

ALLEIN ERZIEHENDE FRAUEN UND MÄNNER



Frühjahr - Sommer

2015 2016 **2017** 2018 2019

ANGEBOTE

LIEBE ALLEINERZIEHENDE FRAUEN UND MÄNNER!

Wir sind für Sie da!

Sie haben das Heft für alleinerziehende Frauen und Männer der Fachstelle des Erzbischöflichen Ordinariates in der Hand. Diese Stelle bietet Veranstaltungen und Beratungen für Alleinerziehende aus dem gesamten Gebiet der Erzdiözese München und Freising an.

Für den Münchner Raum steht besonders die Begegnungsstätte, das Haus Dorothee, zur Verfügung.

Alle Angebote finden Sie in diesem Heft!

Wir freuen uns auf viele Begegnungen, Gespräche und fruchtbare Stunden und stehen für weitere Informationen gerne zur Verfügung.



Susanne Ehlert
Religionspädagogin
Fachreferentin für
Alleinerziehende



Irmengard Römer
Religionspädagogin
Leiterin
Haus Dorothee



Antonie Maier
Sekretärin



Dagmar Grallath
Päd. Fachkraft
und Kinder-
krankenschwester

Susanne Ehlert
Fachreferentin für Alleinerziehende
Tel.: 089 2137-1236

Irmengard Römer
Leiterin Haus Dorothee
Tel.: 089 668708

ANGEBOTE

INFO

Für die thematischen Wochenenden können Sie einen staatlichen Zuschuss beantragen.

Bei Bedarf senden wir Ihnen gerne ein Zuschussformular zu.

Thematische Angebote

Wochenenden:

- Und immer wieder dieses Loslassen 6
- Aufrecht und stark 7
- Stärke statt Macht – wie wir unseren Kindern standhalten 8
- Mit mir selbst befreundet sein 9

im Haus Dorothee:

- Kreistanz – Meditativer Tanz 10
- Becken-Balance, Aus der Mitte kommt die Kraft 11
- Gelassen in turbulenten Zeiten 12
- Mein Lebensbuch – Biographie und kreatives Gestalten 13
- Sich wieder aufrichten und die Spur unseres Selbstwertes aufnehmen 14
- Patchworkfamilien, neues Glück – und brennende Fragen 15
- Singsang am Sonntag 16

Gruppen

- Gemeinsam stark – für alleinerziehende Mütter/Väter 17
- Geburtsvorbereitung 18
- Baby-Treff 19
- Mein Kind ist in der Schule 20
- G'98 – Gemeinschaft als Quelle 21
- Pubertät – 2/3 erwachsen? 22
- Wenn die Kinder erwachsen werden 23
- Mütter, deren Kind/er beim Vater leben 24
- Väter in/nach Trennung und Scheidung 25
- „Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein“ – Offener Treff 26
- Gruppen tun gut – Infos über Alleinerziehenden Gruppen 27

Weitere Angebote:

- Kinder im Blick – ein Kurs für Eltern in Trennung 28
- Von Trennung und Scheidung betroffen 29
- Gruppen für verwitwete Alleinerziehende 30

Unternehmungen und Fahrten

- Sommerfest am Sonntag 31
- Sommerausflug – Unterwegs im schönen Bayern! 31
- Osterfahrt 2017 NatZ/Südtirol 32
- Ferienfreizeit NatZ/Südtirol 33
- Ferienfreizeit Rom/Italien 34

Gottesdienste und Besinnung

- Wenn Wege sich trennen – ökumenischer Gottesdienst für getrennt Lebende und Geschiedene 35
- Für meine Trauer 36
- Be-sinnung 37

Beratung und Information

- im Alltag mit Kind/ern 38
- Systemisch integrative Einzel- und Familienberatung 39
- Einzelbegleitung in Lebensfragen 40
- in Erziehungs-, Schul- und Umgangsfragen 41
- in Rechtsfragen und Mediation 42
- Infos über Familien-Mediation 43
- Infoabend: Immer wieder diese Versicherungen 44

Hinweise

- Anmeldung und Kinderbetreuung weitere Angebote 45
- Teilnahmebedingungen 46

INFO

Diejenigen, die zum 1. Mal an einer Veranstaltung teilnehmen, können sich gerne bei uns über den Ablauf und die Inhalte informieren!

THEMATISCHES WOCHENENDE

Und immer wieder dieses Loslassen!

Termin:

Fr, 10.03.2017,
18:00 Uhr bis
So, 12.03.2017,
13:00 Uhr

Bildungshaus

St. Martin

Kloster Bernried
am Starnberger See

Kosten für

Vollpension:

Erwachsene € 100,00
EZ-Zuschlag € 10,00
Kinder 3-9 J. € 50,00
Kinder ab 10 J. € 70,00

Leitung:

Barbara Hülmeyer,
Susanne Ehlert

Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahre

Anmeldung:

schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 5 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Es gibt eine große Kraft, die uns dazu befähigt, Menschen, Hab und Gut, Einstellungen etc. „festzuhalten“! Und das ist gut so! Es ist die Kraft, die uns dazu befähigt, treu, beständig oder verlässlich zu sein. Sie hilft uns, dranzubleiben und durchzutragen, wozu wir „ja“ gesagt haben. Doch nicht immer ist es angebracht, an etwas dranzubleiben. Ängste vor Verlust, vor dem Unbekannten, vor Einsamkeit und vor einer Niederlage u.a. halten uns davon ab. Dies sind gute Gründe, um schließlich unterscheiden zu können, wo ich Wertvolles in meinem Leben bewahre und wo ich einer guten Weiterentwicklung meines Lebens vielleicht im Weg stehe: Da ist es mein Kind, das sich von mir als Mutter/Vater wegbegeben will, dort der Schmerz um eine zerbrochene Beziehung, der sich verabschieden will, und nicht zuletzt eine fixe Vorstellung von meinem Ideal von Familie, die es gilt aufzugeben. Hier wirkt erleichternd, loszulassen, was ich nicht mehr brauche und wo ich nicht mehr gebraucht werde, um freudig dem Neuen entgegenzugehen. Wir werden uns an diesem Wochenende ganz bewusst machen, was wir halten. Wir werden die Lebenskraft, die darin steckt, würdigen, um schließlich zu entscheiden, was gehalten und was losgelassen werden will. Damit wird die Aufmerksamkeit darauf frei, was geschieht, wenn wir uns für neue Impulse des Lebens öffnen.

THEMATISCHES WOCHENENDE

Aufrecht und stark

Termin:

Fr, 24.03.2017,
18:00 Uhr bis
So, 26.03.2017,
13:00 Uhr

Jugendhaus Josefstal

Schliersee/Neuhaus

Kosten für

Vollpension:

Erwachsene € 57,00
Kinder 3-6 J. € 30,00
Kinder 7-13 J. € 33,00
Jugendliche € 44,00

Leitung:

Gabriele Schlüter,
Gestalt- und
Werkpädagogin
Susanne Ehlert

Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahre

Anmeldung:

schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 5 Wochen vor
der Veranstaltung.*

... so wünschen wir uns, durchs Leben zu gehen.

Dies soll uns als Ziel an diesem Wochenende vor Augen stehen, denn wir kennen Situationen, Ereignisse oder auch Menschen, durch die wir uns klein und gebeugt / bedrückt fühlen.

Geht es mir nicht gut, lasse ich mich hängen. Auch das kennen wir alle. Es darf allerdings nicht zur Grundhaltung meines Lebens werden.

Indem wir unsere Stärken erkennen und uns selbst wertschätzen, können wir uns aufrichten, eine aufrechte Haltung einüben und mit einer aufrichtigen Grundstimmung leben.

