

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

KOOPERATION/ EINZELANGEBOTE

Von Trennung und Scheidung betroffen

Infos und Anmeldung bei:
Ehe-, Familien- und Lebensberatung
der Erzdiözese München und Freising
Rückertstraße 9, 80336 München
Telefon: 0 89 / 54 43 11 - 0

Kinder im Blick – Ein Kurs für Eltern in Trennung

Infos unter www.kinder-im-blick.de

Für verwitwete Alleinerziehende

Austausch über die Situation
nach dem Tod des Partners bzw. der Partnerin
Ansprechpartnerin:
Dorothea Hahn
Telefon 0 179 / 2 96 52 31

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Herbstausflug

Gemeinsam wandern, ratschen,
die Seele baumeln lassen

Termin:	So., 22.09.2024 9:00 - 17:00 Uhr
Leitung:	Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich

ANKÜNDIGUNG DER FERIENFREIZEITEN 2025

Für das Sommerhalbjahr 2025
planen wir zwei Ferienfreizeiten:

In den Pfingstferien Natz/Südtirol:	09.06. - 18.06.2025
In den Sommerferien Rom:	04.08. - 11.08.2025

Anmeldungen für die Ferienfreizeiten sind ab Februar 2025 möglich.

FÜR SEELE UND LEIB

Wenn Wege sich trennen – ökumenischer Gottesdienst für getrennt Lebende und Geschiedene

Nach Trennung/Scheidung, heilsame Rituale erfahren
und das Leben unter Gottes Segen stellen

Termin:	22.11.2024 Fr., 18:00 Uhr
Ort:	evang. Markus Kirche, Gabelsberstr. 6, 80333 München

Sonntagsbrunch

Schlemmen, Ratschen, Lachen

Termine:	13.10. / 17.11. / 15.12.2024 / 09.02.2025 So., 11:00 - 14:00 Uhr
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Dagmar Grallath

Gesegnet ins neue Jahr – Segensfeier für Familien

Segensfeier für Familien,
denn Segen tut gut

Termin:	12.01.2025 So., 14:00 - 16:00 Uhr
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich

Für meine Trauer Wort – Musik – Segen

Tod, Trennung, Scheitern: Rituale, die helfen,
sich auf den Prozess der Trauer einzulassen

Termin:	jeweils am ersten So. im Monat 19:00 Uhr
Ort:	Kath. Kirche St. Paul

BERATUNG UND BEGLEITUNG

Einzelbegleitung in Lebensfragen

Einfach mal aussprechen, was belastet

Termine:	nach Vereinbarung
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Regina Knoblich

Systemische Einzel- und Familienbegleitung

Neue Wege aus festgefahrenen Situationen finden

Termine:	nach Vereinbarung
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Dagmar Grallath

Einzelberatung in Erziehungs-, Umgangs- und Entwicklungsfragen

Von vor der Geburt bis zur Pubertät

Termine:	nach Vereinbarung
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Dagmar Grallath

Einzelberatung in Rechtsfragen und Mediation

Z. B. Umgangsrecht, Ansprüche,
Informationen zum Ablauf des Scheidungsverfahrens

Termine:	18.09. / 16.10. / 13.11. / 11.12.2024 15.01. / 12.02.2025 Mi., 15:00 - 18:00 Uhr
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Dorothea von der Wippel

Was passiert, wenn mir was passiert?

Vorsorge fürs Kind: Rund ums Testament und
im Falle von Krankheit und anderen Situationen

Termin:	20.11.2024 Do., 15:00 - 17:30 Uhr
Ort:	Haus Dorothee
Leitung:	Dorothea von der Wippel

Über Familienmediation

Informationen zu außergerichtlichen Konfliktverfahren
bei Trennung und Scheidung

Kontakt:	Susanne Ehlert
----------	----------------

Allgemeine Hinweise und die
Teilnahmebedingungen für unsere Angebote
finden Sie auf unserer Homepage:
www.alleinerziehende-programm.de

SPENDEN TUN GUT UNSER SPENDENKONTO:

Erzdiözese München und Freising KdöR
LIGA Bank eG
IBAN DE87 7509 0300 0002 1700 00
Betreff: 10423300

ALLEIN ERZIEHENDE FRAUEN UND MÄNNER

ERZDIOEZE MÜNCHEN UND FREISING

ANGEBOTE Herbst/Winter 2024/2025

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

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



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



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
Ruth Huber, Hauptabteilungsleiterin

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, Neuried

Papier: Vivus Silk

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

UID-Nummer: DE811510756



THEMATISCHE WOCHENENDEN

Gestärkt ankommen am richtigen Ort

Neue Impulse durch
Familienaufstellungen gewinnen

Termin: 04. - 06.10.2024
Ort: Josefstal
Leitung: Anja Malanowski, Susanne Ehlert

Mein Vater und ich

Einen ehrlichen und versöhnlichen Blick
auf die Beziehung zum eigenen Vater werfen

Termin: 08. - 10.11.2024
Ort: Josefstal
Leitung: Birgit Schneider, Susanne Ehlert

Eintauchen in Licht

Lichtvoll und kreativ
den Advent feiern

Termin: 06. - 08.12.2024
Ort: Bernried
Leitung: Gabriele Schlüter, Susanne Ehlert

Mit Tönen verwöhnen

Mit Klängen und Singen
Entspannung finden

Termin: 24. - 26.01.2025
Ort: Josefstal
Leitung: Verena Oberloher, Susanne Ehlert

