

ALLEIN ERZIEHENDE FRAUEN UND MÄNNER

ERZDIÖZESE MÜNCHEN UND FREISING

ANGEBOTE
HERBST - WINTER
2019/2020



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 die Begegnungsstätte, das Haus Dorothee, zur Verfügung.

Alle Angebote finden Sie in diesem Heft!

Uns ist es wichtig, dass Sie sich als Alleinerziehende auch angesprochen fühlen, wenn Sie unter dem bunten Regenbogen verschiedenster Familienformen leben.

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

Susanne Ehlert
Fachbereichsleiterin
Tel.: 089 2137-1236

Regina Knoblich
Leiterin Haus Dorothee
Tel.: 089 668708



Susanne Ehlert
Fachbereichsleiterin



Regina Knoblich
Leiterin
Haus Dorothee



Antonie Maier
Sekretärin



Dagmar Grallath
Pädagogische
Fachkraft

ANGEBOTE

INFO

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

Thematische Angebote

Wochenenden:

- Ich mach mein Ding 6
- Gleich und doch anders – Wochenende für Mütter mit Töchtern 7
- Nach den Sternen greifen 8
- In Beziehung sein – mit mir und anderen 9
- Trennung bewältigen, Zukunft gewinnen 10

im Haus Dorothee:

- Kreistanz – Meditativer Tanz 11
- Atempause – Zeit nur für mich 12
- Becken-Balance 13
- Was bin ich mir wert? 14
- Mein Sohn, das andere Wesen 15
- Sich selbst in Form bringen 16
- Viele Wege führen nach Rom und zu einem Schulabschluss 17
- Gemeinsam stark – für allein-erziehende Mütter / Väter 18

Gruppen

- Geburtsvorbereitung 19
- Baby-Treff 20
- Mein Kind ist in der Schule 21
- Gemeinschaft als Quelle 22
- Pubertät – 2/3 erwachsen? 23
- Wenn die Kinder erwachsen werden 24
- Mütter, deren Kind/er beim Vater leben 25
- Väter in/nach Trennung und Scheidung 26
- Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein – Offener Treff 26

Weitere Angebote:

- Gruppen tun gut – Infos über Alleinerziehenden Gruppen 27

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

Unternehmungen und Fahrten

- Herbstwanderung 31
- Ankündigung Ferienfreizeiten 32
- Sonntagsbrunch 32

Für Seele und Leib

- Willkommen kleines Menschenkind 33
- Wenn Wege sich trennen – ökumenischer Gottesdienst für getrennt Lebende und Geschiedene 34
- Für meine Trauer 35
- Besinnung 36

Beratung und Information

- Einzelbegleitung in Lebensfragen 37
- Systemische Einzel- und Familienbegleitung 38
- Einzelberatung in Erziehungs-, Umgangs- und Entwicklungsfragen 39
- Einzelberatung in Rechtsfragen und Mediation 40
- Infos über Familien-Mediation 41
- Infoabend – Was passiert, wenn mir etwas passiert 42
- Infoabend – Krankheit, Krankenhaus und andere Katastrophen 43

Hinweise zu Anmeldung und Kinderbetreuung

- sowie zu weiteren Angeboten für Frauen und Männer 44

Teilnahmebedingungen

47

INFO

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

THEMATISCHES WOCHENENDE

Ich mach mein Ding

Termin:

Fr, 11.10.2019,
18:00 Uhr bis
So, 13.10.2019,
13:00 Uhr

Jugendhaus Josefstal
Schliersee/Neuhaus

Kosten für Vollpension:

Erwachsene € 57,00
Kinder 4-6 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. 4 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Aufräumen, Finanzen überprüfen, erziehen, lächeln, Haushalt organisieren, sparen, mit Lehrern sprechen, den Hamster füttern, Kuchen backen, fortbilden, trösten, putzen, gerade stehen, Mutter besuchen, Fahrrad flicken, einkaufen, Urlaub planen, Socken stopfen oder doch lieber neue kaufen?, Fieber messen, ... Es ist nichts wirklich Schlimmes dabei, aber dennoch bleibt die Frage: Was will ich eigentlich? Was ist denn meins? Wir alle sind mit speziellen Kompetenzen und Vorlieben ausgestattet. Die wollen wir uns in diesem Seminar bewusst machen und sie einer gewissen Pflege unterziehen.

