

Fachstelle
Alleinerziehende



2022

alleinerziehende

programm januar - juli

bistum regensburg

Ansprechpartnerinnen

Michaela Wein | *Dipl. Sozialpädagogin/FH
Familientherapeutin*
michaela.wein@bistum-regensburg.de

Kathrin Hauser | *Dipl. Religionspädagogin/FH*
kathrin.hauser@bistum-regensburg.de
Tel. 0941 . 597 - 2200

Ulrike Duschl | *Büro*
Tel. 0941 . 597 - 2243
frauenseelsorge@bistum-regensburg.de

www.alleinerziehende-regensburg.de
fax: 0941 . 597 - 2410

Grafik-Design

Katrin Ehmann | *calla-design 2011*
www.calla-design.de

Bearbeitung
Ulrike Duschl

Liebe Mütter und Väter,
liebe Interessierte,



Sie haben unser neues Programmheft in den Händen, das wir in einer immer noch herausfordernden Zeit konzipiert haben.

Wir planen Wochenenden mit Übernachtungen ganz regulär in der Hoffnung, dass wir möglichst viel davon durchführen können, wenn auch unter besonderen Bedingungen.

Was aber bleibt: wir möchten Sie einladen, bei den Seminaren und Veranstaltungen neue Erfahrungen zu machen und das Leben mit all seinen Facetten aus einer besonderen, nicht alltäglichen Sicht zu betrachten.

Unsere Seminare sollen für Sie Ermutigung und Inspiration sein, sich dem Wunderbaren in Ihrem Leben zu öffnen. Es sind vielfältige Angebote zur Unterbrechung des Alltags, eine Möglichkeit zur Begegnung und zum Austausch mit anderen in ähnlicher Situation.

Die Veranstaltungen sind eine Quelle aufzutanken, zur Ruhe zu kommen und wertvolle Zeit mit Ihren Kindern zu verbringen.

Wir freuen uns darauf, Sie bei diesem Abenteuer zu begleiten!

Bis hoffentlich bald,

Ihre Michaela Wein & Kathrin Hauser

Bitte melden Sie sich immer schriftlich zu den Seminaren an.

Dies ist auch möglich über die Internetseite:
www.alleinerziehende-regensburg.de.

Bei Veranstaltungen mit diesem Symbol gibt es eine Kinderbetreuung.



Und ganz wichtig: nützen Sie die Möglichkeit Zuschüsse zu beantragen (s. Organisatorisches)

Inhaltsübersicht

für allein erziehende Eltern



Bildungsseminare

Raus aus dem Kopf - rein in den Körper*	6
Ostern entgegen*	7
Wie habe ich lieben gelernt*	8
Alleinerziehende - Kabarett, Musik & Podium*	10
Abenteuer Natur pur*	11



Bildungsfreizeit

Winterzauber*	5
Der andere Vatertag*	9



Treffpunkte

Treffpunkt für Alleinerziehende	12
---------------------------------	----



Persönliche Beratung

13

Organisatorisches

14

** Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Veranstaltungen finden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V. (KEB) statt.*

Winterzauber



Winterwochenende im Bayerischen Wald

In der Hoffnung, dass im Bayerischen Wald richtig viel Schnee liegt, freuen wir uns auf ein Winter-Wochenende mit Schneeschuhwanderung durch den verschneiten Wald, Schlittenfahren auf der Rodelbahn, Schneeballschlachten im glitzernden Schnee und im Anschluss heißen Punsch... Und sollte der Winter noch auf sich warten lassen, werden wir trotzdem viel Zeit an der frischen Luft verbringen und uns den Spaß nicht verderben lassen...

Gemeinsam wollen wir wertvolle Zeiten mit den Kindern erleben, lachen, fröhlich sein, um gestärkt wieder in den Alltag zurückzukehren.

Ort: **BayerWaldAktivZentrum Lunaris,**
Sankt Englmar
Zeit: **04. - 06. Februar 2022**
Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*
Familientherapeutin
Kathrin Hauser | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*
Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern**

Erwachsene		120,-- €
Kinder	3 -17	75,-- €
Kinder	unter 3	30,-- €



bildungsseminar

7

nr.

schriftliche Anmeldung notwendig



Raus aus dem Kopf - rein in den Körper

YOGA - ATMUNG - BERÜHRUNG

Dieses Wochenende wird eine Wohltat für Körper, Seele und Geist.

Meditationen, Yoga-Übungen, eine Einführung in die ThaiYoga-Massage, Achtsamkeit auf den Atem, gute Gespräche, Raum für Spiritualität und Zeiten für sich allein werden unterstützen, die eigene Erdung & Verwurzelung neu zu entdecken, die Balance zwischen Stabilität und Leichtigkeit zu finden.