Aufrecht und stark sind wir unabhängig und handlungsfähig und weniger beeinflussbar durch negative äußere Einflüsse. Kreatives handwerkliches Gestalten und auch die Stärkung durch die Gemeinschaft unterstützen uns, unser Ziel zu erreichen.

Indem die Kinder gestärkte Eltern erleben, können sie selber zur Kraft in ihrem Leben finden.

THEMATISCHES WOCHENENDE

Stärke statt Macht – wie wir unseren Kindern standhalten

Termin:

Fr, 05.05.2017,
18:00 Uhr bis
So, 07.05.2017,
13:00 Uhr

Aktionszentrum Benediktbeuern

Kosten für Vollpension:

Erwachsene	€ 85,00
EZ-Zuschlag	€ 10,00
Kinder 3-5 J.	€ 30,00
Kinder 6-13 J.	€ 45,00
Jugendliche ab 14 J.	€ 65,00

Leitung:

Anja Malanowski
Susanne Ehlert

Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahre

Anmeldung:
schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 5 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Kinder außer Rand und Band und unerreichbare, manchmal unverschämte Jugendliche – der Alptraum wohlmeinender Eltern. Der Versuch, den Kindern ein Partner zu sein, scheitert spätestens dann, wenn das elterliche Gefühl der Hilflosigkeit in Wut umschlägt. Oftmals verwickeln sich Eltern dann in kraftraubende Machtkämpfe mit ihren Kindern, und häufig genug gehen sie als Verlierer daraus hervor.

Die gute Nachricht: Eltern können lernen, Stärke zu beweisen, statt Macht zu demonstrieren. Eine Stärke, die dazu befähigt, mit dem Kind im Kontakt zu bleiben und durch Präsenz die eigenen Werte und Erziehungsziele nachhaltig zu vertreten und liebevoll durchzusetzen.

Wir wollen an diesem Wochenende herausfinden, was uns daran hindert, unseren Kindern mit angemessener elterlicher Autorität zu begegnen. Außerdem wollen wir die Gelegenheit nutzen, an persönlichen Beispielen Verhaltensalternativen zu entwickeln.

THEMATISCHES WOCHENENDE

Mit mir selbst befreundet sein

Termin:

Fr, 30.06.2017,
18:00 Uhr bis
So, 02.07.2017,
13:00 Uhr

Bildungshaus St. Martin

Kloster Bernried
am Starnberger See

Kosten für Vollpension:

Erwachsene	€ 100,00
EZ-Zuschlag	€ 10,00
Kinder 4-9 J.	€ 50,00
Kinder ab 10 J.	€ 70,00

Leitung:

Birgit Schneider,
Theologin und
Therapeutin
Susanne Ehlert

Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahre

Anmeldung:
schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 5 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Wir alle kennen das: Im Alltag sind wir gefordert, fühlen wir uns verantwortlich für Kinder, Eltern und Freunde. Wir versorgen, behüten, trösten und schenken unseren Lieben Aufmerksamkeit und Fürsorge. So engagiert sind wir in Familie und Beruf, dass wir uns selbst vergessen und dabei mit unseren Bedürfnissen verloren gehen.

Gibt es liebevolle Sorge und Zuwendung auch für mich selbst? Selbstfreundschaft, Selbstliebe, Besinnung und Gespräche mit mir selbst? Kennen wir das und pflegen wir diese Selbst-Kultur?

An diesem Wochenende geht es um die Kunst, uns selbst zu lieben. Nicht nur die körperliche Sorge für Leib und Leben, auch die seelische und geistige Sorge sollen im Mittelpunkt stehen.

Die Achtung und Innigkeit, mit der wir uns selbst lieben und mit uns selbst eine erfüllte Partnerschaft pflegen, ist das Maß für Glück, Erfolg, Freiheit, Vertrauen und gegenseitigen Respekt mit anderen Menschen. Wenn wir für unser wahres Selbst eintreten, diesem Selbst Fürsorge, Wärme und Vertrauen entgegenbringen, dann können wir erleben, dass wir viel strahlender, weiser und liebenswürdiger sind, als wir bisher dachten.

THEMATISCHES ANGEBOT

Kreistanz – Meditativer Tanz

Termine:

jeweils am Sa,
15:00 – 17:30 Uhr
18.03. / 01.04. /
20.05. / 01.07.2017
(auch einzeln zu
buchen)

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Viktoria Korenika,
Diplom-Psychologin
und Heilpraktikerin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Kosten:

€ 5,00

Anmeldung:

telefonisch unter
089 2137-1236 oder
schriftlich

jew. 10 Tage vorher

Tanzen ist eine wunderbare Möglichkeit vom Denken weg zu kommen und ganz in den Augenblick einzutauchen. Beim Kreistandzen bewegen wir uns gemeinsam um ein Zentrum, die Tanzmitte. Mit der Zeit führt uns das immer näher zu unserer eigenen Mitte, ähnlich wie es bei der Meditation geschieht.

Wir tauchen ein in schöne Musik und harmonische Bewegung und begeben uns gleichzeitig auf eine Reise nach innen. Dort können wir auf der Herzesebene unsere ungebrochene Lebenskraft spüren, was sich unmittelbar als Wohlgefühl, Gelöstheit und Lebendigkeit äußert. In der Gemeinschaft des Kreises sind wir aufgehoben und das Erlernen der Schritte wird zum freudigen und mühelosen Erlebnis.

Als Menschen haben wir viele Möglichkeiten, unsere Verbundenheit zur Schöpfung wahrzunehmen und auszudrücken. Mit den Füßen auf der Erde und der bewussten Ausrichtung zum Himmel spüren wir im Tanz deutlich, dass wir ein Teil der großen Schöpfung und untrennbar mit ihr verwoben sind.

THEMATISCHES ANGEBOT

Becken-Balance Aus der Mitte kommt die Kraft

Termine:

jeweils am Sa,
15:00 – 17:30 Uhr
11.03. u. 06.05.2017
(auch einzeln zu
buchen)

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Silke Kramer,
Heilpraktikerin und
Yogalehrerin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Kosten:

€ 5,00

Anmeldung:

telefonisch unter
089 2137-1236 oder
schriftlich

jew. 10 Tage vorher

Innere und äußere Balance ist bei der Bewältigung unserer vielfältigen täglichen Herausforderungen unerlässlich. Ein bewegliches, aktives Becken mit einem kraftvollen, flexiblen Beckenboden bietet hierfür eine gute Basis.

Ihr Becken und ihren Beckenboden erspüren, neu kennenlernen, kräftigen und mit neuer Lebensenergie, Lust und Freude füllen, sind Ziele des Nachmittags. Sie lernen den Beckenbodenaufbau plastisch kennen und erhalten wertvolle Tipps für den Alltag. Elemente aus verschiedenen Richtungen der Körpererfahrung sorgen für Abwechslung und Spaß am Üben.

THEMATISCHES ANGEBOT

Gelassen in turbulenten Zeiten

Termine:

jeweils am Mi,
17:00 – 19:00 Uhr
03.05. / 10.05. /
17.05. / 24.05. /
und 31.05.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Katrin Norman, Dipl.
Sozialpädagogin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester
Zu Ihrer
Erleichterung bekom-
men die Kinder ein
kleines gemeinsames
Abendbrot.