„Ich mach mein Ding“ kann heißen:

- Ich lebe mein Leben in der mir entsprechenden Art, die vielleicht nicht immer den gängigen Normen entspricht.
- Ich meistere mein Leben so gut es geht, erledige die Dinge so gut wie nötig und schaffe mir aber einen Freiraum, weil mich etwas lockt, weil ich vielleicht etwas Neues anfangen möchte.
- Ich sage Ja! zu mir selber und gestalte selbstbewusst mein Leben.
- Ich bringe Mut auf und verwirkliche mein Ziel.

Auch wenn noch nicht festgelegt ist, was „mein Ding“ ist, möchten wir es an diesem Wochenende herauslocken und in kreativer Weise umsetzen. Dabei kann sich z. B. klären, wofür ich meine Kräfte einsetzen möchte und was mich zufrieden macht, welcher „Typ“ ich bin und wie ich die Dinge am besten anpacke. Eine gute Portion Fehlerfreundlichkeit und Humor werden uns dabei unterstützen.

THEMATISCHES WOCHENENDE

Gleich und doch anders

Wochenende für Mütter mit Töchtern

Zwischen Müttern und Töchtern gibt es häufig eine tiefe Bindung. Mütter und Töchter sind sich ähnlich, in ihrem Geschlecht, rein äußerlich und auch vom Wesen her. Mütter sind Identifikationsfiguren, die ihren Töchtern ein Modell bieten für eine weibliche Existenz. An diesem Modell orientieren sich Töchter in der Annahme oder aber auch in der Distanz. Besonders in der Pubertät sprennen Töchter die oft sehr nahe Beziehung zu ihrer Mutter, um ihre eigene individuelle Identität als Frau zu finden. Dies ist für Mütter oft schmerzlich und schafft nicht selten heftige Beziehungskonflikte.

An diesem Wochenende wollen wir uns mit uns selbst im Verhältnis zu unseren Töchtern auseinandersetzen und uns einige Fragen stellen.

- Was verbindet mich mit meiner Tochter?
- Was liebe und schätze ich an ihr, was stört mich und schafft Probleme in der Beziehung?
- Wo sind wir uns ähnlich und wo erlebe ich eine schmerzliche Distanz?
- In welchen Situationen sind wir uns besonders nah und wo gibt es Probleme?
- Kann ich meine Tochter in ihrem Eigen-Sein akzeptieren?
- Wo ist sie mir Herausforderung und was kann ich von meiner Tochter lernen, was belebt sie in mir?

Termin:

Fr, 08.11.2019,
18:00 Uhr bis
So, 10.11.2019,
13:00 Uhr

Jugendhaus Josefstal
Schliersee/Neuhaus

Kosten für Vollpension:

Erwachsene € 57,00
Kinder 4-6 J. € 30,00
Kinder 7-13 J. € 33,00
Jugendliche € 44,00

Leitung:

Dr. Birgit Schneider,
Theologin und
Therapeutin
Susanne Ehlert

**Kinderbetreuung für
Kinder ab 3 Jahre**

Anmeldung:
schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 4 Wochen vor
der Veranstaltung.*

THEMATISCHES WOCHENENDE

Nach den Sternen greifen

Termin:

Fr, 06.12.2019,
18:00 Uhr bis
So, 08.12.2019,
13:00 Uhr

Bildungshaus**St. Martin**

Kloster Bernried
am Starnberger See

Kosten für**Vollpension:**

Erwachsene € 110,00
EZ-Zuschlag € 10,00
Kinder 3-6 J. € 50,00
Kinder 7-12 J. € 70,00
Kinder ab 13 J. € 90,00

Leitung:

Gabriele Schlüter,
Gestalt- und
Werkpädagogin
Susanne Ehlert

**Kinderbetreuung für
Kinder ab 3 Jahre****Anmeldung:**

schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 4 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Gerade in der Adventszeit, wenn die Nächte lang und dunkel sind, ist der Stern ein wichtiges Symbol.

