

**ALLEIN
ERZIEHENDE
FRAUEN UND MÄNNER**
ERZDIÖZESE MÜNCHEN UND FREISING

ANGEBOTE

Herbst/Winter

2023/2024

alleinerziehend
stieffamilie
ledig mit kind
solo-mama
allein mit kind getrennt
von anfang an allein
single mom
von trennung und scheidung betroffen
mein kind lebt nicht bei mir
vater allein mit kind
verwitwet mit kindern
getrennte familie
patchwork

SIE SIND ALLEINERZIEHEND? HERZLICH WILLKOMMEN!

Mit unseren unterschiedlichen Angeboten möchten wir Sie in Ihrer Familienform unterstützen und begleiten.

Das Team der Alleinerziehendenseelsorge

Ausführliche Informationen finden Sie unter:

www.alleinerziehende-programm.de



ERZDIOZESE MÜNCHEN
UND FREISING

Impressum

Erzdiözese München und Freising (KdöR)
vertreten durch das Erzbischöfliche Ordinariat München
Generalvikar Christoph Klingan
Kapellenstraße 4, 80333 München

Verantwortlich für den Inhalt:

Fachbereich Alleinerziehendenseelsorge
Ordinariatsdirektor Msgr. Thomas Schlichting

Kontakt und inhaltliche Verantwortung:

Susanne Ehlert, Fachbereichsleiterin Alleinerziehendenseelsorge
Schrammerstr. 3, 80333 München
Telefon 0 89 / 21 37 - 12 36
E-Mail: alleinerziehende@eomuc.de

Realisierung des Produkts mit der Stabsstelle Kommunikation,
Visuelle Kommunikation

Gestaltung: donath & friends Werbeagentur, Dachau

Druck: Universal Medien GmbH, München

Papier: Vivus Silk, hergestellt aus 100 % Altpapier,
FSC®-zertifiziert

Die Kompensation der CO₂-Emissionen
erfolgt über Klimaschutzprojekte
des kirchlichen Kompensationsfonds
Klima-Kollekte gGmbH



UID-Nummer: DE811510756

LIEBE ALLEINERZIEHENDE FRAUEN UND MÄNNER!

Wir sind für Sie da!

Sie haben das Heft für alleinerziehende Frauen und Männer des Fachbereichs Alleinerziehendenseelsorge 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 das Haus Dorothee, unsere Begegnungsstätte, zur Verfügung.

**Alle Angebote
finden Sie in diesem Heft!**

Uns ist es wichtig, dass Sie sich auch angesprochen fühlen, wenn Sie sich als Alleinerziehende dem bunten Spektrum der Regenbogenfamilien zugehörig fühlen.

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

**Susanne Ehlert
Fachbereichsleiterin
Tel.: 089 2137-1236**

**Regina Knoblich
Leiterin Haus Dorothee
Tel.: 089 668708**

**Dagmar Grallath
Pädagogische Fachkraft**

**Kristina Celan
Sekretärin**

Thematische Wochenenden

- Mein Vater und ich 6
- Heimat für mein inneres Kind 7
- Mitten im Advent... 8
- Mit Tönen verwöhnen 9
- Trennung bewältigen, Zukunft gewinnen... 10

Thematische Angebote im Haus Dorothee

- Raus aus dem Kopf...rein in den Körper! (Meditativer Tanz) 11
- Kraft schöpfen in turbulenten Zeiten 12
- Atempause – Zeit nur für mich 13
- Schreibwerkstatt – kreative (Selbst-)Erfahrung 14
- Eintauchen in das Leben 15
- Let's date 16

Gruppen

- Geburtsvorbereitungskurs 17
- Gruppen tun gut (I und II) 18
- Erwachsene Kinder – und jetzt? 19
- Für Mütter, deren Kinder beim Vater leben 20

Offene Angebote und Austausch

- Babytreff 21
- Freitagscafe 22
- Väter in/nach Trennung und Scheidung -Gesprächsgruppen 23
- Pubertät – Info und Austauschabend 24

Gruppen/Einzelangebote

- Gemeinsam stark – Elternkurs für alleinerziehende Mütter/Väter 25
- Von Trennung und Scheidung betroffen 26
- Kinder im Blick – ein Kurs für Eltern in Trennung 27
- Für verwitwete Alleinerziehende 27
- Coaching für Väter mit Trennungserfahrungen 28

Unternehmungen und Fahrten

- Ausflug ins blaue Land 29
- Vorankündigung Ferienfreizeiten Sommer 2024 29

INFO:

Für die Thematischen Wochenenden können Sie bei Bedarf einen staatlichen Zuschuss beantragen. Bitte beachten Sie die entsprechenden Voraussetzungen unter: www.zbfs.bayern.de/foerderung/familie/familienbildung

Für Seele und Leib

- Wenn Wege sich trennen – ökumenischer Gottesdienst 30
- für getrennt Lebende und Geschiedene 31
- Sonntagsbrunch 31
- Weihnachts-Werkstatt 32
- Gesegnet ins neue Jahr 33
- Für meine Trauer 34