Kosten:

€25,00
(für 5 Abende)

Anmeldung:

telefonisch unter
089 2137-1236 oder
schriftlich
bis zum 25.04.2017

In Zeiten einer Krise ist man häufig vielen Belastungen ausgesetzt. Vielleicht fühlen Sie sich von Ihren Alltagsforderungen über die Maßen gefordert, haben weniger Vertrauen in sich und andere. Möglicherweise haben Sie in der akuten Stresssituation das Gefühl, die Kontrolle über Ihr Leben zu verlieren und wissen oft nicht, wie es für Sie weiter gehen soll. In diesem Seminar lernen Sie, innezuhalten und den Herausforderungen des Lebens mit mehr Ruhe, Gelassenheit und Klarheit zu begegnen.

Ziel des Seminars:

- eigene Überforderungs- oder Stressmuster zu erkennen und zu verstehen
- mit Gefühlen und Gedanken besser umzugehen
- die Konzentration auf sich und ihren Körper zu lenken
- innere Ruhe zu finden
- achtsamer Umgang mit sich
- wieder Energie zu tanken für Dinge, die Ihnen wichtig sind
- neue Ziele zu definieren

THEMATISCHES ANGEBOT

Mein Lebensbuch – Biographie und kreatives Gestalten

Termin:

Sa, 13.05.2017,
14:00 – 17:00 Uhr

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Gabriele Schlüter,
Gestalt- und
Werkpädagogin

**Keine
Kinderbetreuung!**

Kosten:

€ 10,00 (pro Person
inkl. Material)

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum 03.05.2017

Das Leben ist bunt! Es gibt verschiedene Lebensabschnitte: zu verschiedenen Zeiten sind bestimmte Themen sehr wichtig, und dann ändert sich wieder alles.

An diesem Tag schauen wir zurück auf das gelebte Leben – auf die Überraschungen, Wendepunkte – die je eigene Lebensspur im alltäglichen Leben. Wir spüren diesen Erlebnissen und Fragen nach und geben diesen im kreativen Gestalten einen sichtbaren Ausdruck. Es entsteht ein Buch, dessen Einband wir mit buntem Papier gestalten.

So entsteht ein farbenfrohes Lebensbuch, das uns auch weiterhin kraftvoll begleitet.

Kinder ab 6 Jahren können auch ihre eigenen Kunstwerke gestalten.

bitte mitbringen nach Möglichkeit:
geeignete Kleidung zum Werkeln

THEMATISCHES ANGEBOT

Sich wieder aufrichten und die Spur unseres Selbstwertes aufnehmen

Termine:

jeweils am Mi,
17:30 – 19:00 Uhr
28.06. / 05.07. /
12.07. u. 19.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Sabine Kamola,
Körper- und
Familientherapeutin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester
Zu Ihrer
Erleichterung bekom-
men die Kinder ein
kleines, gemeinsa-
mes Abendbrot

Kosten:

€ 20,00
(für 4 Abende)

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum 19.06.2017

Durch unsere Geschichte mit Trennung und Scheidung leidet oft unser Selbstbewusstsein, unser Selbstwert ist angeknackst. Die Konflikte, Demütigungen, Verletzungen, die einer Trennung vorausgehen, lassen uns zutiefst erschüttern. Wir sind immer wieder von Selbstzweifeln geprägt. Oft gerät unser Bild von Familie, der eigene Lebensentwurf ins Wanken.

Durch Innehalten, Übungen und im achtsamen Umgang miteinander wollen wir uns an diesen vier Abenden auf die Spurensuche zu unserem Selbstwert begeben. Im wertschätzenden Dialog, unabhängig von der Wertung anderer, können wir uns selbst wieder erkennen und wahrnehmen.

Bitte mitbringen:
bequeme Kleidung

THEMATISCHES ANGEBOT

Patchworkfamilien Neues Glück – und brennende Fragen

Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Kooperation mit dem Fachbereich Alleinerziehendenseelsorge

Patchworkfamilien haben die gleichen Aufgaben, die Erstfamilien haben und darüber hinaus auch noch weitere Herausforderungen:

- Mitglieder von Patchworkfamilien leben in verschiedenen Familiensammenhängen, Vater, Mutter, Freund, Freundin, Opas, Omas, „Stiefgeschwister“, Halbgeschwister. So ist es wichtig zu lernen in und mit diesen unterschiedlichen Konstellationen in der Familie umzugehen.
- Die Elternbeziehung besteht schon länger, als die neue Paarbeziehung und die verschiedenen Loyalitäten brauchen Raum und Zeit.
- Deine Kinder – meine Kinder – unsere Kinder. Wer hat wann welche Aufgaben?
- Die Paarbeziehung ist beendet, die Elternaufgaben bleiben aber bestehen und somit auch der Kontakt zum ehemaligen Partner/Partnerin.

Die Entwicklung eines neuen Familienverbandes braucht Zeit und geschieht nicht von alleine, sondern bedarf einzelner Schritte. An diesem Wochenende werden wir uns mit den Schritten beschäftigen und gemeinsam nach Wegen suchen, wie diese Herausforderungen angegangen werden können. Gleichzeitig ist Gelegenheit zum Austausch mit den anderen Teilnehmern, welche Lösungsschritte jede/jeder schon gefunden hat, bzw. welche Ideen vorhanden sind.

Termine:

Fr, 07.07.2017,
17:30 – 19:00 Uhr
Sa, 08.07.2017,
15:00 – 18:00 Uhr
Sa, 22.07.2017,
15:00 – 18:00 Uhr
bei Bedarf

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Margarete Schlierf,
Dipl. Psychologin,
Dipl. Sozialpädagogin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester
Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
am Freitag ein kleines,
gemeinsames
Abendbrot

Kosten:

€ 15,00
(+ € 10,00 für
22.07.2017)

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum 29.06.2017

THEMATISCHES ANGEBOT

Singsang am Sonntag

Termin:

So, 12.03.2017
14:00 – 17:00 Uhr
mit einer Teepause

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Claudia Scherg,
Diplom-
Musikpädagogin

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Dass Singen glücklich und froh macht, ist kein Geheimnis mehr. Wir möchten diese positive Wirkung des Miteinander-Singens gerade in den Monaten nutzen, in denen sich das Tageslicht noch zurückhält und wir jeden Gemütsaufheller dringend brauchen können.

Eingeladen sind alle, die gerne miteinander singen mögen. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitgebrachte Kinder werden parallel betreut und dürfen die letzten 15 Minuten mitsingen.

THEMATISCHES ANGEBOT

Gemeinsam stark – für alleinerziehende Mütter / Väter

(in Anlehnung an das vom Deutschen Kinderschutzbund entwickelte Konzept „Starke Eltern – Starke Kinder“®)

Kinder brauchen Akzeptanz und Nähe. Im Alltag bringen Kinder häufig ihre Mütter und Väter an Grenzen und gleichzeitig wollen Kinder Grenzen erfahren. In diesem Spannungsfeld fühlen sich gerade alleinerziehende Mütter und Väter immer wieder unsicher und glauben, in anderen Familien klappt alles viel besser.

Wir laden Sie herzlich zum Elternkurs „Gemeinsam stark“ ein.

Durch Inputs und das Eingehen auf spezielle Fragestellungen kommen Sie mit anderen Alleinerziehenden in einen Austausch über das Zusammenleben mit Ihrem Kind / Ihren Kindern und können daraus Anregungen für Ihren Alltag mitnehmen.

- Was braucht mein Kind für eine positive Entwicklung?
- Wie können wir miteinander reden und unsere Konflikte zufrieden stellend lösen?
- Wie setze ich sinnvoll Grenzen?

So mögen Sie gangbare und praktische Wege finden, um mit Ihrem Kind / Ihren Kindern gemeinsam stark zu sein.