Schon immer haben Sterne die Sehnsucht der Menschen geweckt und ihnen Orientierung gegeben. Im Christentum ist es der Stern von Bethlehem, der uns auf die Gegenwart Gottes hinweist.

Wenn wir uns nach den Sternen recken, strecken wir uns der Verheißung nach einem Leben in Fülle entgegen.

An diesem Wochenende werden wir thematisch und gestalterisch mit dem Symbol Stern arbeiten, um uns unseren Sehnsüchten anzunähern und herauszufinden, was für uns zu einem wirklich guten Leben dazu gehört.

Gemeinsam mit den Kindern werden wir sternenreich den Advent feiern.

THEMATISCHES WOCHENENDE

In Beziehung sein – mit mir und anderen

Termin:

Fr, 17.01.2020,
18:00 Uhr bis
So, 19.01.2020,
13:00 Uhr

Jugendhaus Josefstal
Schliersee/Neuhaus**Kosten für****Vollpension:**

Erwachsene € 57,00
Kinder 4-6 J. € 30,00
Kinder 7-13 J. € 33,00
Jugendliche € 44,00

Leitung:

Lena Schützle,
Erwachsenenbildnerin,
Interkulturelle Bildung
und BNE

Susanne Ehlert

**Kinderbetreuung für
Kinder ab 3 Jahre****Anmeldung:**

schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 4 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Stress, Unruhe und Ungeduld sind ständige Begleiter unseres Lebens. Das „falsche“ Wort im „falschen“ Augenblick kann dann schnell Ärger oder Traurigkeit auslösen. Häufig stellt es eine Schwierigkeit dar, auch in solchen Situationen liebevoll zu kommunizieren. Dabei verletzen wir gerade diejenigen, die uns am nächsten stehen – uns selbst und unsere Liebsten.

Wir trainieren unseren Beziehungs-Muskel, um diese Dynamik aufzubrechen.

In einem geschützten Rahmen kommen wir wieder in Verbindung mit uns selbst, in dem wir die Aufmerksamkeit auf unseren Körper, unsere Gefühle und unsere Bedürfnisse richten. Im Austausch mit anderen und allein reflektieren wir Alltagssituationen und üben neue Wege der Verständigung ein. Eine Mischung aus Entspannung, Spiel und fried- bzw. freudvoller Kommunikation füllt unsere Kraftreserven auf. Kleine Übungen, Tricks und Kniffe helfen uns, dieses Geschenk in unseren Alltag zu integrieren.

Unsere eigene Klarheit über Gefühle und Bedürfnisse hilft uns dabei, mit unerfüllten Bedürfnissen umzugehen und uns unsere Bedürfnisse (mit Hilfe von anderen) zu erfüllen. Mit der dadurch gewonnenen Entspannung und Leichtigkeit öffnen sich Wege, die Bedürfnisse anderer wahrzunehmen und diese – so fern es in unseren Möglichkeiten steht – zu erfüllen.

THEMATISCHES WOCHENENDE

Trennung bewältigen, Zukunft gewinnen

Termin:

Fr, 07.02.2020,
18:00 Uhr bis
So, 09.02.2020,
13:00 Uhr

Bildungshaus**St. Martin**

Kloster Bernried
am Starnberger See

Kosten für**Vollpension:**

Erwachsene € 110,00
EZ-Zuschlag € 10,00
Kinder 3-6 J. € 50,00
Kinder 7-12 J. € 70,00
Kinder ab 13 J. € 90,00

Leitung:

Anja Malanowski,
Familientherapeutin
DGSP,
Atemtherapeutin
Susanne Ehlert

**Kinderbetreuung für
Kinder ab 3 Jahre****Anmeldung:**

schriftlich

INFO

*Eine Zu- oder
Absage erfolgt
ca. 4 Wochen vor
der Veranstaltung.*

Wenn Eltern-Paare 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.