Beratung und Information

- Einzelbegleitung in Lebensfragen 35
- Systemische Einzel- und Familienbegleitung 36
- Einzelberatung in Erziehungs-, Umgangs- und Entwicklungsfragen 37
- Einzelberatung in Rechtsfragen 38
- Einzelberatung in Fragen zu Versicherungen und Finanzen 39
- Infos über Familienmediation 40
- Was passiert, wenn mir etwas passiert? 41
-

Hinweise

- Allgemeine Hinweise 42
- Allgemeine Teilnahmebedingungen 43

INFO:

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

THEMATISCHE WOCHENENDEN

Mein Vater und ich

Die Beziehung zum eigenen Vater ist etwas ganz Besonderes. Das, was uns unser Vater an Liebe und Anerkennung, aber auch an Förderungen und Unverständnis mitgegeben hat, begleitet uns auf dem Lebensweg und prägt unser Selbstverständnis als erwachsene Frau.

Das Männerbild, das wir von unserem Vater mitbekommen haben, lebt weiter in den Beziehungen zu unseren Partnern und unseren Söhnen.

Das Wochenende lädt Frauen dazu ein, Einstellungs- und Verhaltensmuster zu erforschen und möglicherweise zu hinterfragen. Wenn nötig werden wir alte Muster liebevoll entsorgen, um einen versöhnlichen Blick auf die eigene-Vater-Tochter-Beziehung zu werfen.

Termin: **Fr., 20.10.2023, 18:00 Uhr bis
So., 22.10.2023, 13:00 Uhr**

Ort: **Aktionszentrum Benediktbeuern
|**

Kosten für Vollpension:

Erwachsene	€ 120,00
EZ-Zuschlag	€ 20,00
Kinder 3-5 J.	€ 40,00
Kinder 6-12 J.	€ 55,00
Jugendliche	€ 90,00

Leitung: **Birgit Schneider, Susanne Ehlert**

Kinderbetreuung: **für Kinder ab 3 Jahre**

Anmeldung: **online oder per E-Mail**

Wichtige Information: **Eine Zu- oder Absage erfolgt ca. 4 Wochen vor der Veranstaltung. Bitte beachten Sie den Hinweis auf Seite 4 über die Möglichkeit eines Zuschusses.**

THEMATISCHE WOCHENENDEN

Heimat für mein Inneres Kind

Enge, Atemlosigkeit, scheinbar grundlose Verstimmungen und übermäßig empfundener Ärger, traurige Gefühle von Einsamkeit ...

Manchmal überfluten uns unfassbare Gefühle. Sie lenken unseren Alltag in ihre Richtung, ohne dass wir es so wollen.

Da liegt es nahe, dass es sich hierbei um alte Gefühle handelt, die aus unserer Kindheit her rühren. In diesem Zeitraum mussten wir unser Leben so nehmen, wie es nun mal war, ob höchst angenehm oder schmerzhaft, - wir hatten wenig Spielraum, es selber zu gestalten.

Heute ist es anders, möchte man meinen! Aber immer wieder hat dieses unser inneres Schattenkind „das Ruder in der Hand“, obwohl keine Gefahr mehr lauert und wir unser Leben heute nach unseren Bedürfnissen selber gestalten könnten.

Hier setzt unsere Arbeit an. Wir nehmen uns mit aller Fürsorge des inneren Schattenkindes an, um es zu beruhigen und ihm zu versichern, dass es von uns als Erwachsene gehalten ist. So bekommt das Sonnenkind – unsere ureigentliche Kraft und Fähigkeit zur Lebensfreude – die Chance, sich zu entfalten und die ihm innewohnende Quelle zu nutzen. Dadurch können wir unser Leben zum Guten wenden und nicht zu Letzt unseren Alltag und unsere Beziehungen entsprechend unseren Wünschen gelingend gestalten

Termin:	Fr., 10.11.2023, 18:00 Uhr bis So., 12.11.2023, 13:00 Uhr
Ort:	Jugendhaus Josefstal Schliersee/Neuhaus
Kosten für Vollpension:	Erwachsene € 65,00 Kinder 3-6 J. € 50,00 Kinder ab 7 J./Jugendliche € 55,00
Leitung:	Barbara Hülmeyer, Susanne Ehlert
Kinderbetreuung:	für Kinder ab 3 Jahre
Anmeldung:	online oder per E-Mail
Wichtige Information:	Eine Zu- oder Absage erfolgt ca. 4 Wochen vor der Veranstaltung. Bitte beachten Sie den Hinweis auf Seite 4 über die Möglichkeit eines Zuschusses.

THEMATISCHE WOCHENENDEN

Mitten im Advent...

...machen wir genau das, was in dieser Zeit ansteht: Wir bereiten uns auf Weihnachten vor.

Weihnachten will uns immer wieder daran erinnern, dass unser Leben ein Geschenk ist und da unser Leben so kostbar ist, sind wir mindestens Gold und Silber wert.

Ganz konkret werden wir daher an diesem Wochenende handwerklich mit diesem Wochenende handwerklich mit diesen edlen Materialien arbeiten. Das Gestalten soll dazu dienen, unsere Sehnsucht nach dem Wertvollen Ausdruck zu verleihen. Auch wenn manche Situationen in unserem Leben alles andere als glanzvoll erscheinen, wollen wir nicht aufgeben, das Wertvolle blank zu polieren, um darin auch den göttlichen Glanz zu entdecken.