Der Elternkurs findet statt in Kooperation mit der kath. Fachstelle für Alleinerziehende, der evang. Fachstelle für alleinerziehende Mütter und Väter und VAMV

Termine:

Fr, 24.03.2017,
17:30 – 19:00 Uhr
Sa, 25.03.2017,
15:00 – 18:00 Uhr
Sa, 01.04.2017,
15:00 – 18:00 Uhr

Leitung:

Yasmin Riza, Dipl.
Sozialpädagogin,
Systemische Beraterin
(SG), Theaterpädagogin

mit Kinderbetreuung**Kosten:**

€ 25,00

Veranstaltungsort:**Siaf e.V.**

**Sedanstr. 37,
81667 München
www.allfa-m.de**

Anmeldung:

Tel. 089 458025-0
oder info@siaf.de
bis zum 03.03.2017

Geburtsvorbereitung

Mögliche Termine:

jeweils am So,
10:00 – 18:00 Uhr
26.03. / 28.05. /
oder 30.07.2017

Nach Rücksprache
ist auch ein individu-
eller Kursbeginn
möglich (auch privat)

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Erika Behrusi,
Geburtsvorbereiterin
GfG, Geburts-
begleitung

Kosten:

€ 40,00
Die Kosten werden
evtl. auch durch Ihre
Krankenkasse über-
nommen.

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich bis
jeweils 10 Tage
vor Kursbeginn

Sie erwarten ein Kind, werden viel-
leicht nicht in einer Partnerschaft
leben, und wollen sich zusammen mit
anderen Frauen in ähnlicher Situation
auf die Geburt vorbereiten.

Wir bieten Ihnen in dieser sensiblen
Phase einen Wochenendkurs zur
Geburtsvorbereitung an.

Kursinhalte sind u.a.

- Körperwahrnehmungsübungen,
- geburtserleichternde Atem- und
Entspannungsübungen,
- Information über Schwangerschaft,
- Geburtsvorgang, Umgang mit
Ängsten und Schmerzen,
Sicherheit und Vertrauen in die
eigenen Kräfte stärken.

An diesem Kurs können auch
Zweitgebärende teilnehmen.

Baby-Treff

Termine:

jeden Mi von
10:00 bis 12:00 Uhr
(außer an Feiertagen
und in den
Schulferien)

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Anmeldung:

telefonisch
089 668708

Mit einem Baby steht jede Mutter täg-
lich vor neuen Herausforderungen.
Diese Situationen bewegen, erfreuen,
verändern und ängstigen auch
manchmal.

In dieser Gruppe haben Sie die Mög-
lichkeit sich auszutauschen, Erlebtes zu
teilen und Neues kennen zu lernen.

Bei Fragen rund um den Alltag, zum
Thema Pflege, Erziehung u.ä. stehe ich
Ihnen mit fachlicher Kompetenz und
mütterlicher Erfahrung zur Verfügung.

z.B.

- Soll ich mein Baby zum Stillen
wecken?
- Ab wann beginnt Erziehung?
- Erfahrungsaustausch „Allein mit
Baby“
- Schlaf-Wach-Rhythmus erkennen
und begleiten

Einstieg jederzeit möglich!

„Mein Kind ist in der Schule...“

Termine:

Jeweils am Fr,
17:30 – 19:00 Uhr
31.03. / 28.04. /
12.05. / 30.06. /
und 14.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Irmengard Römer

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Zu Ihrer
Erleichterung bekom-
men die Kinder ein
kleines, gemeinsa-
mes Abendbrot

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Das Kind erlebt ein Lern- und Bildungssystem mit Anforderungen, und für Mütter / Väter ergeben sich Themen, organisatorische Fragestellungen und Herausforderungen.

Die wachsende Selbständigkeit des Kindes eröffnet aber auch die Chance zur eigenen beruflichen Weiterentwicklung und mehr Freiraum für persönliche Entfaltung.

In entspannter Atmosphäre treffen sich Alleinerziehende, die sich aufgrund ähnlicher Erfahrungen und Erlebnisse austauschen, zuhören, raten, vernetzen oder mit einem Lachen sich erleichtern wollen.

G'98 – Gemeinschaft als Quelle

Wir sind Alleinerziehende und wollen

- unsere Erfahrungen und Alltagsprobleme austauschen,
- uns unterstützen auf der Suche nach Problemlösungen,
- in der Gemeinschaft Kraft schöpfen und Geborgenheit finden,
- miteinander lachen und gemütlich beisammen sein.

Unsere Gruppe sehen wir als Quelle für Motivation und als Wegbereiter zu privaten Unternehmungen.

Wir freuen uns auf Gleichgesinnte, die Kinder im ähnlichen Alter haben.

G'98:

Mütter/Väter mit Kindern
um 1998 geboren

jeweils Do,
17:00 - 18:30 Uhr

09.03. / 06.04. / 04.05. /
22.06. und 20.07.2017

G'98:

Mütter/Väter mit Kindern
um 1998 geboren

jeweils Fr,
17:30 - 19:00 Uhr

10.03. / 07.04. / 05.05. /
23.06. und 21.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Irmengard Römer

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Pubertät – 2/3 erwachsen?

Termine:

jeweils am Do,
19:00 – 20:30 Uhr
09.03. / 06.04. /
18.05. / 22.06. und
20.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Yasmin Riza,
Dipl. Sozialpädagogin
FH, Systemische
Beraterin SG,
Supervisorin und
Coach DGSv

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Die Pubertät ist eine Lebensphase zwischen 12 und 16 Jahren, in der viel passiert. Kinder und Jugendliche entdecken und entwickeln neue Kräfte. Ihr Körper verändert sich. Auf der einen Seite wollen die Kinder und Jugendlichen erwachsen sein, und auf der anderen Seite möchten sie aber klein sein, keine Verantwortung tragen und von „Mama“ / „Papa“ beschützt werden. Man kann oft nicht erkennen, auf welcher Seite sich das Kind gerade befindet, da die Kinder und Jugendlichen es oft selber nicht wissen.

Mütter / Väter müssen ihren Kindern in dieser Zeit Grenzen setzen und immer wieder mit ihnen kämpfen.

Bei den monatlichen Treffen werden gemeinsam Fragen beantwortet und Vorgehensweisen gesucht, damit Mütter / Väter ihre Kinder durch diese spannende und anstrengende Zeit gut begleiten können. Der Austausch untereinander und das Sehen, dass andere Mütter / Väter auch ähnliche Probleme mit ihren Kindern haben, kann helfen, seine eigene Erziehungskraft zu stärken.

Wenn die Kinder erwachsen werden

Viele Mütter und Väter betrachten es mit gemischten Gefühlen, wenn ihre Kinder erwachsen werden: räumliche und persönliche Veränderungen stehen an, „Kinder“ wollen / sollen sich ablösen.

All die Jahre hat man auf diesen Augenblick mehr oder weniger gewartet, um dann das eigene Leben wieder neu in die Hand zu nehmen. Dann aber, wenn es ernst wird mit der Verselbständigung der Kinder, machen sich sehr unterschiedliche und zwiespältige Gefühle breit wie Einsamkeit, Trauer, Angst und Abschied, aber auch Neugier auf ein „neues“ Leben.

Wir wollen uns in dieser Entwicklungsphase gegenseitig stärken und unterstützen, uns Kraft und Zuspruch geben, neue Lebensideen finden und Ziele verfolgen. Vielleicht entsteht auch ein Wunsch nach gemeinsamen Aktivitäten.

Termine:

Jeweils am Do,
16:00 – 17:30 Uhr
30.03. / 27.04. /
11.05. / 29.06. /
und 13.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Irmengard Römer

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Für Mütter, deren Kind/er beim Vater leben

Termine:

jeweils am Do,
18:00 – 19:30 Uhr
30.03. / 27.04. /
11.05. / 29.06. /
und 13.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Sabine Fiegel

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Es gibt unterschiedliche Gründe, warum ein Kind oder Kinder beim Vater leben.