THEMATISCHES ANGEBOT

Kreistanz – Meditativer Tanz

Termine:

jeweils am Sa,
15:00 – 17:30 Uhr
21.09. / 19.10. /
09.11. / 07.12.2019
11.01. / 08.02.2020
(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

Kosten:

€ 5,00

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

bis jeweils

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 Herzebene 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

Atempause – Zeit nur für mich

Termine:

jeweils am Sa,
15:00 - 17:30 Uhr
28.09. / 12.10. /
23.11. / 14.12.2019
25.01. / 15.02.2020
(auch einzeln zu
buchen)

Haus Dorothee

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

Leitung:

Anja Malanowski,
Familientherapeutin
DGSG, Atemthera-
peutin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath

Kosten:

€5,00

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

bis jeweils

14 Tage vorher

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.

THEMATISCHES ANGEBOT

Becken-Balance Aus der Mitte kommt die Kraft

Termin:

Sa, 18.01.2020,
15:00 – 17:30 Uhr

Haus Dorothee

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

Leitung:

Silke Kramer,
Heilpraktikerin und
Yogalehrerin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath

Kosten:

€5,00

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

bis 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

Was bin ich mir wert?

Termine:

jeweils am Mi,
17:30 – 19:00 Uhr
02.10. / 09.10. /
16.10. / 23.10.2019

Haus Dorothee

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

Leitung:

Sabine Kamola,
Körper- und
Familientherapeutin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath
Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
ein kleines, gemein-
sames Abendbrot

Kosten:

€ 20,00
(für 4 Abende)

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

bis 10 Tage vorher

Von Natur aus sind wir alle gleich wertvoll. Es ist unumgänglich, dass im Lauf des Lebens Brüche/ Einbrüche/ Umbrüche kommen, die uns in unserem Wert angeknackst fühlen lassen. Besonders wir Frauen sind uns unseres Wertes, unserer Möglichkeiten oft nicht bewusst und machen uns klein.

Auch wenn wir uns nicht gesehen fühlen, ist es wichtig, dass wir unseren Wert kennen, das macht uns unabhängig und frei. Das lässt unsere Wunden und Verletzungen heil werden.

Wir nutzen die vier Abende, um heraus zu finden, ob wir uns selber ernst nehmen. Wie gehen wir mit uns selber um? Wir wollen uns unseres Wertes wieder bewusst werden und dadurch gestärkt den Herausforderungen des Lebens begegnen.

THEMATISCHES ANGEBOT

Mein Sohn das andere Wesen

Wenn Mütter ihre Söhne allein erziehen, stehen sie vor besonderen Herausforderungen.

Sie können sich nicht immer, wie bei Töchtern, mit ihrem Kind identifizieren, denn die Gegengeschlechtlichkeit macht den Sohn mehr noch zu einem anderen Wesen. Nähe und Distanz müssen das richtige Maß finden, gerade, wenn die Jungs beginnen, ihre Sexualität zu entwickeln.

Männliche Aggressionen und Kräfte, die der Sohn entwickelt, können ebenfalls verunsichern.

An diesen beiden Tagen wollen wir uns all dem zuwenden, was Mütter bewegt, die mit ihren Söhnen allein leben, damit sie ein gutes Gefühl haben und ihre Jungs einst zu selbstständig werdenden Männern entlassen können.

Dieses Angebot richtet sich vor allem an Mütter, die Söhne im Alter zwischen 5 und 13 Jahren haben.

Termin:

Fr, 15.11.2019,
17:30 – 19:00 Uhr
Sa, 16.11.2019,
15:00 – 18:00 Uhr

Haus Dorothee

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

Leitung:

Martin Gerhold,
Dipl. Sozialpädagoge,
Paar- und
Familientherapeut

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath
Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
am Freitag ein klei-
nes, gemeinsames
Abendbrot

Kosten:

€15,00

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

bis zum 05.11.2019

THEMATISCHES ANGEBOT

Sich selbst in Form bringen

Termin:
Sa, 30.11.2019,
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 15.11.2019

Mit geschlossenen Augen ein Stück Ton bearbeiten, den Kopf einmal ausschalten, ausruhen lassen.