Mit Gold und Silber als Wertschätzung unserer selbst, werden wir uns selber ein Geschenk gestalten, damit wir mitten im Advent bereits eine Ahnung von Weihnachten bekommen.

Glanzvolle Momente werden wir erleben, wenn wir gemeinsam mit den Kindern Advent feiern.

Termin:	Fr., 08.12.2023, 18:00 Uhr bis So., 10.12.2023, 13:00 Uhr
Ort:	Bildungshaus St. Martin Kloster Bernried am Starnberger See
Kosten für Vollpension:	Erwachsene € 130,00 EZ-Zuschlag € 20,00 Kinder 3-6 J. € 50,00 Kinder 7-12 J. € 70,00 Jugendliche € 90,00
Leitung:	Gabriele Schlüter, Susanne Ehlert
Kinderbetreuung:	für Kinder ab 3 Jahre
Anmeldung:	online oder per E-Mail
Wichtige Information:	Eine Zu- oder Absage erfolgt ca. 4 Wochen vor der Veranstaltung. Bitte beachten Sie den Hinweis auf Seite 4 über die Möglichkeit eines Zuschusses.

THEMATISCHE WOCHENENDEN

Mit Tönen verwöhnen

Einzutauchen in die Welt der Töne, sei es singend mit der eigenen Stimme oder hörend auf die Töne der Stimmen der anderen und der Töne von Instrumenten wie Klavier oder Klangschalen bedeutet ganz anzukommen bei sich und im Moment.

Wir wollen an diesem Wochenende einerseits auf Tuchfühlung gehen mit unserer Stimmung und diese in unsere Stimmen fließen lassen, andererseits hinhorchen auf die Klänge die im Zusammenwirken der Gruppe entstehen und spüren wie sie sich auf unser Wohlbefinden auswirken.

Die Stimme ist dabei unser vorrangiges „Werkzeug“. Unser System wird durch die von uns selbst erzeugten Stimmklänge verwöhnt und entspannt sich beim Singen automatisch. Körper- und Atemübungen werden uns darüber hinaus auch in Verbindung kommen lassen zu uns selbst. Und mit unserer ureigenen Stimme tönen wir miteinander und singen Lieder die gut tun und Freude bringen. Damit wir wieder entspannt und stimmig unser Alltagsleben mit unseren Kindern meistern können!!

Termin:	Fr., 26.01.2024, 18:00 Uhr bis So., 28.01.2024, 13:00 Uhr
Ort:	Jugendhaus Josefstal Schliersee/Neuhaus
Kosten für Vollpension:	Erwachsene € 65,00 Kinder 3-6 J. € 50,00 Kinder ab 7 J./Jugendliche. € 55,00
Leitung:	Verena Oberloher, Susanne Ehlert
Kinderbetreuung:	für Kinder ab 3 Jahre
Anmeldung:	online oder per E-Mail
Wichtige Information:	Eine Zu- oder Absage erfolgt ca. 4 Wochen vor der Veranstaltung. Bitte beachten Sie den Hinweis auf Seite 4 über die Möglichkeit eines Zuschusses.

THEMATISCHE WOCHENENDEN

Trennung bewältigen, Zukunft gewinnen

Wenn Elternpaare sich trennen, endet nicht nur eine Liebesbeziehung. Ganze Lebensentwürfe, eine gemeinsame Geschichte, Allianzen und Wirtschaftsgemeinschaften hielten den Erwartungen nicht stand. Wer hält zu wem? Wer lebt wo? Wem „gehören“ die Kinder, wenn sie krank sind? Wohin mit den eigenen Gefühlen und Hoffnungen? Und wie die Elternschaft aufrechterhalten, wenn jeder Kontakt mit dem Ex-Partner wehtut oder wütend macht?

Wann und wie kann eine Partnerin oder ein neuer Partner in das Patchworkmuster aufgenommen werden?

Fragen über Fragen, und dazu schwer zu kontrollierende und teils widersprüchliche Gefühle.

Trauer und Wut, Schuldgefühle, Kränkung und Hilflosigkeit gehören wohl immer dazu, manchmal auch Euphorie.

Trotz der Fülle von alltäglichen Herausforderungen ist es wichtig, diesen Gefühlen Raum zu geben, um frei zu werden für neue Erfahrungen und neue Nähe.

An diesem Wochenende wollen wir sortieren, wo die Einzelnen stehen, und was sie von einem echten Neubeginn trennt. Zudem sollen erste Schritte in das neue Leben entwickelt werden.

Termin: **Fr., 23.02.2024, 18:00 Uhr bis
So., 25.02.2024, 13:00 Uhr**

Ort: **Bildungshaus St. Martin
Kloster Bernried
am Starnberger See**

Kosten für Vollpension:

Erwachsene	€ 130,00
EZ-Zuschlag	€ 20,00
Kinder 3-6 J.	€ 50,00
Kinder 7-12 J.	€ 70,00
Jugendliche	€ 90,00

Leitung: **Anja Malanowski; Susanne Ehlert**

Kinderbetreuung: **für Kinder ab 3 Jahre**

Anmeldung: **online oder per E-Mail**

Wichtige Information: **Eine Zu- oder Absage erfolgt ca. 4 Wochen vor der Veranstaltung. Bitte beachten Sie den Hinweis auf Seite 4 über die Möglichkeit eines Zuschusses.**

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Raus aus dem Kopf... ...rein in den Körper!

