

■ Treffpunkte für Alleinerziehende

Gymnastik für den Rücken

Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl

Sonntagsbrunch
im Advent

Gesprächsgruppen

- für Alleinerziehende

- für Patchworkfamilien

- für Mütter/Väter von Teenagern

Beratung

Vermittlung von „Patenschaften“



Treffpunkt Alleinerziehende

Familien-Bildung plus Mehrgenerationenhaus

Liebe alleinerziehende Frauen und Männer, liebe Patchworkfamilien!

Hier finden Sie als festen Bestandteil dieses Programmhefts unsere speziellen Angebote für Alleinerziehende und Patchworkfamilien. Willkommen sind alle Frauen und Männer, die ihre Kinder überwiegend allein versorgen, egal ob

- Sie unverheiratet, getrennt lebend,
- geschieden, verwitwet sind
- Sie in einer neuen Partnerschaft leben oder
- eine neu zusammengesetzte Familie gründen,
- Ihre Kinder im Babyalter oder in der Pubertät sind,
- Sie eine Beziehung zu Kirche und Religion haben
- Sie einfach auftanken wollen und neue Perspektiven suchen.

Sie sind herzlich eingeladen, bei uns mitzumachen. Für Wünsche und Anregungen sind wir offen!

Unsere Veranstaltungen für Alleinerziehende finden in den Räumen in St. Georgen 1 statt. Dort gibt es auch für die Kinderbetreuung ein speziell eingerichtetes Zimmer.



Treffen der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen (v.l.n.r.):

Mechthild Wagner, Franziska Opel, Walter Fischer, Silvia Wallström, Margit Schumann-Zaus, Gustav Sauer, Monika Painter, Dagmar Mehnert, Petra Kraus, Margit Rehner, Matthias Mäder, Renate Ströhlein

Treffpunkt Alleinerziehende

Familien-Bildung plus Mehrgenerationenhaus

TREFFPUNKTE

mit kostenloser Kinderbetreuung

Anmeldung erbeten, Tel. 0921/1504464 oder 62993

AE012 **Gymnastik für den Rücken**

im Rahmen des Sportförderprojektes „BIG“

Viele Menschen leiden unter Rückenschmerzen durch Bewegungsmangel oder einseitige körperliche Beanspruchung. Rückengymnastik hilft, sich fit und gesund zu halten. In diesem Kurs wird die gesamte Rücken- und Bauchmuskulatur gedehnt und gekräftigt. Spezielle Entspannungsübungen runden den Abend ab.

Der Kurs wird im Rahmen des Sportförderprojektes „BIG“ (Bewegung als Investition in die Gesundheit) vom Amt für Integration und soziale Projekte der Stadt Bayreuth angeboten. Information und Anmeldung bei:

Amt für Integration und soziale Projekte: Tel. 0921/251121

e-mail: alexandra.wolf@stadt.bayreuth.de

Referent/in	Heidi Rank, Übungsleiterin		
Ort	Löhehaus, Bismarckstr. 3		
Termin	Mi. 21.09. - 30.11. (nicht 2.11.)		
Gebühr	10,00 €		
Zeit	19.00 –20.00 Uhr	Treffen	10 x 1 Std.

AE013 **Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl**

Psychologisches Wissen und Erfahrungsaustausch

„Selbstbewusstes Auftreten“ ist zu einer Standardformulierung für berufliche Anforderungen geworden. Und auch im Privatleben, gerade in der Situation als Alleinerziehende, wünschen wir uns ein „gesundes Selbstbewusstsein“.

Was heißt Selbstbewusstsein konkret für mich, für mein persönliches und berufliches Umfeld? Ist es dasselbe wie Selbstwertgefühl? Kann ich sowohl selbstbewusst als auch selbstkritisch sein? Was wünsche ich mir eigentlich für mich selbst?

Der Referent möchte mit Ihnen gemeinsam diesen Fragen nachgehen und Ihnen dazu Anregungen zum Nach-Denken und Nach-Spüren geben.

Referent/in	Hanns-Karl Purucker, Diplom-Psychologe	Termin	Sa. 22.10.
Ort	St. Georgen 1	Zeit	15.30 –17.30 Uhr
Treffen	1 x 2 Std.	Gebühr	4,00 €

Treffpunkt Alleinerziehende

Familien-Bildung plus Mehrgenerationenhaus

AE014 **Sonntagsbrunch im Advent**

Gemeinsames Frühstück und Gedankenaustausch zur Advents- u. Weihnachtszeit

Alle, die am Sonntag gemütlich mit anderen alleinerziehenden Müttern und Vätern frühstücken, reden und lachen wollen, sind herzlich zum Sonntagsbrunch eingeladen.

Für die kleinen Gäste gibt es eine Kinderspielecke.

Anmeldung bitte bis 01.12.11

Referent/in Christine Deinzer, Karen Herrmann
Ort Treffpunkt, St. Georgen 1
Termin So, 04.12.
Gebühr 2,50 € für Erwachsene, 1,50 € für Kinder
Zeit 10.30 – 13.00 Uhr **Treffen** 1 x 2,5 Std.

AE015 **Patchworkfamilie – Familienleben neu stricken**

Gesprächsgruppe für Alleinerziehende in neuen Lebensgemeinschaften

So schön es ist, nach einer Trennung eine neue Liebe zu finden – das Zusammenleben als Patchworkfamilie ist nicht einfach. Es lauern Loyalitätskonflikte und Enttäuschungen. Meist ist einer dabei, der Angst hat, durchs Netz zu fallen.

