

Fachstelle  
Alleinerziehende



2019

# alleinerziehende

programm februar - august

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 alleinerziehende Eltern,  
liebe Interessierte,

mit diesem Programm der Fachstelle möchten wir Sie zu unseren Seminaren und Unternehmungen einladen.

Es sind Angebote zur Unterbrechung des Alltags, eine Einladung zur Begegnung mit Anderen, eine Form des Austausches, eine Möglichkeit, das Leben mit all seinen Facetten aus einer besonderen, nicht alltäglichen Sicht zu betrachten.

Die Veranstaltungen sind eine Quelle, aufzutanken und gemeinsam Spaß zu haben. Unsere Angebote sollen für Sie und Ihre Kinder immer auch ein Stück Auszeit und Kurzurlaub sein, in dem Sie Kraft für die Herausforderungen des Lebens sammeln können.

Lassen Sie sich einladen und lassen Sie sich ein auf das Abenteuer, sich selber und anderen zu begegnen.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Zeit!

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](http://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

Eindruck und Ausdruck*	6
Abenteuer Pubertät*	7
Trauer-Erhol-Wochenende	8
Ostern entgegen*	9
Wie habe ich lieben gelernt*	10



## Bildungsfreizeit

Winterzauber*	5
Ich möcht` Mee(h)r...*	11
In und um uns soviel Farbe*	12



## Treffpunkte

Treffpunkt für Alleinerziehende	13
Treffpunktgruppe für verwitwete Eltern	14



## Organisatorisches

16

*\* 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 Anfang Februar 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 uns der Winter wirklich enttäuschen, 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: **Tannenhof, St. Englmar**  
Zeit: **1. - 3. Februar 2019**  
Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH),  
Familientherapeutin*  
**Kathrin Hauser** | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*  
Referentin: **N.N.**  
Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern**

Erwachsene		95,-- €
Kinder	3 -17	70,-- €
Kinder	unter 3	40,-- €



bildungsseminar

8

nr.

schriftliche Anmeldung notwendig



# Eindruck & Ausdruck...

## Bildungsseminar rund um die Körpersprache

Welchen Eindruck mache ich auf andere?  
Wie würde ich gerne ankommen?  
Und kann ich wirklich aus der Körpersprache  
meines Gegenüber lesen?

Ein Wochenende rund um die Körpersprache, den Eindruck, den ich auf andere mache und die Arbeit an der eigenen Ausdrucksfähigkeit – im Umgang mit den Kindern, innerhalb der Familie und im Leben „draussen“.

Das Ziel dabei: Spaß haben, lachen, sich spüren, sich im geschützten Raum ausprobieren, die eigene Persönlichkeit stimmig weiterentwickeln, Sicherheit für den eigenen Auftritt gewinnen.

Ort: **Haus Johannisthal**, Windischeschenbach

Zeit: **22. - 24. Februar 2019**

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

Referentin: **Bettina Schönenberg** |

*Akademie für darstellende Kunst, Regensburg*

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

Erwachsene 95,-- €

Kinder 3 -17 70,-- €

Kinder unter 3 40,-- €





# Abenteuer Pubertät

## Balance zwischen Haltgeben und Loslassen

Pubertät heißt oft: Ich verstehe mein eigenes Kind nicht mehr.

Für alleinerziehende Eltern stellt diese Veränderung, die sich so stark auf die Eltern-Kind-Beziehung auswirkt, möglicherweise eine besondere Herausforderung dar.

Genau darum soll's in diesem Workshop - Seminar gehen: Verstehen lernen, was soziale Grundbedürfnisse von Pubertierenden sind und lernen, angemessen darauf zu reagieren. Wir werden beispielhaft Fälle aus dem Familienalltag aufgreifen und Impulse für ein konstruktives Miteinander herausarbeiten.

Und es wird Zeit geben für gelungen miteinander verbrachte Momente – kleine Abenteuer eben...

bildungsseminar

10

nr.

Ort: **Jugendbildungsstätte Windberg**

Zeit: **29. - 31. März 2019**

Referent: **Sebastian Wurmdobler**

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

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

Zielgruppe: **Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Jugendlichen im Alter von 12 - 18 Jahren (und jüngeren Geschwisterkindern)**



Erwachsene		95,-- €
Kinder	3 -17	70,-- €
Kinder	unter 3	40,-- €

**schriftliche Anmeldung notwendig**



# Trauer-Erhol- Wochenende

Mit dem Tod Ihrer Partnerin / Ihres Partners hat sich die ganze Welt verändert. Sie leben nicht nur die eigene Trauer, sondern Sie sind gleichzeitig Trauer- und Wegbegleiter für Ihr/e Kind/er.