Ein bisschen Urlaub gefällig?
Eine Weile in einer anderen Realität verbringen?
Den Alltag vergessen und frische Kraft tanken?

Einfache Kreistänze bringen uns hinaus aus dem Gedankenkarussell –
in Freude und ohne große Anstrengung.

Schöne Musik und einfache Bewegungen genießen –
in Leichtigkeit und Harmonie.
Geborgenheit in der Gemeinschaft und die Verbindung zueinander spüren –
ohne Worte.
In deiner Mitte ankommen, den Herzensraum öffnen, die Seele nähren.

Komm zu uns, tanz mit uns!

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen
Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Sa., 15:00 – 17:30 Uhr 14.10. / 16.12.2023 / 03.02.2024 (Termine einzeln buchbar)
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Viktoria Korenika (Diplom-Psychologin und Heilpraktikerin)
Kinderbetreuung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils bis 10 Tage vorher

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Kraft schöpfen in turbulenten Zeiten

Gerade wieder viel los?

Wir wollen die Abende nutzen, um innezuhalten, uns wahrzunehmen und wieder an unsere Ressourcen anzuknüpfen. Mitteilen können, was beschäftigt und vielleicht auch hinter die Dinge sehen. Wir dürfen einfach einmal da sein und ausatmen, ohne dass jemand etwas von uns will, ohne dass wir wach sein müssen für andere, sondern nur aufmerksam für uns selbst.

Unterstützen werden uns dabei der gemeinsame Austausch, Körperwahrnehmung, Körperübungen sowie meditative Elemente. Dadurch schöpfen wir wieder Kraft und gehen gestärkt in den Alltag.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Fr./Mi., 17:30 – 19:00 Uhr 06.10. / 08.11. / 01.12.2023 / 02.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Sabine Kamola (Körper-und Familientherapeutin)
Kinderbetreuung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils 10 Tage vorher

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Atempause – Zeit nur für mich

Um den täglichen Herausforderungen auf Dauer standhalten zu können, muss man gut für sich selbst sorgen: Eine Zeit nur für mich. Ruhig werden, regenerieren und die Möglichkeit zu lernen, wie das auch im turbulenten Alltag zwischendurch gelegentlich gelingen kann.

Miteinander wollen wir üben, unseren Atem als Kraftquelle zu erschließen, zu der wir immer Zugang haben.

Wir nehmen uns die Zeit, bei einfachen Körperübungen im Liegen, Sitzen und Stehen, in der Stille und mit der Stimme unserem Atem zu lauschen und den dadurch entstehenden äußeren und inneren Spielraum zu genießen.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Sa., 15:00 – 17:30 Uhr 23.09. / 21.10. / 02.12.2023 / 20.01.2024 (Termine einzeln buchbar)
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Maria Eberl (Atemtherapeutin)
Kinderbetreuung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils bis 10 Tage vorher

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Schreibwerkstatt – kreative (Selbst-)Erfahrung

Wer schreibt, kommt sich selbst näher. Plötzlich hat sich da etwas aufs Papier gemogelt, was mich selbst überrascht, ein neues Licht auf mein Selbstbild, ein Ereignis oder Gefühl wirft. Eine Sammlung von Wörtern entfaltet ein Eigenleben und lädt mich zur Auseinandersetzung ein. Es beginnt ein spannender Prozess von Erleben, Ausdruck, Bewusstsein und neuem Erleben.

Wer schreibt, spielt mit Möglichkeiten: so oder anders zu formulieren, diese Perspektive einzunehmen oder eine andere, an der Oberfläche zu bleiben oder tiefer einzutauchen. Wir können mit Sprache und Buchstaben experimentieren und auf Regeln von Rechtschreibung und Grammatik pfeifen.

Die Schreibwerkstatt bietet den Raum für kreative (Selbst-)Erfahrung, die durch das ganz individuelle Verarbeiten von Schreibimpulsen, das Vorlesen eigener Texte und das Hören fremder Texte intensiviert wird.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Do., 19:15 – 21:15 Uhr (ONLINE) 28.09. / 26.10. / 23.11.2023 / 18.01.2024 (Termine einzeln buchbar)
Leitung:	Anja Malanowski (Master of Arts – Biographisches und Kreatives Schreiben)
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils bis 10 Tage vorher

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Eintauchen in das Leben Kreativnachmittag (Mediatives Kerzenziehen)

Einen geflochtenen Faden in warmes, wohl duftendes Bienenwachs eintauchen. Immer wieder und wieder.

Warten, bis das weiche Wachs fest ist. Warten, bis die Kerze entflammt wird.

Solche Prozesse sind bekannt: Immer wieder ins Leben eintauchen, Erlebnisse aufnehmen, Erfahrungen verarbeiten, warten, bis Neues entsteht und spüren, was mir Lebensfülle gibt.

Lichte, wertvolle Momente wollen gestaltet werden. Eine eigene, selbst gezogene Kerze kann das auch herbeiführen.

Ein schönes Geschenk – für sich selbst und auch für andere.

Kinder ab 6 Jahren können auch ihre eigenen Kunstwerke gestalten.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termin:	Sa., 18.11.2023, 14:00 – 17:00 Uhr
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Gabriele Schlüter (Werkspädagogin)
Kinderbetreuung:	keine Kinderbetreuung!
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis 10 Tage vorher

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Let's date

Mit einem Click zum großen Glück?

Dating-Apps und Onlineportale öffnen den Weg in eine neue Beziehung. Sie wecken schnell die Hoffnung, den passenden Partner gefunden zu haben oder die Befürchtung, auf ewig Single zu bleiben. Doch wie ist die Realität?

In dieser Gruppe haben Sie die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen und sich gemeinsam auf die Suche zu begeben.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Do., 20:00 – 21:30 Uhr (ONLINE) 21.09. / 19.10. / 16.11. / 14.12.2023 / 18.01. / 22.02.2024
Leitung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils 10 Tage vorher

GRUPPEN

Geburtsvorbereitungskurs

Sie erwarten ein Kind, werden vielleicht nicht in einer Partnerschaft leben und wollen sich zusammen mit anderen Frauen in einer 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.

Termine:	jeweils am So., 10:00 – 18:00 Uhr 24.09. / 26.11.2023 / 28.01. / 17.03.2024 Nach Rücksprache ist ggf. ein individueller Kursbeginn möglich.
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Erika Behrusi (Geburtsvorbereiterin GfG, Geburtsbegleitung)
Kosten:	€ 40,00 Die Kosten werden evtl. auch durch Ihre Krankenkasse übernommen.

GRUPPEN

Gruppen tun gut

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.

Wir freuen uns auf Gleichgesinnte bei unseren monatlichen Treffen.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Gruppe I mit Kinderbetreuung

Hier wird ein Schwerpunkt auf dem Familienalltag mit Kita und Grundschule liegen.

Termine:	jeweils am Fr., 17:30 – 19:00 Uhr 22.09. / 20.10. / 17.11. / 15.12.2023 / 19.01. / 23.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Regina Knoblich
Kinderbetreuung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	online oder per E-Mail

Gruppe II

Termine:	jeweils am Fr., 17:30 – 19:00 Uhr 15.09. / 13.10. / 10.11. / 08.12.2023 / 12.01. / 09.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Regina Knoblich
Anmeldung:	online oder per E-Mail

GRUPPEN

Erwachsene Kinder – und jetzt?

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.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termin:	jeweils am Do., 16:45 – 18:15 Uhr 14.09. / 12.10. / 09.11. / 07.12.2023 / 11.01. / 08.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Regina Knoblich
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils 10 Tage vorher

GRUPPEN

Für Mütter, deren Kinder beim Vater leben

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?
- ...

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.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Do., 18:00 – 19:30 Uhr 21.09. / 19.10. / 16.11. / 14.12.2023 / 25.01. / 22.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Sabine Fiegel (Ärztin, Psychotherapeutin -Akademie München)
Anmeldung:	online oder per E-Mail

OFFENE ANGEBOTE UND AUSTAUSCH

Baby-Treff

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

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

Bei Fragen rund um den Alltag, zu den Themen Pflege, Erziehung u. ä. stehe ich Ihnen mit fachlicher Kompetenz und mütterlicher Erfahrung zur Verfügung, wie z. B.

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

Ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeden Do., 10:00 – 12:00 Uhr 21.09.2023 – 22.02.2024 (außer an Feiertagen und in den Schulferien).
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	einfach gerne vorbeikommen, keine Anmeldung nötig

OFFENE ANGEBOTE UND AUSTAUSCH

Freitagscafe

- 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.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeden Fr., 15:30 - 17:30 Uhr 16.09.2023 – 23.02.2024 (außer an Feiertagen und in den Schulferien)
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Dagmar Grallath und Regina Knoblich
Anmeldung:	gerne einfach vorbeikommen, keine Anmeldung nötig

OFFENE ANGEBOTE UND AUSTAUSCH

Väter in/nach Trennung und Scheidung – Offener Treff

Eine gemeinsame Initiative des Fachbereichs Alleinerziehendenseelsorge 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!

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Mo., 19:30 – 21:45 Uhr (bei Bedarf ONLINE) 18.09. / 09.10. / 06.11. / 04.12.2023 / 08.01. / 05.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Stefan Pawelka (Dipl. Sozialpädagoge (FH), Systemischer Coach)
Anmeldung:	einfach gerne vorbeikommen, keine Anmeldung nötig

OFFENE ANGEBOTE UND AUSTAUSCH

Pubertät – Info und Austauschabend

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, können helfen, die eigene Erziehungskraft zu stärken.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am Do., 19:00 – 20:30 Uhr
Ort:	im Haus Dorothee: 09.11. 2023 / 11.01.2024 St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim ONLINE: 12.10. / 07.12.2023 / 08.02.2024
Leitung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	einfach gerne vorbeikommen, keine Anmeldung nötig

GRUPPEN / EINZELANGEBOTE

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 praktikable Wege finden, um mit Ihrem Kind/Ihren Kindern gemeinsam stark zu sein.

Termin:	Fr., 08.03.2024, 17:30 – 19:00 Uhr Sa., 09.03.2024, 15:00 – 18:00 Uhr Sa., 16.03.2024, 15:00 – 18:00 Uhr
Ort:	VAMV München, Ramersdorfer Str. 1, 81669 München
Leitung:	Yasmin Riza
Kosten:	€ 25,00
Anmeldung:	über www.vamv.de

GRUPPEN / EINZELANGEBOTE

Von Trennung und Scheidung betroffen

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:

- im Umgang mit Gefühlen von Trauer, Enttäuschung, Wut, Unsicherheit und Ängsten
- im Verstehen des Scheiterns
- im Umgang mit dem ehemaligen Partner/der ehemaligen Partnerin, den Kindern und Herkunftsfamilien
- im Umgang mit den juristischen und finanziellen Folgen der Trennung oder Scheidung
- im Umgang mit sich selbst sowie den eigenen Ressourcen
- in den Fragen des Neuanfangs und der weiteren Lebensplanung

Infos:

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

GRUPPEN / EINZELANGEBOTE

Kinder im Blick – Ein Kurs für Eltern in Trennung

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: www.kinder-im-blick.de

Für verwitwete Alleinerziehende

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, Gesprächspartner*innen für diese besondere Situation zu finden. Wir stehen Ihnen hier gerne zur Verfügung.

Bei mehreren Interessierten kann auch eine Gruppe entstehen.

Ansprechpartnerin:

München:
Dorothea Hahn
Tel. 0179 2965231

GRUPPEN / EINZELANGEBOTE

Coaching für Väter mit Trennungserfahrungen

Ein Wochenende für Väter mit unterschiedlichen Trennungserfahrungen.

Die Trennung der Eltern ist für die Kinder zumeist eine große Belastung. Für Eltern bedeutet eine Trennung, als Paar auseinander zu gehen, jedoch weiterhin in gemeinsamer Elternschaft verbunden zu sein.

Diese Wochenende wird Ihnen helfen, die Rolle als getrennt lebender Vater zu akzeptieren und aktiv zu gestalten.

Infos:

www.maennerseelsorge-muenchen.info

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Auflug ins Blaue Land

Wanderfreudige Erwachsene und Kinder sollten unbedingt dabei sein bei dieser Wanderung im Herbst in der Gegend von Murnau und dem Staffelsee.

Wandern in einer herrlichen Natur, Gespräche mit bekannten oder neuen Menschen und eine gemeinsame Brotzeit verheißen uns einen wunderschönen Tag in den Bergen.

Genauere Informationen bekommen Sie in einem Schreiben nach Ihrer Anmeldung.

Termin:	So., 15.10.2023, von ca. 9-17 Uhr
Leitung:	Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich
Kosten:	die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.
Anmeldung:	online oder per E-Mail

Ankündigung der Ferienfreizeiten 2024

Für das Sommerhalbjahr 2024 planen wir zwei Ferienfreizeiten:

In den **Pfingstferien** 10 Tage in Natz/Südtirol
vom 20.05. bis 30.05.2023

in den **Sommerferien** 10 in Spiekeroog
vom 05.08. bis 17.08.2023.

Anmeldungen für die Ferienfreizeiten sind ab Februar 2024 möglich.

FÜR SEELE UND LEIB

Wenn Wege sich trennen – ökumenischer 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.

Termin:	Fr., 13.10.2023, 18:00 Uhr
Ort:	Ev. Kirche St. Markus, München, Gabelsbergerstr. 6
Veranstalter:	Alleinerziehendenseelsorge im Erzbischöflichen Ordinariat München Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer Evangelisches Beratungszentrum Evangelische Kirchengemeinde St. Markus

FÜR SEELE UND LEIB

Sonntagsbrunch

Wir treffen uns um

- Bekannte wieder zu sehen
- Neue kennenzulernen

und natürlich zum

- Schlemmen
- Ratschen
- Lachen.

Es gibt Brezen mit Butter sowie Kaffee und Tee.

Für ein buntes Buffet bitten wir Sie um einen leckeren Beitrag.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	jeweils am So., 11:00 – 14:00 Uhr 24.09. / 22.10. / 19.11. / 17.12.2023 / 21.01. / 18.02.2024 (Termine auch einzeln buchbar)
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Dagmar Grallath
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils bis 10 Tage vorher

FÜR SEELE UND LEIB

Weihnachts-Werkstatt

Lichterglanz und Weihnachtsduft, vertraute Klänge in der Luft...

Wir singen, basteln und wollen gemütlich einige Adventsstunden zusammen genießen, Groß und Klein, mit Basteln, Besinnen, Singen und Kinderpunsch.

Die Kosten für diese Veranstaltung werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	Sa., 09.12.2023, 15:00 – 17:30 Uhr
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Dagmar Grallath, Regina Knoblich
Anmeldung:	online oder per E-Mail bis jeweils bis 10 Tage vorher

FÜR SEELE UND LEIB

Gesegnet ins neue Jahr

Segensfeier für Familien

Segen tut uns allen gut. Deshalb möchten wir uns und auch die Kinder dem Wohlwollen und der Freundschaft Gottes öffnen und uns mit seinem reichen Segen beschenken und stärken lassen.