Trennung bewältigen, Zukunft gewinnen

Gefühlen freien Raum lassen, um einem
Neubeginn eine echt Chance zu geben

Termin: 14. - 16.02.2025
Ort: Bernried
Leitung: Anja Malanowski, Susanne Ehlert

THEMATISCHE ANGEBOTE IM HAUS DOROTHEE

Raus aus dem Kopf ... rein in den Körper! (Meditativer Tanz)

Die Gedanken beruhigen mit einfachen Kreistänzen

Termine: 19.10. / 16.11.2024 / 15.02.2025
Sa., 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Viktoria Korenika

Kraft schöpfen in turbulenten Zeiten

Innehalten – wahrnehmen –
an die eigenen Ressourcen anknüpfen

Termine: 27.09. / 29.11.2024 / 25.01. / 21.02.2025
Fr., 17:30 - 19:00 Uhr / Sa., 14:00 - 17:00 Uhr
Leitung: Sabine Kamola

Atempause – Zeit nur für mich

Unser Atem: als Kraftquelle, zum Ruhigwerden, zum Regenerieren

Termine: 28.09. / 07.12.2024 / 18.01. / 22.02.2025
Sa., 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Maria Eberl

Schreibwerkstatt – kreative (Selbst-)Erfahrung

Mit Sprache experimentieren und auf
Regeln von Rechtschreibung und Grammatik pfeifen

Termine: 24.10. / 21.11.2024 / 23.01. / 20.02.2025
Do., 19:15 - 21:15 Uhr (online)
Leitung: Anja Malanowski

Beziehungs-Weisen

Gemeinschaft-Freundschaft-Partnerschaft –
Was leb ich schon, was fehlt mir noch?

Termine: 26.09. / 28.11. / 19.12.2024 / 13.02.2025
Do., 20:00 – 21:30 Uhr (online)
Leitung: Dagmar Grallath

Let's date

Mit einem Click zum großen Glück oder auf ewig Single –
Realitäts-Check

Termine: 17.10.2024. / 16.01.2025
Do., 20:00 - 21:30 Uhr (online)
Leitung: Dagmar Grallath

Kindern Wurzeln und Flügel schenken

Was darf ich meinem Kind zutrauen
und wobei braucht es Hilfe und Regeln?

Termin: 30.11.2024
Sa., 14:00 - 17:00 Uhr
Leitung: Martin Gerhold

Adventskalender – mal ganz anders (Kreativ-Nachmittag)

Mit unterschiedlichen Materialien
Vorfriede für mich selbst gestalten

Termin: 23.11.2024,
Sa., 14:00 - 17:00 Uhr
Leitung: Gabriele Schlüter

Weihnachts-Werkstatt

Kreativ werden bei Lichterglanz
und Weihnachtsduft

Termin: 14.12.2024
Sa., 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath, Regina Knoblich

GRUPPEN

Geburtsvorbereitungskurs

Ohne Partner auf
die Geburt vorbereiten

Termine: 22.09. / 01.12.2024 / 26.01. / 30.03.2025
So., 10:00 - 18:00 Uhr
Leitung: Erika Behrusi

Gruppen tun gut

Erfahrungen austauschen –
unterstützen – beisammen sein

Gruppe I mit Kinderbetreuung
Termin: 20.09. / 18.10. / 15.11. / 13.12.2024
Fr., 17:30 - 19:00 Uhr
Leitung: Regina Knoblich

Gruppe II

Termin: 13.09. / 11.10. / 08.11. / 06.12.2024
10.01. / 07.02.2025
Fr., 17:30 - 19:00 Uhr
Leitung: Regina Knoblich

Erwachsene Kinder – und jetzt?

Unterstützung bei gemischten Gefühlen
zwischen Einsamkeit und Freiheit

Termine: 12.09. / 10.10. / 07.11. / 05.12.2024
09.01. / 06.02.2025
Do., 16:45 - 18:15 Uhr
Leitung: Regina Knoblich

Für Mütter, deren Kinder beim Vater leben

Unterschiedliche Gründe führen dazu –
wie geht es mir damit?

Termine: 19.09. / 17.10. / 14.11. / 12.12.2024
16.01. / 13.02.2025
Do., 18:00 - 19:30 Uhr
Leitung: Regina Knoblich

OFFENE ANGEBOTE UND AUSTAUSCH

Baby-Treff

Allein mit Baby oder Kleinkind? –
Erfahrungsaustausch

Termine: donnerstags, 19.09.2024 - 27.02.2025
10:00 - 12:00 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath

Freitagscafé

Reden – zuhören – entspannen
Sie sind uns mit und ohne Kind/er herzlich willkommen!

Termine: freitags, 13.09.2024 - 28.02.2025
15:30 – 17:30 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath, Regina Knoblich

Väter in/nach Trennung und Scheidung – Gesprächsgruppen

Männer-Runde:
Sich gegenseitig als Betroffene unterstützen und stärken

Termine: 16.09. / 07.10. / 04.11. / 02.12.2024
13.01. / 03.02.2025
Mo., 19:30 - 21:45 Uhr
Leitung: Stefan Pawelka

Pubertät – Info- und Austauschabend

Das gemeinsame Leben
mit 12- bis 16-Jährigen meistern

Termine: im Haus Dorothee:
14.11.2024 / 09.01.2025
online:
10.10. / 05.12.2024 / 06.02.2025
jeweils Do., 19:00 - 20:30 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath