

# Kreativt skrivande



Vill du utveckla ditt skrivande med hjälp av olika kreativa övningar?

Den här kursen genomförs i lekfullhetens tecken och du kommer få tips för att boosta din kreativitet och ditt skrivande. Vi kommer att gå igenom hur de kreativa processerna fungerar, hur du hittar inspiration och glädje i ditt skrivande, hur du genererar idéer, hur du når flow, hur du sätter mål för ditt skrivande och hur du arbetar med fokus, rutiner och disciplin.

Du behöver inte ha någon tidigare erfarenhet av skrivande och inte heller ha något konkret skrivprojekt på gång. Övningarna fungerar för alla typer av texter.

**Bonus:** Du som närvarar på alla fem kursdagar får som bonus fyra stycken guidade kreativtetsmeditationer, värde cirka 600 kr!

## INFORMATION

TID: Måndagar 30/9, 7/10, 14/10, 21/10 och 4/11 kl 18-20

PLATS: Lilla konferensrummet, Eriksdalsbadet.

KOSTNAD: 400 kr

LEDARE: Nina Floreteng

ANMÄLAN: Mejla din anmälan till [star@stockholm.se](mailto:star@stockholm.se)

Avgiften sätts in på STAR:s pg 837 20-3 senast 16 september. Uppge ditt namn, medlemskortsnr, aktivitet och mobiltelefonnummer när du betalar.

Antalet platser är begränsat.



Om Nina Floreteng:

Nina har universitetsutbildning i kreativt skrivande och är även internationellt certifierad coach. Hon har själv skrivit i hela sitt liv, allt från de första breven och dikterna som barn till bloggar, hemsidor, publicerade engelska dikter, bokmanus och åtskilliga akademiska texter.

Nina arbetar på STAR:s kansli och med STAR:s hälsocoachutbildningar och menar att skrivande inte bara är en kreativ sysselsättning utan faktiskt kan fungera som friskvård!