Im Alltag ist das „Funktionieren“ so wichtig und nimmt oft viel Platz ein, so dass man sich selbst und die eigenen Bedürfnisse kaum mehr spürt. Diese Tage stellen dieses Prinzip auf den Kopf und machen den Raum weit, um wieder bei sich selbst anzukommen.

Ort: **Haus Hermannsberg**
 Zeit: **25. - 27. Februar 2022**
 Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*
Familientherapeutin
Kathrin Hauser | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*
 Referentin: **Julia Hauser** | *Physiotherapeutin,*
Yogalehrerin
 Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter mit ihren Kindern**

Erwachsene		120,-- €
Kinder	3 - 17	75,-- €
Kinder	unter 3	30,-- €



bildungsseminar

8

nr.



Ostern entgegen- meine Osterspuren entdecken

Gemeinsame Kartage für alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern

Ostern ruft Bilder verschiedenen Ursprungs wach. Sie ranken sich um Loslassen und Neubeginn, um Hoffnung und Leben.

Wir wollen gemeinsam diese eindrucksvolle Zeit der Kartage mit allen Elementen erleben und gemeinsam gehen: der Osterfreude entgegen, der Hoffnung und der Zuversicht, mit dem Wissen um die Kraft des Neubeginns.

So werden wir Osterspuren auch in unserem Leben entdecken, die Freude in uns wecken und gemeinsam das Leben feiern.

Diese Spurensuche werden wir mit Ruhe und Besinnung, mit Kreativität und Aktivität, im Austausch und in der Gemeinschaft der Gruppe erleben.

bildungsseminar



nr.

Ort: **Jugendbildungsstätte Windberg**

Zeit: **14. - 17. April 2022**

Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*

Familientherapeutin

Kathrin Hauser | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*

Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern**

Erwachsene		175,-- €
Kinder	13 -17	95,-- €
Kinder	3 -12	80,-- €
Kinder	unter 3	40,-- €



schriftliche Anmeldung notwendig



Wie habe ich lieben gelernt?

Ein (Herzens-) Bildungsseminar

Woher weiß ich, was Liebe ist?
Woher weiß ich, wie es ist, anerkannt und wertgeschätzt zu werden?
Woher weiß ich, wohin meine Wünsche und meine Sehnsucht gehen?

Die Rose gilt als Symbol für Liebe. In diesem Seminar ist sie der Zugang, sich der eigenen Geschichte, der Sehnsucht und dem Weg unserer Liebe zu nähern.

Herzliche Einladung zu einem Seminarwochenende mit viel Zeit zum Auftanken, Kraftschöpfen und der Gelegenheit, der Liebe bei sich nachzuspüren.

Ort: **Haus Werdenfels**
Zeit: **06. - 08. Mai 2022**
Referentin: **Regina Kadach** | *Seminarleiterin i.K., Gestalttrainerin*
Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH) Familientherapeutin*
Kathrin Hauser | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*
Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern**

Erwachsene		120,-- €
Kinder	3 - 17	75,-- €
Kinder	unter 3	30,-- €



bildungsseminar

10

nr.



Der andere Vatertag

Für Väter mit ihren Kindern am 26. Mai 2022

An der Mündung der Vils in die Naab in Kallmünz wartet ein Nachmittag mit buntem Programm auf Sie: verschiedene Mitmachaktionen, die einfach nur Spaß machen und Gelegenheiten schaffen, die Vater-Kind-Beziehung zu stärken.

Natürlich wird auch für das leibliche Wohl gesorgt. Die Kinder können sich selbst knuspriges Stockbrot über dem Feuer backen.

Abgerundet wird dieser erlebnisreiche Tag mit einer Andacht am Lagerfeuer.

Zeit: **Donnerstag 26. Mai 2022
von 15.00 - 18.00 Uhr**

Die Teilnahme ist kostenlos.

**Information und Anmeldung über
vatertag@bistum-regensburg.de oder
0941 / 597 2209**

**In Kooperation mit den Fachstellen
Männerseelsorge, Ehe und Familie
und dem Kolping-Erwachsenenbildungswerk
Regensburg e.V.**



Vorankündigung:

Alleinerziehend - Kabarett, Musik & Podium

mit **Eva Karl Faltermeier** und **Isa Fischer**

Was verbindet eine Kabarettistin, die sich während der Pandemie getrennt und gleichzeitig selbständig gemacht hat und eine Musikerin, die parallel studiert? Vermutlich einiges - aber auch, dass sie beide alleinerziehend sind und ihren Weg mit kleinen Kindern machen.

