

# Treffpunkte für Alleinerziehende

Allein erziehen –  
eine große Herausforderung!  
Wir unterstützen Sie mit vielfältigen  
Angeboten und Beratung.

## **Liebe alleinerziehende Frauen und Männer, liebe Patchworkfamilien!**

Hier finden Sie 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 oder
- Sie einfach auftanken wollen und neue Perspektiven suchen.

**Es tut gut, andere Mütter und Väter in ähnlicher Situation kennenzulernen und sich auszutauschen.**

### **Neues Angebot:**

Ab März findet im Storchenhaus einmal im Monat am Freitagnachmittag ein offenes Angebot mit thematischer Einheit und anschließenden offenem Austausch statt... und das Ganze immer mit paralleler Kinderbetreuung bzw. einem Kinderangebot.

**Sie sind herzlich willkommen!**



Treffpunkt für Alleinerziehende, St. Georgen 1, Bayreuth

## Juristische Infos und Unterschiede Frau/Mann

**AE001 Was kommt nach der Trennung?**

Juristische Informationen und Gespräch

Trennung/Scheidung, was nun! Ehen werden geschieden, Partner nichtehelicher Lebensgemeinschaften trennen sich ... Kinder sind betroffen! Es gilt nicht nur die persönliche Krise zu bewältigen, sondern insbesondere die Trennungsfolgen so zu regeln, dass nicht alles zerstört wird, was einmal von Bedeutung war. Die Klärung finanzieller Fragen (z. B. Unterhalt, Vermögen, u.a.) ist ebenso dringend, wie Regelungen zum Umgang, der elterliche Sorge, also alles rund ums Kind, ebenso die zukünftige Wohnsituation und v.m. Die wichtigsten Fragen hierzu werden an diesem Nachmittag Thema sein. Auch die Mediation, als ein Verfahren zur Beilegung offener Konflikte, wird als Möglichkeit, um faire Vereinbarungen nach einer Trennung zu entwickeln, erläutert. Mit Kinderbetreuung! – Anmeldung dafür erforderlich

<b>Referentin</b>	Susanne Brückl-Betz Fachanwältin für Familienrecht, Mediatorin Storchenhaus, Ludwigstr. 29, EG		
<b>Ort</b>	Sa, 20.01.		
<b>Termin</b>	<b>Gebühr</b>	ohne	
<b>Zeit</b>	15.00 – 17.00 Uhr	<b>Treffen</b>	1 x 2 Std.



Susanne Brückl-Betz,  
Fachanwältin für Familienrecht

**C026 Frauen sind anders, Männer auch!??**

Themengespräch

Wir wollen uns aus verschiedenen Blickwinkeln mit den Unterschieden von Frauen und Männern beschäftigen. Oder sind die Geschlechter letztendlich gar nicht so verschieden? Welchen Einfluss haben unterschiedliche Sprache, unterschiedliche Betrachtungen, Wertigkeiten und wie beeinflussen Rollenbilder?

Wir wollen das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten und Möglichkeiten finden, nach eigenen Wünschen gut zu leben.

<b>Referent</b>	Matthias Mäder, Heilpraktiker für Psychotherapie, ganzheitlich systemischer Coach		
<b>Ort</b>	Treffpunkt St. Georgen, St. Georgen 1		
<b>Termin</b>	<b>Gebühr</b>	ohne	
<b>Zeit</b>	19.30 - 21.30 Uhr	<b>Treffen</b>	1 x ca. 2 Std.

## Patchworkfamilien – Pilates

**AE002 Gesprächsgruppe für Patchworkfamilien**

Informationen und Gespräch

So schön es ist, nach einer Trennung eine neue Liebe zu finden - eine Patchworkfamilie ist eine ständige Herausforderung und erfordert viel Kraft und Engagement.

Wie wird man den verschiedenen Rollen (z.B. als Mutter/Vater, Stiefmutter/Stiefvater, Partner:in, Ex-Frau/Ex-Mann) gerecht? Was brauchen Kinder, um sich wohl und geborgen zu fühlen? Wie kann man Kränkungen, Streitigkeiten und Eifersucht begegnen?

Auf der Suche nach individuellen Wegen und Lösungen trifft sich eine Gruppe von Interessierten einmal pro Monat zum Erfahrungsaustausch. Bei dem ersten Treffen im Januar werden die weiteren Termine gemeinsam vereinbart.

