

# SENIOREN-THEATER-WORKSHOP

Künstlerische und soziale Tätigkeiten, Erlebnisse in der Gruppe, Spielen, Theater machen und erleben sind auch für Senior/innen kreative Möglichkeiten, weiterhin am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Durch das Erlebte in einem Theater-Workshop können in alten Menschen (verborgene) Erinnerungen aus vergangenen Zeiten wach werden.

"Der Weg ist das Ziel" – auch bei einem Theaterkurs, denn in erster Linie gilt es nicht, eine (perfekte?) Aufführung auf einer Bühne auf die Beine zu stellen. Vielmehr geht es um die behutsame Förderung des Gemeinschaftsgefühls, um das Zusammen-Sein, das Einlassen auf andere Menschen – mit den Mitteln des Theaters.

Theater hat nicht nur künstlerische, sondern auch pädagogische, soziale, gruppendynamische, erfreuende ("Lachen ist gesund") und Sinn stiftende Auswirkungen.

Gearbeitet wird mit folgenden Elementen, Spielen und Übungen:

Kreativität anregen \* Ermutigungstraining \* Sprech- und Stimmübungen \* Förderung der Gemeinschaft (die Teilnehmer/innen erleben sich selbst sowohl als Teil einer Gruppe als auch als Individuum) \* Konfliktbewältigung \* Einbringen eigener Ideen, Erlebnisse, Vorschläge  
Schulung der Sinneswahrnehmung, Konzentration, Aufmerksamkeit und Beobachtungsfähigkeit \* Förderung von Mimik und Gestik \* Stimm- und Sprachübungen \* Rollenspiele \* Improvisationen \* Entspannungsübungen

Bei Interesse an einem Workshop kontaktieren Sie mich bitte:

ekk1@gmx.at