Und hier setzt der Abend an: beim Sich-Verbinden, Voneinander-Lernen und - mit einem kleinen Abstand zum Alltag - auch Miteinander-Lachen. Als Kabarettistin wird Eva Karl einen ironischen, gesellschaftspolitisch-kritischen und auch persönlichen Blick auf das Thema geben.

Die Musik von Isa Fischer trägt uns durch den Abend und in der Interaktion passiert sicher so manche Überraschung...

Wir freuen uns, Euch zu diesem neuen Format und kulturellen Schmankerl einladen zu dürfen! Eines wird die Veranstaltung sicher: Heiter! Unter allen Umständen...

Zeit: **01. Juni 2022**
Einlass: 19:30 Uhr
Beginn: 20:00 Uhr
Ort: **Degginger, Regensburg**
Eintritt: **8,00 Euro (freie Platzwahl)**
(Karten ab Februar über uns
und an der Abendkasse)

**In Zusammenarbeit mit der KEB Regensburg
Stadt und dem Kulturamt Stadt Regensburg.**



Abenteuer Natur pur!

Outdoor-Wochenende

Wie wäre es mal mit Zelt oder Hütte statt Haus oder Wohnung?

Mit Lagerfeuer statt Herd?

Kanu fahren statt Auto fahren?

Eigene Fische fangen anstatt diese zu kaufen?

Neugierig, mal die Perspektive zu wechseln und das Abenteuer zu wagen?

An diesem Wochenende machen wir uns auf den Weg nach Blaibach am Regen, wo wir unsere Hütten oder Zelte beziehen und gemeinsam ein Lagerfeuer machen, auf dem allerlei Leckeres aus der Natur und von der Natur zubereitet werden darf.

Gemeinsames fischen, schwimmen im Regen, Kanufahren und wandern rund um Blaibach stärkt und entspannt und erdet uns wieder für die Anforderungen des Alltags.

Ort: **Kanu und Camping, aquahema, Blaibach**

Zeit: **15. - 17. Juli 2022**

Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*
Familientherapeutin

Kathrin Hauser | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*

Referent: **Franz Nopper** | *Journalist und Angler*

Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern ab 4 J.**

Erwachsene und

Jugendliche ab 16 Jahren 90 Euro

Jugendliche 12 - 15 Jahre 60 Euro

Kinder 4 - 12 Jahre: 40 Euro



Treffpunkte für Alleinerziehende

*Amberg | Birgit Wittmann, 09621. 97 02 62
Birgit Lippert, 0175. 7 95 44 61
Kathrin Tischner
Verena Pürner*

Cham | Erna Steiner, 09971. 3 04 33

*Mainburg | Christian Strobel,
christianstrobel76@gmail.com
Sonja Frattini-Müller,
sonja.frattini-mueller@gmx.de*

Schierling | Sylvia Rathay, 09451. 35 03

*Gruppe für verwitwete Eltern:
Anja Kröninger,
www.vmk-rgb.de*

Ort und Zeit der Treffpunkte erfahren Sie jeweils bei den angegebenen Kontaktpersonen.

Persönliche Beratung

Für eine persönliche Beratung, bei der sich für Sie neue Perspektiven ergeben können, steht Ihnen die Ehe-Familien-Lebensberatung in Regensburg zur Verfügung.

Nähere Informationen und Terminvereinbarung unter Tel. 0941 / 51670.

Die Bürozeiten sind montags bis freitags von 8 - 12 Uhr und 13 - 17 Uhr.



Ehe | Familie | Leben

**Katholische Ehe-, Familien-
und Lebensberatung im Bistum
Regensburg**

Landshuter Straße 16 93047 Regensburg

Telefon 09 41/ 5 16 70

Telefax 09 41/ 5 16 83

eheberatung@bistum-regensburg.de

www.eheberatung-regensburg.de

Wieder glücklich nach Trennung

Sechsteiliger Kurs je für Frauen oder Männer in Trennung

Über mehrere Monate hinweg wird Ihre persönliche Entwicklung weg von Trennungsschmerz und Trennungsleid hin zu einem glücklicheren und selbstbestimmten Leben in diesem Kurs begleitet. Die Gruppe soll für die Teilnehmer/-innen Stütze und Halt sein. Gemeinsam diesen Weg zu gehen, kann hilfreich und heilsam sein. In der gegenseitigen Unterstützung und Wertschätzung können neue Perspektiven entdeckt und neue Ideen entwickelt werden. Jedes Treffen ist thematisch einem Schritt in der Trennungsarbeit gewidmet.

für Frauen:

Regensburg

Kath. Ehe-, Familien-, Lebensberatung (EFL)

Kontakt: EFL 0941. 5 16 70

Leitung: Michaela Wein

Dipl. Soz. Päd. (FH), Familientherapeutin, Paarberaterin

Landshut / Dingolfing

Kath. Ehe-, Familien-, Lebensberatung (EFL)

Kontakt: EFL 0871. 80 51 70

Leitung: Rosemarie Jell

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Mediatorin

Weiden

Kath. Ehe-, Familien-, Lebensberatung (EFL)

Kontakt: EFL 0961. 4 70 23 28

Leitung: Christine Wittmann

Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

für Männer:

Regensburg

Kath. Ehe-, Familien-, Lebensberatung (EFL)

Kontakt: EFL 0941. 5 16 70

Leitung: Bernhard Bauer

Dipl.Theologe, Ehe-, Familien- und Lebensberater

Organisatorisches

für Alleinerziehende

Bürozeiten

Das Büro der Fachstelle ist Montag bis Donnerstag vormittags besetzt.

Gegebenenfalls meldet sich der Anrufbeantworter, um Ihre Anliegen aufzuzeichnen. Eine gute Möglichkeit, mit uns Kontakt aufzunehmen, ist per Email: frauenseelsorge@bistum-regensburg.de

Infos rund um die Seminare

Unsere Seminare finden in der Regel in den diözesanen Bildungshäusern statt. Die Unterbringung erfolgt im Zimmer mit Ihren Kindern zusammen.

Zur Bildung von Fahrgemeinschaften können Sie Kontakt mit unserem Büro aufnehmen. Aus Datenschutzgründen veröffentlichen wir keine Adressen und Namen von anderen TeilnehmerInnen.

Die Mitnahme von Haustieren ist nicht gestattet.

Kinderbetreuung

Erfahrene Kinderbetreuer/-innen bieten während der Seminareinheiten der Erwachsenen stundenweise ein Kinderprogramm. Die Betreuung erfolgt in Gruppen. Einzelbetreuung ist nicht möglich.

Anmeldung

Zu allen Veranstaltungen ist unbedingt eine verbindliche schriftliche Anmeldung erforderlich (auch über www.alleinerziehende-regensburg.de möglich).

Die Teilnahmezahl ist begrenzt. Beachten Sie bitte, dass wir nicht nur die Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen berücksichtigen. Neue Interessierte haben in der Regel Vorrang.

Anmeldebestätigungen werden etwa 3 Wochen vor Beginn der Veranstaltung verschickt. Sollten Sie kurzfristig absagen, müssen wir Ausfallgebühren berechnen. Bei Nicht-Teilnahme am Kurs ohne vorherige Abmeldung werden die gesamten Kursgebühren in Rechnung gestellt.

Die Rechnung über die Teilnahmegebühr erhalten Sie mit gesonderter Post.

Zuschüsse (Zentrum Bayern Familie und Soziales)

Folgende Zuschussbestimmungen vom ZBFS gibt es: gefördert werden Familien, deren Einkommen mit einem Kind unter € 19.000,00 (jährl.) = ca. € 1.580 (monatl.) liegt. Für jedes weitere Kind werden € 4.800 (jährl.) = ca. € 400 (monatl.) dazu gerechnet.

Es ist unbedingt nötig, einen Zuschussantrag schon vor Anmeldung zu einem Kurs zu stellen.

Das bedeutet, dass Sie für jeden Kurs, an dem Sie auch nur eventuell teilnehmen möchten, den Zuschussantrag bereits am Jahresbeginn stellen sollten.

Den Link hierzu finden Sie unter der Rubrik Eltern/Förderprogramme auf der Homepage www.zbfs.bayern.de

Die Antragstellung ist unabhängig davon, ob Sie dann teilnehmen oder nicht. Erst wenn Sie die Zuschuss-Zusage haben, melden Sie sich bitte bei uns an.

Es hat auch sein Gutes: Sie müssen die Unterlagen dann nicht immer wieder neu heraussuchen, denn Sie haben sie ja schon bei Antragsstellung mitgeschickt.

Jede Teilnehmerin erhält den ihr zustehenden Zuschuss direkt auf das eigene Konto überwiesen.

Weitere Informationen zu unseren Veranstaltungen und die Möglichkeit, sich zu unseren Kursen anzumelden, finden Sie auch auf unserer Homepage www.alleinerziehende-regensburg.de