Und doch geschieht etwas:
Die Hände übernehmen die „Arbeit“, sie begreifen. Denn sie geben weiter, was innerlich in mir ist, was ich empfinde, was mich ausmacht. Ein kleines „Werk“ entsteht, eine Gestalt.

Wir betrachten unsere Werke miteinander: Was sagt es über mich?
Kann es ein Wegweiser für meine nächste Zeit sein? Spannende Fragen!

Kinder ab 6 Jahren können auch ihre eigenen Kunstwerke gestalten.

Bitte nach Möglichkeit mitbringen:
Geeignete Kleidung zum Werkeln,
Tuch zum Augen verbinden,
Karton für den Transport.

THEMATISCHES ANGEBOT

„Viele Wege führen nach Rom und zu einem Schulabschluss“

Termine:
jeweils am Mi,
17:30 – 19:00 Uhr
22.01. / 29.01. und
05.02.2020

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

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

Kinderbetreuung:
Dagmar Grallath
Zu Ihrer Erleichterung bekommen die Kinder ein kleines, gemeinsames Abendbrot

Kosten:
€ 15,00

Anmeldung:
telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum 10.01.2020

Schule ist ein wesentlicher Lernort, den Kinder – und auch Eltern – zu bewältigen haben:

Welche Erfahrungen mache ich als alleinerziehender Elternteil mit dem Raum „Schule“?

Welche Erfahrungen macht mein Kind mit dem Raum Schule bzw. in Betreuungseinrichtungen?

Was ist meine Aufgabe als alleinerziehender Elternteil bezogen auf schulische Anforderungen?

Was ist die Aufgabe des Kindes bezogen auf schulische Anforderungen?

Was ist die Aufgabe der Schule, d.h. der Lehrer*innen und des Betreuungspersonals in Kindertagesstätten bezogen auf mein Kind?

Eine gelingende Kooperation mit der Schule und Betreuungseinrichtungen hilft Kindern zu lernen und gibt Eltern eine gute Orientierung und Entlastung, was sie ihrem Kind an Unterstützung geben können.

Erfahrungsaustausch und verschiedene Methoden dienen zum einen der Entlastung – ich bin nicht alleine mit meinen Erfahrungen – und zum anderen, gemeinsam Lösungsideen zu teilen und zu entwickeln.

Dieses Angebot richtet sich vor allem an Mütter/Väter, die Kinder im Alter zwischen 6 und 12 Jahren haben.

Gemeinsam stark – für alleinerziehende Mütter / Väter

Termine:

Fr, 06.03.2020,
17:30 – 19:00 Uhr
Sa, 07.03.2020,
15:00 – 18:00 Uhr
Sa, 14.03.2020,
15:00 – 18:00 Uhr

Haus Dorothee

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

Leitung:

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

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath
Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
am Freitag ein kleines,
gemeinsames
Abendbrot

Kosten:

€ 25,00

Anmeldung:

telefonisch
089 6927060
bis zum **31.01.2020**

Veranstalter:

VAMV OV München

(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 zufriedenstellend lösen?
- Wie setze ich sinnvoll Grenzen?

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

Der Elternkurs ist eine Kooperation mit der kath. Alleinerziehendenseelsorge, der evang. Fachstelle für allein erziehende Frauen und Männer, Sif e.V. und VAMV OV München

Geburtsvorbereitung

Mögliche Termine:

jeweils am So,
10:00 – 18:00 Uhr
29.09. oder
10.11.2019
oder 26.01. oder
29.03.2020

Nach Rücksprache ist auch ein individueller Kursbeginn möglich (auch privat)

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

Anmeldung:

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

Baby-Treff

Termine:

ab 11.09.2019
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

Anmeldung:

telefonisch
089 668708

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, 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
20.09. / 18.10. /
08.11. / 06.12.2019
17.01. / 14.02.2020

Haus Dorothee

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

Leitung:

Regina Knoblich

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath

Zu Ihrer Erleichterung bekommen die Kinder ein kleines, gemeinsames 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.