An diesem Wochenende bieten wir Ihnen und Ihren Kindern einen geschützten Raum, in dem Platz und Zeit für Ihre Trauer sein wird. In der sehr schönen Gegend wollen wir uns aber auch erholen und neue Kraft schöpfen. Für die Kinder gibt es eine eigene Betreuung.

Über gestalttherapeutisches Arbeiten nähern wir uns dem Thema Schmerz und Trauer an. Im zweiten Teil geht es um Entspannung und einen neuen Blick auf sich selbst. Gemeinsame Einheiten mit den Kindern runden das Programm ab.

Ort: **Haus Werdenfels**  
Zeit: **5. - 7. April 2019**  
Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*  
*Familientherapeutin*  
**Anja Kröninger** | *Leiterin der Selbsthilfegruppe „Verwitwet mit Kind“, [www.vmk-rgb.de](http://www.vmk-rgb.de)*  
Referentin: **Gaby Schifferl** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*  
*system. Familientherapeutin (DGSP)*  
Zielgruppe: **Verwitwete Mütter und Väter mit und ohne ihre Kinder, Höchstalter der teilnehmenden Kinder ca. 12 J**

Erwachsene: 95 Euro  
Kinder bis 12 Jahre: 55 Euro



**schriftliche Anmeldung notwendig**





# 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.

Ort: **Jugendbildungsstätte Windberg**  
Zeit: **18. - 21. April 2019**  
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	13 -17	95,-- €
Kinder	3 -12	70,-- €
Kinder	unter 3	40,-- €



bildungsseminar

12

nr.

**schriftliche Anmeldung notwendig**



# Wie habe ich lieben gelernt?

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 die Liebe und sie ist es, die uns auf unserem Weg hilft, sich unserer Geschichte, der Sehnsucht und dem Schicksal unserer Liebe zu nähern und Kraft daraus zu schöpfen.

In diesem Seminar ist viel Zeit zum Auftanken, Kraftschöpfen und Gelegenheit, der eigenen Liebe nachzuspüren.

bildungsseminar

13

nr.

Ort: **Haus Werdenfels**, Eichhofen  
Zeit: **24. - 26. Mai 2019**  
Leitung: **Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*  
*Familientherapeutin*  
Referentin: **Regina Kadach** | *Gestalttrainerin*  
Zielgruppe: **Alleinerziehende Frauen mit ihren Kindern**  
bei zu geringer Teilnehmerzahl  
Anmeldung auch ohne Kinder möglich

Erwachsene		95,-- €
Kinder	3 - 17	70,-- €
Kinder	unter 3	40,-- €





# Ich möcht` Mee(h)r...

## Pfingstferienreise an die Ostsee

In der zweiten Pfingstferienwoche 2019 reisen wir mit einer Gruppe an die Ostsee, in die Familienferienstätte St. Ursula in Graal-Müritz. Das Haus liegt 10 min fußläufig entfernt von der großen Seebrücke am Meer. Die Luft ist dort klar und würzig, der Strand weit und frei von Steinen. Das klingt doch nach einer herrlichen Auszeit mit frischem Wind um die Nase, Baden und Strandspaziergängen, Fisch essen, Lagerfeuer und Stockbrot, vielleicht einem kleinen Ausflug mit einem Boot, einem Bummel im nächsten Städtchen, guten Gesprächen und dazwischen Zeiten und Impulse für sich ganz allein, denn KinderbetreuerInnen haben wir auch mit dabei...

Die Anreise erfolgt gemeinsam mit einem Reisebus ab Regensburg. Richtung Norden können wir ggf. Abhol-Stationen einbauen.

Zeit: **Sa 15. - Sa 22. Juni 2019**  
Leitung: **Kathrin Hauser** | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*  
**Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*  
*Familientherapeutin*

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

Erwachsene		350,-- €
Kinder	13 -17	300,-- €
Kinder	7 -12	250,-- €
Kinder	3 - 6	200,-- €



Im Preis inbegriffen sind An- und Abreise mit einem gemeinsamen Reisebus sowie 7 Übernachtungen und Vollpension (3 Mahlzeiten täglich) in Familienzimmern.

Nicht inbegriffen sind Transfers und Ausflüge vor Ort.

bildungsseminar

14

nr.

**schriftliche Anmeldung notwendig**



# In und um uns soviel Farbe

Sommertage für Alleinerziehende  
und ihre Kinder

Die Natur im Bayerischen Wald ist wunderbare  
Kraftquelle für Leib und Seele.

Das Ferienhaus Tannenhof in seiner einmaligen  
idyllischen Lage am Fuße des Hirschensteins ist  
der ideale Ort, um Energie und Kraft zu schöp-  
fen.

Zum letzten Mal in diesem besonderen Haus  
laden wir ein, die eigenen Kraftquellen mit Ge-  
sprächen in der Gruppe, Einzelarbeit, meditati-  
ven und kreativen Einheiten und viel Bewegung  
in der Natur aufspüren und nähren.  
Gemeinschaft erleben und als Familien gemein-  
sam bei Ausflügen, Unternehmungen, Wande-  
rungen freie Zeit genießen.

bildungsseminar

15

nr.

Zeit: **28. - 31. Juli 2019**  
Leitung: **Kathrin Hauser** | *Dipl. Rel. Päd. (FH)*  
**Michaela Wein** | *Dipl. Soz. Päd. (FH)*  
*Familientherapeutin*

Zielgruppe: **Alleinerziehende  
mit ihren Kindern**

Erwachsene		120,-- €
Kinder	13 - 17	95,-- €
Kinder	3 - 12	70,-- €
Kinder	unter 3	40,-- €





# Treffpunkte für Alleinerziehende

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

*Cham | Erna Steiner, 09971. 3 04 33  
Maria Hartwich, 09971. 7 69 37 37*

*Schierling | Sylvia Rathay, 09451. 35 03*

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



# Treffpunktgruppe für verwitwete Eltern

Wir - das sind Frauen und Männer, die ihre Partner durch den Tod verloren haben und nun alleine mit Kind / Kindern das Leben weiterführen müssen.

Durch gemeinsame Gespräche versuchen wir uns gegenseitig in unserer schwierigen Lebenssituation zu helfen, um diese traumatische Erfahrung zu verarbeiten.

Außerdem wollen wir eine Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche bieten, wo sie sich - ohne Eltern - treffen können. Allein das Wissen, dass auch andere Kinder dieses Schicksal teilen, kann schon sehr tröstlich sein.

Kontakt: *Alexandra Rohm 0941. 4 92 92*  
*Anja Kröninger 0941. 26 09 29 90*

*Infos und Termine sind auch auf der Homepage zu erfahren:*

*[www.vmk-rgb.de](http://www.vmk-rgb.de)*

# 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](mailto:eheberatung@bistum-regensburg.de)

[www.eheberatung-regensburg.de](http://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

### Anmeldung

Zu allen Veranstaltungen ist unbedingt eine verbindliche schriftliche Anmeldung erforderlich (auch über [www.alleinerziehende-regensburg.de](http://www.alleinerziehende-regensburg.de) möglich). Bitte melden Sie sich so früh wie möglich an! Für unsere Planungen sind rechtzeitige Anmeldungen wichtig. Die Teilnahmezahl ist begrenzt. Beachten Sie bitte, dass wir nicht nur die Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen berücksichtigen können. Neue Interessierte haben in der Regel Vorrang.

Anmeldebestätigungen werden in der Regel etwa 3 Wochen vor Beginn der Veranstaltung verschickt. Sollten Sie kurzfristig absagen (Frist wird in der Anmeldebestätigung genannt), so müssen wir Ausfallgebühren berechnen.

Bei Nicht-Teilnahme am Kurs ohne vorherige Abmeldung werden die gesamten Kursgebühren in Rechnung gestellt.

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass jeweils nur die angesprochene Zielgruppe teilnehmen kann.

### 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.

**Ab 2017 ist es 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](http://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 herausuchen, denn Sie haben sie ja schon bei Antragsstellung mitgeschickt. Jede Teilnehmerin erhält den ihr zustehenden Zuschuss direkt auf das eigene Konto überwiesen.

Bei Familienerholung in Familienbildungsstätten (Ferienfreizeit) erhält jede teilnehmende Familie für jedes berücksichtigungsfähige Kind und jeden berücksichtigungsfähigen Erwachsenen € 15,- / Tag. Wenn Sie über der oben angegebenen Einkommensgrenze sind, können wir gerne in Ihrer Pfarrei um einen persönlichen Zuschuss für Sie und Ihre Familie nachfragen. Den Link hierzu finden Sie auch unter der Rubrik Eltern/Förderprogramme auf der Homepage [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

### Weitere Informationen

Das Büro der Fachstelle ist nicht ganztägig besetzt. Gegebenenfalls meldet sich der Anrufbeantworter, um Ihre Anliegen aufzuzeichnen. Eine gute Möglichkeit mit uns Kontakt auf zu nehmen ist per Email:

[frauenseelsorge@bistum-regensburg.de](mailto:frauenseelsorge@bistum-regensburg.de).

Weitere Informationen zu unseren Veranstaltungen und die Möglichkeit, sich zu unseren Kursen anzumelden, finden Sie auch auf unserer Homepage [www.alleinerziehende-regensburg.de](http://www.alleinerziehende-regensburg.de)

Wir setzen die Bereitschaft voraus, an der gesamten Kurszeit teilzunehmen, zum eigenen Wohl und dem der Gruppe. Die Unterbringung bei den Seminaren erfolgt im Zimmer mit Ihren Kindern zusammen.

Dringend bitten wir Sie, die Kurskosten vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung zu überweisen!

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

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

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.