Damit aus dem „Flickwerk“ ein harmonisches Ganzes wird, muss jeder seinen Platz darin finden, Neues wie auch Altes.

Auf der Suche nach individuellen Wegen und Lösungen trifft sich eine Gruppe von Interessierten zum Erfahrungsaustausch.

Referent/in Ute Semmelmann, Diplom Sozialpädagogin
Ort Treffpunkt, St. Georgen 1 **Termin** Di. 20.09./08.11.
Gebühr ohne **Zeit** 19.00 – 20.30 Uhr
Treffen 2 x 1,5 Std.

Gesprächsgruppen für Alleinerziehende

Einmal im Monat treffen wir uns zum intensiven Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Die Abende sind thematisch geleitet, die Themen richten sich nach den Wünschen der Teilnehmer/innen. Während der Gesprächsgruppe werden die Kinder von kompetenten Betreuerinnen beschäftigt. Infos und Anmeldung unter Tel. 0921/1504464

AE016 **Gesprächsgruppe am Donnerstag**

Erfahrungsaustausch und Information

Referent/in Ute Semmelmann
Ort Treffpunkt, St. Georgen 1
Termin Do, 22.09./13.10./24.11./15.12.
Gebühr ohne **Zeit** 16.15 – 18.15 Uhr
Treffen 4 x 2 Std.

Treffpunkt Alleinerziehende

Familien-Bildung plus Mehrgenerationenhaus

Gesprächsgruppen für Alleinerziehende

Einmal im Monat treffen wir uns zum intensiven Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Die Abende sind thematisch geleitet, die Themen richten sich nach den Wünschen der Teilnehmer/innen. Während der Gesprächsgruppe werden die Kinder von kompetenten Betreuerinnen beschäftigt. Infos und Anmeldung unter Tel. 0921/1504464

AE017 Gesprächsgruppe am Freitag

Erfahrungsaustausch und Information

Referent/in Heidrun Schmolke
Ort Treffpunkt, St. Georgen 1
Termin Fr, 16.09./21.10./18.11./09.12.
Gebühr ohne **Zeit** 17.00 – 19.00 Uhr **Treffen** 4 x 2 Std.

AE018 Gesprächsgruppe am Freitag

Erfahrungsaustausch und Information

Referent/in Monika Painter
Ort Treffpunkt, St. Georgen 1
Termin Fr, 21.10./18.11./09.12.
Gebühr ohne **Zeit** 17.00 – 19.00 Uhr **Treffen** 3 x 2 Std.

C070 Offene Gesprächsgruppe für Eltern von Teenagern

Mütter und Väter in der Pubertät

Die Pubertät gilt als eine der schwierigsten Entwicklungs- und Erziehungsphasen. Es ist nicht selten die Zeit für Zoff und Ärger in der Familie. Mütter und Väter sind in dieser Zeit von den Herausforderungen sehr gefordert. Andererseits wächst für sie der persönliche Freiraum. Wir laden ein zu einem Gesprächskreis in lockerer Atmosphäre für betroffene Mütter und Väter. Probleme können – aus einem anderen Blickwinkel und in einer Gruppe Gleichgesinnter betrachtet – kleiner erscheinen. Auch der Humor soll nicht zu kurz kommen.

Referent/in Petra Kraus, Renate Ströhlein, Jürgen Hiller
Ort Treffpunkt, St. Georgen 1 **Termin** Di, 11.10./29.11.
Gebühr ohne
Zeit 19.30 – 21.30 Uhr **Treffen** 2 x 2 Std.

Freizeit-Treffs

Über unser Angebot hinaus treffen sich

Interessierte für Tanzen, Theater und Ausgehen

Genauere Infos gibt Gustl Sauer, Tel: 0179/68 48 808
oder 0921/788 58 34 (bitte Vorwahl immer mitwählen)

Ich habe ein Problem – Wer kann helfen?

Beratungsangebot - Telefon: 0921/15 04 464

Im Zusammenhang mit Trennung, Scheidung, allein erziehen und dem Leben in einer neuen Beziehung gibt es viele Fragen und Problematiken. Nicht selten wird die Situation als Krise erlebt. Mit unserer Mitarbeiterin, Frau Ute Semmelmann, können Sie zu Ihrer Unterstützung ein bis zwei Beratungstermine vereinbaren.



- Sie hat eine entsprechende Ausbildung und gibt Ihnen gern Hinweise, wo sie intensivere Unterstützung bekommen können.
- **Das Beratungsangebot ist kostenlos und vertraulich.**

Wir vermitteln und begleiten „Patenschaften“ für Alleinerziehende

Bei der Vermittlung von „Patenschaften“ für Alleinerziehende arbeiten wir eng zusammen mit dem Verein **LAVENIR e.V.** aus Bayreuth.

LAVENIR e.V. unterstützt Alleinerziehende, indem der Verein für die betroffenen Familien Paten sucht. Diese Paten sollen einen Tanten- oder Oma-Ersatz darstellen. Sie unternehmen etwas mit den Kindern, beraten die Mutter oder sind einfach nur da als Ansprechpartner bei Hausaufgaben oder Babysitting. Als Richtwert gelten rund sechs Stunden pro Monat, die der Familie einer allein Erziehenden geschenkt werden. Alle Aktivitäten der Paten mit der Familie werden von LAVENIR e.V. bezahlt.

Der Verein LAVENIR e.V. wird durch die Mitgliedsbeiträge der Vereinsmitglieder und durch Spenden finanziert.

- **Interessierte Alleinerziehende melden sich bitte bei:**
Ute Semmelmann, Tel. 0921/1504464