Gemeinschaft als Quelle

Haus Dorothee
St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim
Leitung:
Regina Knoblich
Anmeldung:
telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

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.

Gruppe am Donnerstag:
jeweils Do, 17:00 - 18:30 Uhr
26.09. / 24.10. / 21.11. / 12.12.2019
23.01. / 20.02.2020

Gruppe am Freitag:
jeweils Fr, 17:30 - 19:00 Uhr
27.09. / 25.10. / 22.11. / 13.12.2019
24.01. / 21.02.2020

Pubertät – 2/3 erwachsen?

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.

Termine:
jeweils am Do,
19:00 - 20:30 Uhr
26.09. / 24.10. /
21.11. / 12.12.2019
23.01. / 20.02.2020

Haus Dorothee
St.-Michael-Str. 88,
81671 München,
Berg am Laim
Leitung:
Dagmar Grallath
Anmeldung:
telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Wenn die Kinder erwachsen werden

Termine:

jeweils am Do,
16:00 – 17:30 Uhr
19.09. / 10.10. /
14.11. / 19.12.2019
16.01. / 13.02.2020

Haus Dorothee

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

Leitung:

Regina Knoblich

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

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.

Für Mütter, deren Kind/er beim Vater leben

Termine:

jeweils am Do,
18:00 – 19:30 Uhr
19.09. / 10.10. /
14.11. / 05.12.2019
16.01. / 13.02.2020

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

Termine:

jeweils am Mo,
19:30 – 21:45 Uhr
09.09. / 07.10. /
04.11. / 02.12.2019
13.01. / 03.02.2020

Haus Dorothee

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

Leitung:

Stefan Pawelka, Dipl.
Sozialpädagoge (FH),
Systemischer Coach

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236

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!

– OFFENER TREFF – Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein

Termine:

ab 13.09.2019
jeden Fr,
15:30 – 17:30 Uhr
(außer an Feiertagen,
Feiertagen und in
den Schulferien)

Haus Dorothee

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

Leitung:

Dagmar Grallath

- 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.

– 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.

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

Kinder im Blick – Ein Kurs für Eltern in Trennung

Von Trennung und Scheidung betroffen

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:

Alle Angebote in München unter
www.kinder-im-Blick.de/muenchen/

CARITAS Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche Ebersberg

Bahnhofstr. 1 • **85567 Grafing**

Tel.: 08092 23241-30

E-Mail: eb-ebersberg@caritasmuenchen.de

CARITAS Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche Freising

Bahnhofstr. 20 • **85354 Freising**

Termine:

1. Teil:

Fr. 15.11.19 15:30 – 18:30 Uhr

Sa 16.11.19 09:30 – 17:00 Uhr

2. Teil:

Fr 29.11.19 15:30 – 18:30 Uhr

Sa 30.11.19 09:30 – 17:00 Uhr

Tel.: 08161 53879 30

E-Mail: eb-freising@caritasmuenchen.de

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/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 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
Siegartstr. 27 • **85560 Ebersberg**
Tel.: 08092 22218

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

FÜR VERWITWETE ALLEINERZIEHENDE

München:
Anspruchspartnerin
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

Herbstwanderung - Ein Tag in den Bergen

Wanderfreudige Erwachsene und Kinder sollten unbedingt dabei sein bei dieser Wanderung im Herbst.

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

Genauere Informationen bekommen Sie in einem Schreiben nach Ihrer Anmeldung.

Termin:
So, 22.09.2019
Leitung:
Susanne Ehlert
Anmeldung:
telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich

Ankündigung der Ferienfreizeiten 2020

Für das Sommerhalbjahr 2020 planen wir zwei Ferienfreizeiten:
Einmal in den Pfingstferien 10 Tage
in **Natz/Südtirol**

(Pfingstsonntag, 01.06. bis
Donnerstag, 11.06.2020)

und in der Sommerferien zwei Wochen
auf der Insel **Spiekeroog**
(26.07. – 08.08.2020).