Diese Situation konfrontiert Mütter mit vielerlei Fragen:

- Wie geht es mir damit?
- Wie gestalten sich die Besuche?
- Wie ist das Verhältnis zum Vater des Kindes / der Kinder?
- Wie erlebe ich das Kind / die Kinder und mich als Mutter?

u.a.

Diese Gruppe mit Müttern in ähnlicher Situation gibt Ihnen die Möglichkeit, Aktuelles zu reflektieren und Lösungswege für Probleme zu finden, um eine klarere Sicht und eine innere Balance zu bekommen.

Väter in/nach Trennung und Scheidung

Eine gemeinsame Initiative des Bereichs Alleinerziehende Mütter und Väter mit dem Fachbereich Männerseelsorge.

Das Angebot ermöglicht:

- Mit Trennung und Scheidung besser zurecht zu kommen sowie Trennung und Scheidung akzeptieren zu lernen
- Unterstützung für eine konstruktive Gestaltung des Umgangs mit den Kindern
- Unterstützung in neuen Paar- und Familiensituationen (Patchworkfamilien)
- Krise und Scheitern als Chance zu sehen
- Sich gegenseitig als Betroffene zu unterstützen und zu stärken

Ganz herzlich eingeladen sind alle Männer, die sich angesprochen fühlen!

Termine:

jeweils am Mo,
19:30 – 21:15 Uhr
06.03. / 03.04. /
08.05. / 19.06. /
03.07. und 18.09.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Wolfgang Tutsch,
Dipl.-Sozialpädagogin
und Systemischer
Familientherapeut,
N.N.

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

GRUPPEN

- Offener Treff - „Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein“

Termine:

jeden Fr
15:30 – 17:30 Uhr
(außer an Feiertagen,
Fenstertagen und in
den Schulferien)

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Keine

Kinderbetreuung!

- reden – zuhören – entspannen
- Gleichgesinnte finden
- Erfahrungsaustausch
- „Einfach raus aus den vier Wänden“
- Fragen – Antworten „Rund ums Kind“
- Schwanger – wie geht es weiter?

Sie sind mit und ohne Kind/er herzlich willkommen.

GRUPPEN

- Treffpunkte für Alleinerziehende - „Gruppen tun gut“

In einigen Pfarrgemeinden der Erzdiözese München und Freising gibt es Alleinerziehenden-Gruppen. Es treffen sich betroffene Frauen und Männer, um sich über das Besondere ihrer Lebensform auszutauschen. Willkommen ist jede/r unabhängig von der Konfession.

Geleitet werden die Gruppen, die sich regelmäßig treffen, von Alleinerziehenden oder anderen qualifizierten Frauen und Männern. Die Inhalte der Treffen gestalten sich zwischen ganz spezifischen Themen rund um die Lebensform „alleinerziehend“ bis hin zu geselligen Unternehmungen.

Wer im eigenen Umfeld eine Gruppe gründen möchte, kann gerne von unserer Fachstelle unterstützt werden.

Kontakt:

Erzbischöfliches
Ordinariat München
Alleinerziehende
Mütter und Väter
Susanne Ehlert
Tel. 089 2137-1236

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für die Kinder.

Der Kurs soll **getrennten** Eltern helfen, die Beziehung zu den Kindern zu pflegen, Konflikte mit ihnen besser zu bewältigen und in Krisensituationen aufzutanken zu können.

Die Eltern nehmen getrennt voneinander teil, so dass der Blick – ungestört von Paarkonflikten – auf das Kind gerichtet werden kann.

Infos und Anmeldung bei:

Ehe-, Familien- und Lebensberatung
der Erzdiözese München und Freising
Rückertstraße 9 • **80336 München**
Tel.: 089 544311-0
Fax: 089 544311-26
info@eheberatung-oberbayern.de
www.eheberatung-muenchen.de

Termine:

jeweils am Mi, 09:30 – 12:30 Uhr
08.02. / 15.02. / 08.03. / 15.03. /
22.03. / 29.03. und 05.04.2017

Beratungsstelle für Eltern, Kinder
und Jugendliche Ebersberg
Bahnhofstr. 1 • **85567 Grafing**
Tel.: 08092 23241-30
eb-ebersberg@caritasmuenchen.de

Beratungsstelle für Eltern, Kinder
und Jugendliche Freising
Bahnhofstr. 20 • **85354 Freising**
Tel.: 08161 53879 30
Fax: 08161 53879 39
eb-freising@caritasmuenchen.de

Ehe-, Familien- und
Lebensberatung Traunstein
Marienstr. 5 • **83278 Traunstein**
Tel.: 0861 6116

Trennung und Scheidung sind einschneidende Lebensereignisse, die allein schwer zu bewältigen sind. Diese Gesprächsgruppen bieten Unterstützung bei der Bewältigung der im Zusammenhang mit Trennung und Scheidung auftretenden Probleme:

Infos und Anmeldung bei

Ehe-, Familien- und Lebensberatung
der Erzdiözese München und Freising
Rückertstraße 9 • **80336 München**
Telefon: 089 544311-0

Ehe-, Familien- und
Lebensberatung Rosenheim
Max-Joseph-Platz 23 • **83022 Rosenheim**
Tel.: 08031 381850

Ehe-, Familien- und
Lebensberatung Ebersberg
Siegwartstr. 27 • **85560 Ebersberg**
Tel.: 08092 22218

Ehe-, Familien- und
Lebensberatung Dachau
Mittermayerstr. 13 • **85221 Dachau**
Tel.: 08131 55486

GRUPPEN FÜR VERWITWETE ALLEINERZIEHENDE

Freising:

genaue Termine erfragen Sie bitte im Zentrum der Familie in Freising
Tel. 08161 489310

Leitung:

Astrid Heinemann, dipl. Religionspädagogin, Heilpraktikerin Psychotherapie, Traumafachberaterin

München:

Ansprechpartnerin Dorothea Hahn
Tel. 0179 2965231

Als Elternteil minderjähriger Kinder sind Sie nach dem Tod Ihres Partners bzw. Ihrer Partnerin in einer schwierigen Situation. Neben der eigenen Trauer erleben Sie bei Ihren Kindern sehr unterschiedliche Reaktionen auf den Verlust, die es zu verstehen und mit denen es angemessen umzugehen gilt. Hinzu kommen die erhöhten Anforderungen im Alltag, der nun ohne das erwachsene Gegenüber in der Familie zu organisieren ist. Weil Tod und Trauer immer noch Tabuthemen sind, ist es nicht leicht, GesprächspartnerInnen für diese besondere Situation zu finden.

Bei den Gruppenabenden erhalten Sie neben fachlicher Information anhand von Literatur, Filmen, Gesprächen (beispielsweise über das Trauerverhalten von Kindern aus entwicklungspsychologischer Sicht) Gelegenheit zum Kennenlernen, zum Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Regelmäßige Teilnahme ist deshalb von Vorteil, aber nicht Bedingung.

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Feiern, Schlemmen und Lachen, Hängemattenfeeling für die Seele.

Wir laden Mütter, Väter mit oder ohne ihre Kinder ein am Sonntag, 25. Juni 2017

- | | |
|----------------------|--|
| 11:00 Uhr | ankommen
umschauen
kennen lernen |
| ab 11.30 Uhr | Brunch und
ratschen, spielen,
entspannen |
| ca. 14.00 Uhr | Abschluss |

Wer gerne einen Tag lang mit anderen Erwachsenen und deren Kindern wandert, Bekannte wieder trifft, neue Leute kennen lernt und gern viel Spaß hat, ist genau richtig bei dieser Sommerwanderung.

