

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

SPENDEN TUN GUT! UNSER SPENDENKONTO:

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

UNTERNEHMUNGEN UND FAHRTEN

Frühlingsfest am Muttertag

Feiern, Schlemmen und Lachen –
Hängemattenfeeling für die Seele

Termin: 11.05.2025
So., 11:00 - 14:00 Uhr
Leitung: Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich

Sommer-Ausflug an die Osterseen

Gemeinsam wandern, ratschen,
die Seele baumeln lassen

Termin: 29.06.2025
So., 09:00 - ca. 17:00 Uhr
Leitung: Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich

Pfingstferien in Natz/Südtirol

Urlaub genießen, sich verwöhnen lassen, miteinander Spaß haben,
Gespräche führen, Berge erkunden, singen und spielen, faulenzen

Termin: 09.06. - 18.06.2025
Leitung: Susanne Ehlert, Dagmar Grallath

Sommerferien in Rom

Rom erkunden, la dolce vita genießen, Spaß haben, Gemeinschaft genießen,
Brunnen entdecken, ins Meer eintauchen

Termin: 04.09. - 11.09.2025
Leitung: Susanne Ehlert, Peter Beer

„Raus aus dem Alltagstrott, rein ins Werdensfelder Land!“

Familien-Pilgertag – zum Kraft- und Hoffnungsschöpfen

Termin: 28.06.2025
Sa., 11:00 - ca. 14:30 Uhr
Leitung: Johannes Sporrer, Florian Hammerl

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: 09.05.2025
Fr., 18:00 Uhr
Ort: Hl. Geist Kirche am Viktualienmarkt, München

Für meine Trauer Wort – Musik – Segen

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

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

Sonntagsbrunch

Schlemmen, Ratschen, Lachen

Termine: 16.03. / 06.04. / 01.06. / 06.07.2025
So., 11:00 - 14:00 Uhr
Ort: Haus Dorothee
Leitung: Dagmar Grallath

Kleidertausch

Gutes weitergeben – Schönes mitnehmen

Termin: 28.03.2025
Fr., 19:00 - 21:00 Uhr
Ort: Haus Dorothee
Leitung: Susanne Ehlert, Dagmar Grallath, Regina Knoblich

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: 12.03. / 09.04. / 07.05. / 04.06. / 09.07.2025
Mi., 15:00 - 18:00 Uhr
Ort: Haus Dorothee
Leitung: Dorothea von der Wippel

Über Familienmediation

Informationen zu außergerichtlichen
Konfliktverfahren bei Trennung und Scheidung

Kontakt: Susanne Ehlert
Tel.: 0 89 / 21 37 - 12 36

ALLEIN ERZIEHENDE

ERZDIÖZESE MÜNCHEN UND FREISING

ANGEBOTE Frühling/Sommer 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

Ins Leben zurückgeschafft

Ein gemeinsames Wochenende für verwitwete Alleinerziehende

Termin: 14. - 16.03.2025
Ort: Josefstal
Leitung: Anja Malanowski, Susanne Ehlert

Gut mit mir und gut mit anderen

Einen liebevollen Blick auf mich und meine Beziehungen werfen

Termin: 04. - 06.04.2025
Ort: Josefstal
Leitung: Lena Schützle, Susanne Ehlert

Scherben bringen Glück

Aus Scherben etwas Schönes gestalten

Termin: 16. - 18.05.2025
Ort: Benediktbeuern
Leitung: Gabriele Schlüter, Susanne Ehlert

Gestärkt ankommen am richtigen Ort

Neue Impulse durch Familienaufstellungen gewinnen

Termin: 11. - 13.07.2025
Ort: Josefstal
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: 05.04. / 19.07.2025
Sa., 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Viktoria Korenika

Atempause – Zeit nur für mich

Unser Atem: als Kraftquelle, zum Ruhigwerden, zum Regenerieren

Termine: 22.03. / 03.05. / 26.07.2025
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: 20.03. / 10.04. / 15.05. / 26.06.2025
Do., 19:15 - 21:15 Uhr (online)
Leitung: Anja Malanowski

Beziehungs-Weisen

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

Termine: 25.03. / 27.05. / 22.07.2025
Di., 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: 01.04. / 24.06.2025
Di., 20:00 - 21:30 Uhr (online)
Leitung: Dagmar Grallath

Wohlfühl-Nachmittag für Verwitwete

Sich eine Verschnaufpause von der Trauer gönnen, Körper und Seele verwöhnen

Termin: 31.05.2025
Sa., 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Claudia Mayr

Hey, da ist eine Spur von mir! (Kreativ-Nachmittag)

Drucktechniken neu entdeckt: unsere Spuren im Leben entdecken ihnen Ausdruck verleihen

Termin: 15.03.2025,
Sa., 14:00 - 17:00 Uhr
Leitung: Gabriele Schlüter

Frühlings-Werkstatt

Bunte Farben leuchten auf – wir machen was daraus

Termin: 29.03.2025
Sa., 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath, Regina Knoblich

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

GRUPPEN

Geburtsvorbereitungskurs

Ohne Partner auf die Geburt vorbereiten

Termine: 30.03. / 25.05. / 27.07. / 28.09.2025
So., 10:00 - 18:00 Uhr
Leitung: Erika Behrusi

Gruppen tun gut

Erfahrungen austauschen – unterstützen – beisammen sein

Gruppe I mit Kinderbetreuung

Termine: 14.03. / 04.04. / 09.05. / 06.06. / 04.07.2025
Fr., 17:30 - 19:00 Uhr
Leitung: Regina Knoblich

Gruppe II

Termine: 21.03. / 11.04. / 16.05. / 27.06. / 18.07.2025
Fr., 17:30 - 19:00 Uhr
Leitung: Regina Knoblich

Erwachsene Kinder – und jetzt?

Unterstützung bei gemischten Gefühlen zwischen Einsamkeit und Freiheit

Termine: 13.03. / 10.04. / 08.05. / 05.06. / 03.07.2025
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: Termine: siehe Homepage
Leitung: Regina Knoblich

OFFENE ANGEBOTE UND AUSTAUSCH

Baby-Treff

Allein mit Baby oder Kleinkind? – Erfahrungsaustausch

Termine: donnerstags, 13.03. - 31.07.2025
(außer in den Ferien und an Feiertagen)
10:00 - 12:00 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath

Freitagscafé

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

Termine: freitags, 14.03. - 25.07.2025
(außer in den Ferien und an Feiertagen)
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: 10.03. / 07.04. / 05.05. / 02.06. / 07.07.2025
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:
11.03. / 06.05.2025
online:
08.04. / 03.06.2025
Di., 19:00 - 20:30 Uhr
Leitung: Dagmar Grallath