**Anmeldungen für
die Ferienfreizeiten
sind ab Februar
2020 möglich.**

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

FÜR SEELE UND LEIB

Sonntagsbrunch

Termin:

jeweils sonntags
10:00 – 13:00 Uhr
22.09. / 13.10. /
17.11. und
15.12.2019
19.01. und
16.02.2020

(einzeln buchbar)

Haus Dorothee

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

Leitung:

Dagmar Grallath

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
jeweils bis
eine Woche vorher

Wir treffen uns um

- Bekannte wieder zu sehen
 - Neue kennenzulernen
- und natürlich zum
- schlemmen
 - ratschen
 - lachen.

Für ein buntes Buffet bitte ich Sie um
einen leckeren Beitrag.

Willkommen kleines Menschenkind!

Sie haben ein Kind bekommen –
Herzlichen Glückwunsch!

Daher möchten wir Sie herzlich einla-
den, dieses neue Leben mit uns zu fei-
ern und Danke zu sagen.

Wir möchten Sie mit anderen
Alleinerziehenden, die ebenfalls ein
Baby bekommen haben, hineinneh-
men in eine Gemeinschaft, die den
Kindern ein gutes Leben wünscht.

Wir alle möchten den Kindern mitge-
ben, dass sie sich beschützt und auf-
gehoben fühlen im Leben.

Wir wollen uns miteinander durch eine
kräftige Brotzeit und auch die Kinder
mit einem Segen stärken.

Termin:

So, 20.10.2019
10:00 – 12:00 Uhr

Haus Dorothee

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

Leitung:

Susanne Ehlert
Regina Knoblich
Dagmar Grallath

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich bis
eine Woche davor

FÜR SEELE UND LEIB

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

Termin:

Fr, 15.11.2019,
18:00 Uhr

Ev. Kirche St. Markus,
München,
Gabelsbergerstr. 6

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

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 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.

Termine:

jeweils am 1. Sonntag
im Monat
um 19:00 Uhr
01.09. / 06.10. /
03.11. / 01.12.2019
05.01. und
02.02.2020

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

Verantwortlich:

Projektgruppe Kirche
und Trauer der
Erzdiözese München
und Freising

Besinnung

Termine im

Advent 2019:

jeweils am Mi,
17:30 - 18:30 Uhr
04.12. / 11.12.
und 18.12.2019
(auch einzeln zu
buchen)

Termine in der Fastenzeit 2020:

jeweils am Mi,
17:30 - 18:30 Uhr
04.03. / 11.03. /
18.03. / 25.03. /
und 01.04.2020
(auch einzeln zu
buchen)

Haus Dorothee

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

Leitung:

Regina Knoblich

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath
Zu Ihrer
Erleichterung
bekommen die
Kinder ein kleines,
gemeinsames
Abendbrot

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
**jeweils bis eine
Woche davor**

„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 im Advent und in
der Fastenzeit 2020 lade ich Sie ein zu
einer Stunde der Stille und Besinnung,
um sich selber wahrzunehmen und zu
spüren.

Leibübungen, Meditation und geist-
liche Übung werden Leib und Seele
gut tun und schenken die Möglichkeit
im Alltag Atem zu holen.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung (Jogginghose),
warme Socken

Einzelbegleitung in Lebensfragen durch Regina Knoblich

Sie wollen einfach einmal ausspre-
chen, 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 Unter-
stützung bekommen können.

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

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

Anmeldung:

telefonisch
089 668708

Systemische Einzel- und Familienbegleitung durch Dagmar Grallath

Familientherapeutin, DGSF

Termine:

nach Vereinbarung

Haus Dorothee

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

Anmeldung:

telefonisch
089 668708

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

Einzelberatung in Erziehungs-, Umgangs- und Entwicklungsfragen durch Dagmar Grallath

Familientherapeutin, DGSF

Termine:

nach Vereinbarung

Haus Dorothee

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

Anmeldung:

telefonisch
089 668708

- 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 suchen 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.