Unseren Ausgangspunkt erreichen wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln, der Weg ist auch für kleinere Kinder gut zu bewältigen. Eine gemeinsame Brotzeit und viele Gespräche werden das Gemeinschaftserlebnis an diesem Tag unterstützen.

Genauere Informationen bekommen Sie in einem Schreiben nach Ihrer Anmeldung.

Sommerfest am Sonntag, 25. Juni 2017

Termin:

So, 25.06.2017,
11:00 – 14:00 Uhr

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Susanne Ehlert
Dagmar Grallath
Irmengard Römer

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum **02.06.2017**

Sommerausflug – Unterwegs im schönen Bayern!

Termin:

So, 23.07.2017

Leitung:

Susanne Ehlert

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Osterfahrt 2017 – Natz/Südtirol, 17. April (Ostermontag) bis 21. April 2017

Termin:

Ostermontag,
17.04.2017 bis
Freitag 21.04.2017

Ort:

Hotel Birkenbrunn,
Natz bei Brixen/
Südtirol

Leitung:

Susanne Ehlert

Kosten

€ 200,00 für 4 Über-
nachtungen im
Doppelzimmer mit
Halbpension bei
eigener Anreise

Der Winter ist vergangen. Der Frühling weckt neue Kräfte. Mit der wieder erwachenden Natur wollen auch wir uns hinaus locken lassen in die Frische des Frühlings.

Die Südtiroler Bergwelt werden uns zum Wandern, Pilgern und Genießen einladen. Verwöhnt werden wir im Hotel Birkenbrunn.

Mit spirituellen Impulsen geben wir den gemeinsamen Tagen einen Rahmen, in dem wir die Gemeinschaft mit Gleichgesinnten schätzen und uns österliche Impulse Kraft für unseren Alltag schenken.

Die Reise findet ohne Kinder statt.

Weitere Infos unter:
www.hotel-birkenbrunn.it

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Ferienfreizeit 2017 – Natz/Südtirol, 05. Juni (Pfingstmontag) bis 15. Juni 2017

Termin:

Pfingstmontag,
05.06.2017
bis Fronleichnam,
15.06.2017

Kosten

Erwachsene und
Jugendliche
ab 13 Jahre: € 570,00
Kinder von
7-12 Jahre: € 470,00
Kinder von
3-6 Jahre: € 420,00

Leitung:

Susanne Ehlert
Denise Peachy
KinderbetreuerInnen

Urlaub genießen, sich verwöhnen lassen, miteinander Spaß haben, Gespräche führen, Berge erkunden, Singen und Spielen, Faulenzen.

Alleinerziehende und ihre Kinder ab 3 Jahren sind herzlich eingeladen, ihren Urlaub mit anderen Alleinerziehenden Familien in Südtirol zu verbringen.

Eine gute Mischung aus gemeinsamen Unternehmungen und freier Zeit lässt kein Bedürfnis zu kurz kommen. Es gibt Angebote für die gesamte Gruppe, Zeiten, in denen Eltern und Kinder getrennt voneinander ihr eigenes Programm haben und immer wieder Zeiten zur freien Verfügung

Natz ist ein kleiner Ort in Südtirol umgeben von Bergen und Flüssen in der Nähe der Stadt Brixen.

Im **Hotel Birkenbrunn** sind Alleinerziehende und ihre Kinder seit mehr als 40 Jahren herzlich willkommen.

Das gemütliche Haus, die familiäre Atmosphäre, die gute Küche und der großzügige Garten mit einem Spielplatz und einem Swimmingpool bieten eine gute Grundlage für einen entspannten Urlaub.

Aktivitäten wie Wanderungen durch die Südtiroler Bergwelt und Besichtigungen bereichern den Urlaub mit neuen Impulsen.

Weitere Infos unter:
www.hotel-birkenbrunn.it

INFO

Falls es Ihnen schwer fällt, die Ferienfreizeit zu finanzieren, wenden Sie sich bitte an uns!

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Ferienfreizeit 2017 – Rom/Italien, 02. bis 09. September 2017

Termin:

Sa, 02.09. –
Sa, 09.09.2017

Ort:

Casa Santa Maria
della Baviera,
Rom/Italien

Kosten

Erwachsene € 350,00
Kinder ab 8 J. € 320,00
(die Reise wird finanziell von der Erzdiözese München und Freising unterstützt)

Leitung:

Susanne Ehlert
KinderbetreuerInnen

Rom entdecken, den Papst treffen, miteinander Spaß haben, gemeinsam beten und singen, Eis essen, im Meer baden, „la dolce vita“ genießen ...

Alleinerziehende und ihre Kinder ab 8 Jahren sind herzlich eingeladen eine Woche in Rom zu verbringen.

Wir wollen die Stadt und den Vatikan gemeinsam mit den Kindern erkunden und uns auch einen Tag Zeit nehmen, um ans Meer zu fahren.

In der Casa Santa Maria della Baviera, einem Haus der Erzdiözese München und Freising, werden wir herzlich willkommen sein, die Dachterrassen und den Garten genießen und in der haus-eigenen Kapelle gemeinsam Gottesdienst feiern.

Das gemeinsame Programm wird so gut gemischt sein, dass für Erwachsene und Kinder jeweils etwas dabei ist.

GOTTESDIENSTE UND BESINNUNG

Wenn Wege sich trennen – ökumen. Gottesdienst für getrennt Lebende und Geschiedene

Die Trennung von einst geliebten Menschen ist für viele eine schmerzliche Erfahrung. In einer liturgischen Feier können sich Betroffene mit diesem speziellen Teil ihrer Lebensgeschichte auseinandersetzen, heilsame Rituale erfahren und ihr Leben unter den Segen Gottes stellen.

Auch Freunde und Angehörige sind herzlich eingeladen. Kinder können während des Gottesdienstes betreut werden.

Veranstalter: Fachstelle für Alleinerziehende im Erzbischöflichen Ordinariat München, Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer, Evangelisches Beratungszentrum, Evangelische Kirchengemeinde St. Markus, Katholische Kirche St. Michael

Termin:

Fr, 31.03.2017,
18:00 Uhr

**Ev. Kirche
St. Markus, München**
Gabelsbergerstraße 6

GOTTESDIENSTE UND BESINNUNG

Für meine Trauer: Wort – Musik – Segen

Termine:

jeweils am 1. Sonntag
im Monat
um 19:00 Uhr,
05.03. / 02.04. /
07.05. / 04.06. /
02.07. / 06.08.
und 03.09.2017

**Kath. Kirche St. Paul,
München,**
St.-Pauls-Platz,
U-Bahn-Station
Theresienwiese

Verantwortlich:

Projektgruppe Kirche
und Trauer der
Erzdiözese München
und Freising

***Trauer kann viele Gründe haben:
Wenn ein lieber Mensch verstorben ist,
wenn Lebensentwürfe scheitern,
wenn die Lebenskraft weniger wird,
wenn Menschen auseinander gehen.***

Jeden 1. Sonntag im Monat treffen sich
Menschen in der katholischen Kirche
St. Paul, um ihrer persönlichen Trauer
Raum zu geben.

Worte, Musik und Rituale helfen, sich
auf den Prozess der Trauer einzulassen,
in dem Erinnern stattfindet und
Wandlung möglich wird.

Wenn Sie sich selber in einer Zeit der
Trauer befinden, sind Sie ganz herzlich
eingeladen, an diesen Gottesdiensten
teilzunehmen.