Dazu machen wir eine Segensfeier in der Kapelle St. Vinzenz im Mutterhaus der Barmherzigen Schwestern. Wir werden gemeinsam vom Haus Dorothee aus dort hingehen.

Im Anschluss wollen wir unser leibliches Wohl mit Tee, Kaffee und Kuchen im Haus Dorothee stärken.

Termin:	So., 21.01.2024, 14:00-16:00 Uhr
Treffpunkt:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich
Anmeldung:	online oder per E-Mail

FÜR SEELE UND LEIB

Für meine Trauer Wort – Musik – Segen

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

Jeden ersten 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.

Termine:	jeweils am ersten So. im Monat, 19:00 Uhr
Ort:	Kath. Kirche St. Paul, München, St. Pauls-Platz, U-Bahn-Station Theresienwiese
Veranstalter:	Projektgruppe Kirche und Trauer der Erzdiözese München und Freising

BERATUNG UND BEGLEITUNG

Einzelbegleitung in Lebensfragen

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.

Auch eine Begleitung über einen längeren Zeitraum ist möglich, damit Sie in Gesprächen für sich Lösungen finden können.

Die Kosten für dieses Angebot werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	nach Vereinbarung, bei Bedarf auch mit Kinderbetreuung möglich
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Regina Knoblich
Anmeldung:	telefonisch 089 668708

BERATUNG UND BEGLEITUNG

Systemische Einzel- und Familienbegleitung

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

Sie suchen eine neue Perspektive, einen Weg aus einer festgefahrenen Situation?

Der systemische Ansatz eignet sich Veränderungen anzustoßen und zu steuern im Sinne von „Weg vom Problem, hin zu den Lösungen“.

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

- neue Perspektiven und Verhaltensweisen zu entdecken und kreativ zu nutzen,
- Zusammenhänge in Ihrem Familiensystem zu verstehen,
- das, was schwer fällt, leichter zu machen.

Die Kosten für dieses Angebot werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	nach Vereinbarung, bei Bedarf mit Kinderbetreuung möglich
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Dagmar Grallath (Familientherapeutin, DGFSF)
Anmeldung:	telefonisch 089 668708

BERATUNG UND BEGLEITUNG

Einzelberatung in Erziehungs-, Umgangs- und Entwicklungsfragen

- 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 versuchen wir
 - Ihre Situation zu klären,
 - Ihre bisherigen Lösungsversuche zu betrachten,
 - Möglichkeiten zur Veränderung zu finden und auszuprobieren.
- Ich bin für Sie da, wenn Sie
 - Fragen zu der Entwicklung Ihres Kindes haben,
 - Fragen zu der Umgangsgestaltung mit Vater/Mutter des Kindes haben,
 - Fragen zum Verhalten Ihres Kindes haben,
 - Antworten und Lösungen suchen.

Die Kosten für dieses Angebot werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termine:	nach Vereinbarung, bei Bedarf mit Kinderbetreuung möglich
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Leitung:	Dagmar Grallath (Familientherapeutin, DGSF)
Anmeldung:	telefonisch 089 668708

BERATUNG UND BEGLEITUNG

Einzelberatung in Rechtsfragen durch Dorothea von der Wippel, Rechtsanwältin, Mediatorin

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.

Termine:	jeweils am Mi, 15:00 – 18:00 Uhr 20.09. / 18.10. / 15.11. / 13.12.2023 / 17.01. / 21.02.2024
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Kinderbetreuung:	Dagmar Grallath
Kosten:	keine, bei einmaliger Beratung
Anmeldung:	telefonisch 089 668708
Wichtige Information	Wir bitten Sie um verbindliche Einhaltung der Termine, da die Beratungen für uns mit Kosten verbunden sind.

BERATUNG UND INFORMATION

Einzelberatung in Fragen zu Versicherungen und Finanzen durch Melanie Carstens, *Fachwirtin für Versicherungen und Finanzen, Sachverständige für das Versicherungswesen*

Versicherungen?
Was ist das und wozu brauche ich das?
Für Sie ein Buch mit sieben Siegeln?
Oder noch nie Ihr Thema gewesen?
Betrifft das auch meine Kinder?
Was ist notwendig?

Ich beantworte Ihre Fragen sachgerecht und unabhängig.
Ich berate Sie zu der besonderen Situation nach einer Trennung, verschaffe mir mit Ihnen einen Überblick über Ihre Bedürfnisse oder schaue mir den Brief an, welchen Sie von Ihrer Versicherung bekommen haben und nicht wirklich verstehen.

Sie haben einen aktuellen Fall zur Leistung oder benötigen eine Dritte Meinung?
Oder haben einfach Lust jemandem unverblümt Ihre Fragen zu stellen?

Sie suchen Antworten auf Ihre Fragen oder eine unabhängige Beraterin – ich bin für Sie da und biete Ihnen meine Unterstützung an.

In einem kostenlosen Gespräch im Haus Dorothee werden wir Antworten und Lösungen finden.
Ich freue mich auf Sie!

