch ✨ 0157 32 25 33 84 ✨
alberterchristian@gmail.com



*Und überall ist Schwingung
Mein Geliebter, der Wind, ist ungeduldig
Es ist diesmal kein Vollmond über dem Wasser
Nur Sterne und Wolken
Und abgelegte Träume, in denen ich watete,
Hat er mit fortgenommen
Sie wehen anderswo
Und in mir tönen leise
Neue Himmel ihre Weise.*

C.V. (Juli 2022, Netzelkow)

Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz

✍️ Schreiben am Meer 🌊 mit allen Sinnen ✨ Sinn erleben 📖 Ausdruck finden ✨ Neues entdecken
Caroline Vongries 📖 Autorin 📖 Journalistin 📖 Schreiberin ☎️ 0174 178 35 03 ✉️ caroline.vongries@t-online.de
Christian Alberter ✨ Yoga-/Massagetherapeut ✨ Genusskoch ☎️ 0157 32 25 33 84 ✉️ alberterchristian@gmail.com

Anmeldung und Teilnahme

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Seminar Schreiben am Meer vom 17.10. bis 22.10.2022 in der Pfarrscheune Netzelkow auf Usedom an. Ich kann diese Anmeldung Caroline Vongries per Email, per Post oder persönlich zukommen lassen: Caroline Vongries, Dr. Wilhelm-Külz-Platz 13, D-06449 Aschersleben oder kultur.vongries@t-online.de. Das Seminar umfasst Schreibanleitung sowie Anregungen zu sanfter Bewegung und Naturerleben. Unterkunft und Verpflegung inkl. Wasser, Apfelsaft, Tee, Kaffee sind im Seminarpreis enthalten.

Die Zimmer befinden sich allesamt auf einer Etage im ersten Stock. Sie verfügen alle über ein individuelles Bad mit Dusche. Handtücher sind vorhanden. Doppelzimmerbuchung ist möglich. Bitte schnell mitteilen!

Individuelle Wünsche

☒ Ich möchte nach Möglichkeit gern ein Zimmer neben Seminarteilnehmer*in buchen.

☐ Ich benötige besonders viel Platz und möchte ein besonders großes Zimmer (Drei- oder Vierbett) nutzen: Aufpreis: 40 Euro.

Bitte ankreuzen. Ich akzeptiere die zum Seminarzeitpunkt gültigen Coronaregeln und richte mich danach. Ich bin selbst verantwortlich für meine Gesundheit und achte auf mich und andere.

Nach Möglichkeit mache ich einen freiwilligen Corona-Selbsttest vor meiner Anreise.

Geschäftliches

Die Anmeldung ist verbindlich mit Überweisung des gesamten Beitrags.

Nach Eingang der Zahlung erhalte ich eine verbindliche Bestätigung per Email von Caroline Vongries.

☒ Ich möchte den Seminargrundpreis von 820,- Euro bezahlen.

☐ Ich möchte mehr bezahlen und wähle einen eigenen Förderbetrag nämlich: _____.

Nach Rücksprache sind Ermäßigungen (Mindestbetrag 680,- Euro) oder Ratenzahlung möglich.

Den kompletten Betrag (abzüglich der Anzahlung) überweise ich bis 30. September 2022 auf das Konto von Caroline Vongries: DE14 8005 5500 3023 0059 57, Salzlandsparkasse Staßfurt NOLADE21SES. Individuelle Lösungen sind nach Absprache möglich!

Wenn ich krank oder verhindert bin, informiere ich die Seminarverantwortlichen sofort und wir suchen Lösungen im Gespräch. Die Fixkosten (Unterbringung, Vorbereitung, Setting) in Höhe von 550,- Euro pro Person werden bei einer Absage nach dem 3.10. in jedem Fall fällig.

Sollte der Schreibworkshop aus unvorhersehbaren Gründen nicht stattfinden können, erhalte ich die von mir gezahlten Beträge bis auf entstandene Kosten komplett zurück.

Datum Ort

Vorname und Nachname

Unterschrift

Pfarrscheune Netzelkow, Kirchstraße 14, 17440 Netzelkow, direkt am Achterwasser, Usedom
Mit dem Pkw über die Autobahn A20 Abfahrt Gützkow, dann B111 über Wolgast,
Nächster Bahnhof Zinnowitz