GOTTESDIENSTE UND BESINNUNG

Be-sinnung

Termine:

jeweils am Mi,
17:30 – 18:30 Uhr
08.03. / 15.03. /
22.03. / 29.03. und
05.04.2017

(auch einzeln zu
buchen)

Haus Dorothee
St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Leitung:

Irmengard Römer

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
ein kleines, gemeinsa-
mes Abendbrot

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum 01.03.2017

„Gib dir jeden Tag
eine Stunde Zeit zur Stille,
außer wenn du viel zu tun hast...
dann gib dir zwei.“ Franz von Sales

An jedem Mittwoch in der Fastenzeit
lade ich Sie ein zu einer Stunde der
Stille und Besinnung, um sich selber
wahrzunehmen und zu spüren.
Leibübungen, Meditation und geistli-
che Übung werden Leib und Seele gut
tun und schenken die Möglichkeit im
Alltag Atem zu holen.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung (Jogginghose),
warme Socken

Rat und Begleitung im Alltag mit Kind/ern durch Dagmar Grallath

Termine:

nach Vereinbarung

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Anmeldung:

telefonisch
089 668708

Das Leben mit Kindern gleicht einer Achterbahnfahrt. Es gibt Streckenabschnitte die uns ängstlich machen, beschwerlich und ungewiss sind. Doch es macht auch Spaß, vieles läuft mit Leichtigkeit und Hochgefühl.

Über die anstrengenden „Streckenabschnitte“ können Sie mit mir sprechen, sich die Alltagsprobleme mit den Kindern von der Seele reden. Folgendes kennen sicher viele von Ihnen:

- Einschlafschwierigkeiten
- Trotzanfälle/Machtkämpfe
- Probleme im Kindergarten
- Fernsehen und Computer
- Chaos bei Schulkindern
- und vieles mehr...

Wir suchen gemeinsam nach Lösungen und entwerfen Strategien, damit auch diese Situationen etwas leichter laufen und besser bewältigt werden.

INFO

Wir bitten Sie um verbindliche Einhaltung der Termine, da die Beratungen für uns mit Kosten verbunden sind.

Systemisch integrative Einzel- und Familienberatung durch Robert Seisenberger

Dipl. Theologe, Dipl. Sozialpädagoge,
Kommunikationstrainer

Termine:

nach Vereinbarung,
mittwochs mit paralleler
Kinderbetreuung außer
in den Ferien

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236

INFO

Wir bitten Sie um verbindliche Einhaltung der Termine, da die Beratungen für uns mit Kosten verbunden sind.

Sie stoßen in Ihren Beziehungen immer wieder an die gleichen Grenzen? (z.B. mit Ihrem Kind, Ihrer Familie, Ihrer/m (EX-) PartnerIn)

Sie stellen fest, dass immer wieder die gleichen Themen Ihr Leben beeinträchtigen?

Sie suchen nach Wegen aus einer festgefahrenen Situation?

In einem Prozess von mehreren Beratungssitzungen (je 45 Min) unterstütze ich Sie dabei,

- persönliche Haltungen und Verhaltensweisen zu deuten,
- die Konsequenzen für Ihr (Beziehungs-) Leben zu verstehen,
- neue, hilfreiche Handlungsmöglichkeiten zu entdecken.

Ich arbeite auf der Grundlage des systemisch-integrativen Ansatzes.

„Systemisch“ bedeutet, dass neben Ihnen selbst auch die Beziehungen zu den Menschen in den Blick genommen werden, die in Ihrem Leben eine Rolle spielen; denn wir Menschen beeinflussen uns und unser Leben immer wechselseitig. „Integrativ“ bedeutet, dass ein breites Methodenspektrum zur Verfügung steht, um Sie in Ihrem konkreten Anliegen zu unterstützen.

BERATUNG UND INFORMATION

Einzelbegleitung in Lebensfragen durch Irmengard Römer

Termine nach Vereinbarung oder jeden Mi, 15:00 - 17:00 Uhr mit paralleler Kinderbetreuung, außer in den Ferien

Haus Dorothee
St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Kinderbetreuung:
Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Anmeldung:
telefonisch
089 668708

Sie wollen einfach einmal aussprechen, was Sie belastet.

Sie stecken in einer Lebenskrise und wissen nicht mehr weiter. Sie haben die Orientierung verloren. Sie haben das Gefühl, dass Sie nicht mehr so weiterleben können wie bisher, haben aber Angst, sich für etwas Neues zu entscheiden.

Sie sind in Ihrer Beziehung zum Kind / zum Vater des Kindes / zur Mutter des Kindes / zum Partner / zur Partnerin usw. in eine Sackgasse geraten und kommen nicht mehr weiter.

Gerne biete ich Ihnen eine Stunde an zum Gespräch und zur Beratung, wo Sie – falls nötig – weitere Unterstützung bekommen können.

Ich kann auch Begleitung über einen längeren Zeitraum anbieten, damit Sie in Gesprächen für sich Lösungen finden können.

INFO

Wir bitten Sie um verbindliche Einhaltung der Termine, da die Beratungen für uns mit Kosten verbunden sind.

BERATUNG UND INFORMATION

Einzelberatung in Erziehungs-, Schul- und Umgangsfragen durch Angelika von Sonnenburg

Heilpädagogin in der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche, Katholische Jugendfürsorge

- Ich biete Raum und Zeit für Schwangere, um über Ihre Sorgen und Ängste zu sprechen.
- Ich biete Beratung und Unterstützung für Mütter und Väter, deren Kinder von Trennung und Scheidung bedroht / betroffen sind:
Im Gespräch mit Ihnen werde ich versuchen
 - Ihre Situation zu klären,
 - Ihre bisherigen Lösungsversuche zu betrachten,
 - Möglichkeiten zur Veränderung zu suchen und auszuprobieren.
- Ich bin für Sie da, wenn Sie
 - Fragen zu der Entwicklung Ihres Kindes haben,
 - Fragen zur Schulfähigkeit Ihres Kindes haben,
 - Fragen zu der Umgangsgestaltung mit Vater / Mutter des Kindes haben,
 - Antworten und Lösungen suchen.

Termine:

jeweils am Mi,
15:00 – 18:00 Uhr
29.03. / 26.04. /
31.05. / 28.06. /
und 19.07.2017

Haus Dorothee
St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Kinderbetreuung:
Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Kosten:
keine, bei
einmaliger Beratung

Anmeldung:
telefonisch
089 2137-1236

INFO

Wir bitten Sie um verbindliche Einhaltung der Termine, da die Beratungen für uns mit Kosten verbunden sind.

BERATUNG UND INFORMATION

Einzelberatung in Rechtsfragen und Mediation durch Dorothea von der Wippel

Rechtsanwältin, Mediatorin

Termine:

jeweils am Mi,
15:00 – 18:00 Uhr
08.03. / 05.04. /
10.05. / 21.06. /
und 12.07.2017

Haus Dorothee

St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath,
pädagogische
Fachkraft, Kinder-
krankenschwester

Kosten:

keine, bei
einmaliger Beratung

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236

INFO

Wir bitten Sie um verbindliche Einhaltung der Termine, da die Beratungen für uns mit Kosten verbunden sind.

Sie haben ein Kind / Kinder und haben sich von Ihrem Partner / Ihrer Partnerin getrennt oder Ihr Partner / Ihre Partnerin hat Sie verlassen und Sie haben nun viele Fragen wie beispielsweise:

- Worauf ist bei der Regelung der elterlichen Sorge und des Umgangsrechts besonders zu achten?
- Welche Ansprüche bestehen hinsichtlich des Kindes- und / oder des Ehegattenunterhalts?
- Wie läuft ein Scheidungsverfahren und welche Kosten kommen da auf mich zu?
- Wann steht mir Beratungs- / Prozesskostenhilfe zu?

Oder Sie wollen sich erkundigen, welche Verträge möglich sind für Partner / Partnerinnen, die nicht heiraten wollen und ein Kind / Kinder haben.

Oder wünschen Sie Unterstützung bei der Suche nach einer konstruktiven und einvernehmlichen Regelung mit Ihrem Partner / Ihrer Partnerin über all die mit der Trennung verbundenen Angelegenheiten? Die **Familienmediation** bietet Ihnen den Rahmen dafür.

In einem kostenlosen Erstgespräch soll mit Ihnen geklärt werden,

- ob sich Ihre Situation für eine Mediation eignet;
- wie eine Mediation abläuft;
- wie eine Regelung rechtsverbindlich vereinbart werden kann;
- welche Kosten bei der Durchführung einer Mediation anfallen würden.

BERATUNG UND INFORMATION

Über Familien-Mediation

Wer am Ende einer Beziehung steht und gemeinsame Kinder hat, muss Regelungen und Entscheidungen treffen, mit denen alle möglichst gut weiterleben können. Das ist häufig nicht einfach.

Mediation kann dabei helfen.

Mediation heißt Vermittlung und ist ein außergerichtliches Konfliktlöungsverfahren. Um zu fairen Lösungen zu gelangen, bietet die Mediation einen geschützten Raum, in dem mit einem neutralen Dritten einzelne Konfliktfelder Schritt für Schritt bearbeitet werden.

Aus diesem Prozess können eigenverantwortliche und rechtsverbindliche Verträge entstehen, die ein Scheidungsverfahren entlasten, da zu regelnde Dinge nicht mehr vor Gericht getragen werden müssen.

Gelingt eine Mediation, profitieren sowohl die sich Trennenden als auch die Kinder, weil sie erleben, dass ihre Eltern fähig sind, in einem würdevollen Prozess einvernehmliche Lösungen zu finden.

KONTAKT

Wenn Sie sich gerne über das Verfahren und die Inhalte einer Familien-Mediation informieren möchten, wenden Sie sich an:

*Susanne Ehlert
Tel. 089 2137-1236*

Immer wieder diese Versicherungen - Infoabend Versicherungen -

Termin:

Di, 14.03.2017,
18:00 – 19:30 Uhr

Ort:

Ev. Fachstelle für
alleinerziehende
Frauen und Männer,
Landwehrstraße 15,
Rgb. 1. Stock,
80336 München

Referent:

Dr. Gerhard Mayr
(Hochschule
Rosenheim)

Leitung:

Uwe Kaupp,
Evang. Fachstelle
Alleinerziehende

Kinderbetreuung:

nach Voranmeldung

Kosten:

keine

Anmeldung:

uwe.kaupp@elkb.de

Der Infoabend findet
statt in Kooperation
mit VAMV, siaf e.V.
und der kath.
Fachstelle für
Alleinerziehende
Frauen und Männer

Und immer mal wieder denke ich
daran ...

Im Alltagstreiben ist es oft schwierig,
sich mit dem sperrigen Thema
Versicherungen zu beschäftigen.

An diesem Abend wäre es eine gute
Möglichkeit das Thema anzugehen.
Es geht um Haftpflicht-, Rechtsschutz-,
Unfall-, Hausratversicherungen usw.
und natürlich immer um die Frage:

Welche Versicherungen sollte ich
unbedingt haben?

Welche benötige ich nicht wirklich
und kosten nur Geld?

Auf welchem Weg komme ich zu einer
guten und günstigen Versicherung?

- **Trotz der angegebenen Starts ist der Einstieg für Neue bei den meisten Veranstaltungen jederzeit möglich.**
- Anmelden können Sie sich schriftlich mit anhängendem Formular, im Internet unter **www.alleinerziehende-programm.de** oder formlos per E-Mail unter **info@alleinerziehende-programm.de**
- **Ihre Anmeldung ist angenommen und für beide Seiten verbindlich, wenn Sie von uns eine Zusage erhalten. Bitte geben Sie bei der Anmeldung verbindlich an, ob Sie Kinderbetreuung brauchen.**
- **Weitere Angebote für Frauen** finden Sie im Programm der Frauenseelsorge erhältlich unter **Telefon 089 2137-1437**
- **Weitere Angebote für Männer** finden Sie im Programm der Männerseelsorge erhältlich unter **Telefon 089 2137-1599**
Aida Sporrer, Sekretariat
Telefon 089 2137-1597
Ernst Würschinger, FB-Leiter

Der Fachbereich Partnerschaft-Ehe-Familie-Alleinerziehende ist Mitglied der Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München und Freising e.V., die nach dem Gesetz zur Förderung der Erwachsenenbildung (EbFöG) vom Freistaat Bayern als förderungswürdig und vom Finanzamt München für Körperschaften als gemeinnützig anerkannt ist.

Allgemeine Teilnahmebedingungen für Veranstaltungen des Erzbischöflichen Ordinariates München, Fachbereich Partnerschaft – Ehe – Familie – Alleinerziehende

Das Erzbischöfliche Ordinariat führt im Rahmen des kirchlichen Seelsorgeauftrags Veranstaltungen für unterschiedliche Zielgruppen durch. Gewinnabsichten werden mit diesen Angeboten nicht verfolgt. Gleichwohl ist im Interesse aller Beteiligten ein verlässlicher rechtlicher Rahmen notwendig. Dem dienen die nachfolgenden Teilnahmebedingungen:

1. Haftung

Eine Haftung des Veranstalters ist ausgeschlossen. Dies gilt nicht für eine Haftung für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit, die auf einer fahrlässigen Pflichtverletzung des Veranstalters oder einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen des Veranstalters beruhen oder für sonstige Schäden, die auf einer grob fahrlässigen Pflichtverletzung des Veranstalters oder einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen des Veranstalters beruhen.

2. Versicherungen

Der Veranstalter unterhält eine Haftpflicht- und Unfallversicherung, deren Umfang beim Veranstalter eingesehen werden kann. Für weitere Versicherungen sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer selbst verantwortlich.

3. Mitteilungspflichten

Der Veranstalter ist rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung über Krankheiten oder Gebrechen bzw. sonstige erhebliche Umstände mit Auswirkungen auf die Veranstaltungsteilnahme zu informieren. Eine Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.

4. Ausschluss

Es wird erwartet, dass sich die Teilnehmerin / der Teilnehmer im Rahmen der inhaltlich-thematischen Zielsetzung der Angebote mitgestaltend beteiligt. Die Anweisungen und Verbote der Veranstaltungsleiter sind zwingend zu beachten. Die Teilnehmerin / der Teilnehmer kann von der Veranstaltung ausgeschlossen werden, wenn er die Veranstaltung nachhaltig stört, insbesondere gegen Anordnungen der Veranstaltungsleiter und/oder geltendes Recht verstößt.

5. Nutzungsrechte

Die im Zusammenhang mit der Durchführung der Veranstaltung erhobenen persönlichen Daten dürfen für Zwecke der Veranstaltungsverwaltung gespeichert und genutzt werden.

6. Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen

Die Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen des Vertrags hat nicht die Unwirksamkeit des gesamten Vertrags zur Folge. Rechtsunwirksame Bestimmungen werden unter Berücksichtigung von Treu und Glauben durch rechtswirksame Bestimmungen ersetzt, die dem Ziel und Zweck der rechtsunwirksamen Regelungen am nächsten kommen. Entsprechendes gilt für Regelungslücken.