Termine:	nach Vereinbarung, bei Bedarf Kinderbetreuung möglich
Ort:	Haus Dorothee St.-Michael-Str. 88, 81671 München, Berg am Laim
Kosten:	keine, bei einmaliger Beratung
Anmeldung:	telefonisch 089 668708

BERATUNG UND INFORMATION

Über Familienmediation

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 Konfliktlösungsverfahren. Um zu fairen Lösungen zu gelangen, bietet die Mediation einen geschützten Raum, in dem mit einer neutralen dritten Person 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 Familienmediation informieren möchten, wenden Sie sich an:

**Susanne Ehlert
Tel. 089 2137-1236**

BERATUNG UND INFORMATION

Was passiert, wenn mir etwas passiert?

Mit Dorothea von der Wippel, *Rechtsanwältin, Mediatorin*

Dieser Abend soll Ihnen Informationen geben über alle Fragen rund ums Testament von Alleinerziehenden. Fragen, die man oft lieber verdrängt, aber jede und jeder für sich unbedingt klären sollte.

Beispielsweise:

- Was passiert mit meinem Kind, wenn ich sterbe?
- Welche Rolle spielt das Vormundschaftsgericht?
- Wer sorgt dann für mein Kind?
- Wer erbt, wenn ich nichts geregelt habe?
- Wie verfasse ich ein Testament?

Die Kosten für dieses Angebot werden für Sie vom erzbischöflichen Ordinariat München und Freising getragen.

Termin:

Mi., 25.10.2023, 17:30-19:00 Uhr

Ort:

Haus Dorothee

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

Anmeldung: **online oder per E-Mail**

ALLGEMEINE HINWEISE

- **Trotz der angegebenen Starts ist der Einstieg für Neue bei den meisten Veranstaltungen jederzeit möglich.**
- Zu einer Veranstaltung aus dem Programm der Fachstelle für Alleinerziehende können Sie sich anmelden:
 - online auf www.alleinerziehende-programm.de
 - per E-Mail an alleinerziehende@eomuc.de
- Zur Information über die Erhebung personenbezogener Daten lesen Sie bitte die Datenschutzerklärung auf unserer Website: www.alleinerziehende-programm.de
- Die üblichen Anmeldedaten (Name, Adresse, telefonische und E-Mail-Erreichbarkeit) sind für die Seminarverwaltung und seminarbezogene Korrespondenz erforderlich. Die Geburtsdaten von mitreisenden Kindern und Jugendlichen sind für die genaue Berechnung der gestaffelten Pensionskosten an den Veranstaltungsorten notwendig und werden darüber hinaus nicht verwendet.
- Bitte geben Sie bei der Anmeldung verbindlich an, ob Sie Kinderbetreuung brauchen.
- **Wir behalten uns vor, Angebote zu ändern oder abzusagen, falls es die aktuelle Infektionslage bezüglich COVID-19 erfordert. Bitte beachten Sie daher auch die aktuellen Hinweise auf unserer Homepage!**
- **Weitere Angebote für Frauen**
finden Sie im Programm der Frauenseelsorge
www.frauenseelsorge-muenchen.de
- **Weiter Angebote für Männer**
finden Sie im Programm der Männerseelsorge www.maennerseelsorge-muenchen.de/

Das Programm des Fachbereichs Alleinerziehendenseelsorge umfasst viele Veranstaltungen, die sich als offenes katholisches Bildungsangebot an Erwachsene richten, in Kooperation mit der KEB München und Freising angeboten werden und den „Leitlinien katholischer Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München und Freising“ entsprechen.

Die Angebote der Alleinerziehendenseelsorge basieren auf einer ganzheitlichen Kombination von Bildung und religiöser Erfahrung in Gemeinschaft mit Alleinerziehenden unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher Milieus. Primär zielen alle Angebote auf eine Persönlichkeitsbildung, die gekennzeichnet ist durch die Orientierung an der Lebenswelt und Lebensfragen von Alleinerziehenden, die Methodenvielfalt und die Stärkung in der Erziehungsrolle. Das Bildungsprogramm der Alleinerziehendenseelsorge enthält so auch Impulse zu Erziehung und Familienbildung.



ALLGEMEINE TEILNAHMEBEDINGUNGEN FÜR VERANSTALTUNGEN DES ERZBISCHÖFLICHEN ORDINARIATES MÜNCHEN, FACHBEREICH ALLEINERZIEHENDENSELSORGE

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 Veranstaltungsleitung 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*in 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.

Stand: 08/2014

beratung
reflexion *wachstum*
entlastung *ressourcen*
lebensfreude *spaß integration*
vernetzung gemeinschaft entspannung
unterstützung perspektive *bildung*
information *begleitung*
programm

Kontakt

Alleinerziehendenseelsorge

Susanne Ehlert

Fachbereichsleiterin

Schrammerstr. 3 • 80333 München

Telefon 0 89 / 21 37 - 12 36

E-Mail: alleinerziehende@eomuc.de

Regina Knoblich

Leiterin Haus Dorothee

Begegnungsstätte für Alleinerziehende

St.-Michael-Str. 88 • 81671 München

Telefon 0 89 / 66 87 08

E-Mail: alleinerziehende@eomuc.de

www.alleinerziehende-programm.de



ERZDIOZESE MÜNCHEN
UND FREISING