Einzelberatung in Rechtsfragen durch Dorothea von der Wippel

Rechtsanwältin, Mediatorin

Termine:

jeweils am Mi,
15:00 – 18:00 Uhr
18.09. / 23.10. /
20.11. / 11.12.2019
08.01. / 12.02.2020

Haus Dorothee

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

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath

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.

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 Konfliktlösungsverfahren. 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*

Was passiert, wenn mir etwas passiert?

Termin:

Mi, 06.11.2019,
17:30 – 19:00 Uhr

Haus Dorothee

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

Leitung:

Dorothea von der
Wippel,
Rechtsanwältin,
Mediatorin

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath
Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
ein kleines, gemein-
sames Abendbrot

Kosten:

€ 5,00

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis 10 Tage vorher

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?

Krankheit, Krankenhaus – und andere Katastrophen

Termin:

Mi, 13.11.2019,
17:30 – 19:00 Uhr

Haus Dorothee

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

Leitung:

Dorothea von der
Wippel,
Rechtsanwältin,
Mediatorin
Sylvia Fischer,
Familienpflegewerk

Kinderbetreuung:

Dagmar Grallath
Zu Ihrer Erleichterung
bekommen die Kinder
ein kleines, gemein-
sames Abendbrot

Kosten:

€ 5,00

Anmeldung:

telefonisch
089 2137-1236
oder schriftlich
bis zum 06.11.2019

Dieser Abend soll Sie informieren über vorsorgliche Regelungen im Falle von Krankheit und anderen Situationen, in denen Ihr Kind Betreuung benötigt.

- Wie kann ich Vorsorge für mich treffen?
- Wo bleibt mein Kind?
- Was ist mit dem Sorgerecht?
- Wie sinnvoll ist eine Vorsorgevollmacht, Betreuungsvollmacht und ein Patiententestament?

HINWEISE

Weitere Angebote für Frauen

finden Sie im Programm der Frauenseelsorge erhältlich unter **Tel. 089 2137-1437**

Weitere Angebote für Männer

finden Sie im Programm der Männerseelsorge erhältlich unter **Tel. 089 2137-1599**

- **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
 - **Anmeldekarte** im Heftumschlag
 - **per E-Mail** an alleinerziehende@eomuc.de
 - **telefonisch**, wie bei den einzelnen Angeboten angegeben.
- Zur Information über die Erhebung personenbezogener Daten lesen Sie bitte die Datenschutzerklärung auf unserer Website: www.alleinerziehende-programm.de
- Die üblichen Anmeldeinformationen (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.
- **Wir weisen Sie darauf hin, dass die Angabe der Adressdaten zum Programmversand, bzw. für den Versand weiterer Informationen freiwillig ist und jederzeit widerrufen werden kann. Falls Sie unser Programmheft nicht mehr zugeschickt haben wollen, geben Sie uns bitte Bescheid.**
- Bitte geben Sie bei der Anmeldung verbindlich an, ob Sie Kinderbetreuung brauchen.
- Bitte geben Sie bei der Anmeldung verbindlich an, ob Sie Kinderbetreuung brauchen.
- Der Fachbereich Alleinerziehenden-seelsorge 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.
- Unter bestimmten Voraussetzungen werden Münchner Familien bei den Ferienfreizeiten durch die Landeshauptstadt München gefördert.



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt

ALLEIN ERZIEHENDE FRAUEN UND MÄNNER

Impressum



ERZDIÖZESE MÜNCHEN
UND FREISING

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

Verantwortlich für den Inhalt:

Ressort Seelsorge und kirchliches Leben
Fachbereich Alleinerziehendenseelsorge

Realisation der Druckprodukte mit der
Stabsstelle Kommunikation, Druckmanagement

Bildnachweis:

Erzbischöfliches Ordinariat München
(Fachbereich Alleinerziehendenseelsorge, Susanne Ehlert)
Titelbild: Thomas Söllner/Fotolia.de

Gestaltung: donath & friends Werbeagentur, Dachau

Druck: Universal Medien GmbH, München

Papier: Enviro Ahead C,
hergestellt aus 100 % Altpapier, FSC®-zertifiziert

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

UID-Nummer: DE811510756

