

Das Programm richtet sich an getrennte Mütter und Väter.

Wir bieten Raum sich zu begegnen, aufzutanken und neue Perspektiven zu entwickeln.

Wir sind für Sie da! Wenn...

Evangelisch-Lutherischer
Dekanatsbezirk München



- ...Sie geschieden, getrennt lebend, ledig oder verwitwet sind.
- ...Sie überwiegend allein für Ihre Kinder die tägliche Verantwortung tragen.
- ...Sie sich als getrenntes Elternteil um Ihre Kinder kümmern (z.B. Wochenendmütter, -väter).
- ...Ihre Kinder ausschließlich beim anderen Elternteil leben.

Unsere Angebote

- Erstberatung**
Sie bekommen Orientierung, Unterstützung und Vermittlung.
- Begegnungen und Freizeitaktivitäten**
Ausflüge, Reisen, Feste u.v.m.
- Angebote für getrennte Mütter und Väter**
Seminare zu Erziehungsthemen, Persönlichkeitsentwicklung und Persönlichkeitsstabilisierung
- Individuelle Angebote für getrennte Mütter bzw. Väter**
- Ökumenische Gottesdienste** „Wenn Wege sich trennen“
- SpielRaum**
Wir stellen einen Raum zur Verfügung, in dem getrennte Eltern mit ihren Kindern ungestört zusammenkommen können.

Erläuterungen zu den verwendeten Symbolen

- Diese Veranstaltung wird zusätzlich per Newsletter, Flyer und/oder auf unserer Homepage ausgeschrieben.
- Diese Veranstaltung ist kostenpflichtig.
- Kinderbetreuung wird angeboten.
- Die Veranstaltung findet in der EFA statt.
- Diese Veranstaltung ist anmeldepflichtig.

Informationen und Anmeldung

Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer München und Südbayern (EFA)
Landwehrstraße 15, Rückgebäude, 1. Stock
80336 München
Tel.: 089/53 88 686-15, -16
Fax: 089/53 88 686-11
alleinerziehende.muenchen@elkb.de
www.alleinerziehend-evangelisch.de
v.i.S.d.P.: Diakon Werner-Malte Hahn



Halbjahresprogramm

Zeit für MICH - Zeit für UNS

Oktober

November

Dezember

Januar

Februar

März

2022 / 2023

09.10.2022 **Wie geht Klimaschutz?**
Klimawandel, Nachhaltigkeit, „Tiere pflanzen“, Biodiversität, Artenvielfalt, ökologischer Fußabdruck...
Diese Begriffe fliegen einem zurzeit geradezu um die Ohren, was super ist und Zeit wurde, aber auch viele Fragen aufwirft.
Wir verbringen dazu einen Tag mit verschiedenen Aktionen, Infos, Aha-Erlebnissen und viel Spaß!
Ort: Ökologisches Zentrum München
11 - ca. 15 Uhr



14.10.2022 **Wenn Wege sich trennen**
Thema: Siehst Du mich?
Ökumenischer Gottesdienst für getrennt Lebende und Geschiedene
18 Uhr in der St. Markus Kirche



31.10.2022-04.11.2022 **Seminartage Überlebenskünstler**
Thema:
Der innere Kritiker - Freund oder Feind?
Seminartage für getrennte Mütter und Väter mit ihren Kindern/ohne ihre Kinder auf dem Berghof in Agatharied



26.11.2022 **Morgen ist der 1. Advent**
Adventskränze binden für die Erwachsenen, Basteleien und Plätzchen backen für die Kinder
14:30 - 18 Uhr



09.12.2022 **„Wegen Umbau geschlossen“ oder „Pubertät ist, wenn Eltern komisch werden!“**
Einmal aus Sicht der Eltern und einmal aus der Sicht der Kinder zum Ausdruck gebracht, wie die Zeit der Pubertät erlebt werden kann. Dazwischen kommt alles vor und bewegt sich hin und her, mal mit großer Sorge, mal mit Frust und Ärger, mal mit viel Freude und Erstaunen über all das, was geht. Die Pubertät ist eine wunderbare, schwierige und spannende Zeit voller Entwicklungsmöglichkeiten und Überraschungen. Darüber ins Gespräch zu kommen und sich auszutauschen, kann sehr hilfreich sein, denn alle machen was durch!!!
Ein Info- und Austauschabend von 17 - 19 Uhr



19.01.2023 **Männerpalaver**
Männerpalaver - ein Ritus aus Afrika: Männer sitzen am Dorfplatz. Jeder darf erzählen, was er will. Keiner muss! Er nimmt sich soviel Raum, wie er braucht. Beim Erzählen entwickeln sich die Gedanken weiter. Die Runde hört zu. Das Erzählte wird nicht kommentiert.
19 - 21 Uhr



04.02.2023 **Feldenkrais zum Kennenlernen**
Bei der Feldenkrais-Methode geht es um das SichSelbstFühlen, darum, die Aufmerksamkeit nach innen zu richten, ganz bei sich zu sein und mit mir selbst über den Körper und seine Bewegungen in einen Dialog zu treten.

16.02.2023 **Wochenendvater sein - meine Herausforderung**
Seminar für getrennte Väter: Die Herausforderung als „getrennte Väter“ bewältigen - Vaterrolle, Elternkonflikte, Ziele, Kontakt zum Kind halten, Gefühle bei Trennung.
19 - 21 Uhr



17.02.2023 **„Wegen Umbau geschlossen“ oder „Pubertät ist, wenn Eltern komisch werden!“**
Siehe Details unter 09.12.2022
17 - 19 Uhr



10.03.2023
11.03.2023
18.03.2023 **Elternkurs „Gemeinsam stark - für alleinerziehende Mütter und Väter**
Seminar in Anlehnung an das Konzept *Starke Eltern-Starke Kinder*
Kooperationsveranstaltung der Münchner Einrichtungen für allein Erziehende
Ort/Anmeldung: Haus Dorothee, St.-Michael-Str. 88, 81671 München
Tel.: 089 668708
Email: alleinerziehende@eomuc.de



Safe the date
01.04.2023-04.04.2023

Stille Tage in Südtirol