**Einstieg jederzeit möglich, Anmeldung erforderlich!**

<b>Leitung</b>	Sophia Hirth		
<b>Ort</b>	Treffpunkt, St. Georgen 1		
<b>Termin</b>	Do, 25.01., danach 1x pro Monat		
<b>Gebühr</b>	ohne		
<b>Zeit</b>	19.00 – 21.00 Uhr	<b>Treffen</b>	1 x 2 Std.

**Pilates am Vormittag**

Im Rahmen des Sportförderprojektes „BIG“

Pilates stärkt und entspannt durch Atmung und Bewegung. Pilates ist ein systematische Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur und zeichnet sich durch langsame, fließende und kontrollierte Bewegungen aus.

Der Kurs (ohne Kinderbetreuung) wird im Rahmen des Sportförderprojektes „BIG“ vom Amt für Integration und soziale Projekte der Stadt Bayreuth angeboten.

Anmeldung beim Amt für Kinder, Jugend, Familie und Integration: Tel. 0921 251121 oder

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

**AE003 Pilates am Vormittag**

Im Rahmen des Sportförderprojektes „BIG“

<b>Referentin</b>	Inge Butler		
<b>Ort</b>	Kommunales Jugendzentrum, Hindenburgstr. 47		
<b>Termin</b>	Di, 23.01. – 19.03.	<b>Gebühr</b>	8,00 €
<b>Zeit</b>	9.00 – 10.00 Uhr	<b>Treffen</b>	8 x 1 Std.

**AE004 Pilates am Vormittag**

Im Rahmen des Sportförderprojektes „BIG“

<b>Referentin</b>	Inge Butler		
<b>Ort</b>	Kommunales Jugendzentrum, Hindenburgstr. 47		
<b>Termin</b>	Di, 16.04. – 16.07.	<b>Gebühr</b>	12,00 €
<b>Zeit</b>	9.00 – 10.00 Uhr	<b>Treffen</b>	12 x 1 Std.

## Gesprächsgruppen für Alleinerziehende

**Gesprächsgruppen für Alleinerziehende**

Einmal im Monat laden wir zum intensiven Austausch, zur gegenseitigen Unterstützung und fachlichen Information ein. Die Gesprächsthemen richten sich nach den Wünschen der Teilnehmer:innen. Unter fachlicher Leitung wird über Themen wie Kindererziehung, Kinderbetreuung, unflexible Arbeitszeiten, Zeitmangel oder Umgangsregelungen informiert und anschließend diskutiert. Während der Gesprächsgruppe werden die Kinder von kompetenten Betreuerinnen beschäftigt.

**Infos und Anmeldung Tel. 0921 6080098-0 oder -23**

**AE005 Gesprächsgruppe am Mittwoch**

Erfahrungsaustausch und Information für Alleinerziehende

Referentin	Anne Seidel		
Ort	Treffpunkt St. Georgen, St. Georgen 1		
Termin	Mi, 17.01./21.02./13.03./10.04./08.05./12.06./10.07.		
Gebühr	ohne		
Zeit	16.30 -18.30 Uhr	Termin	7 x 2 Std.

**AE006 Gesprächsgruppe am Donnerstag**

Erfahrungsaustausch und Information für Alleinerziehende

Referentin	Anne Seidel und Roxana Otto		
Ort	Treffpunkt St. Georgen, St. Georgen 1		
Termin	Do, 25.01./29.02./21.03./25.04./16.05./20.06./18.07.		
Gebühr	ohne		
Zeit	16.30 – 18.30 Uhr	Termin	7 x 2 Std.

**AE007 Gesprächsgruppe am Freitag**

Erfahrungsaustausch und Information für Alleinerziehende

Referent/in	Ilona Ordnung, Petra Bogner		
Ort	Treffpunkt St. Georgen, St. Georgen 1		
Termin	Fr, 19.01./23.02./22.03./19.04./17.05./21.06./19.07.		
Gebühr	ohne		
Zeit	18.30 – 20.30 Uhr	Termin	7 x 2 Std.



Für die einzelnen Termine der Gesprächsgruppen bitten wir jeweils um Voranmeldung unter Tel. 0921 60 800 98-23

## Schnupperyoga und Clever Einkaufen

### Offene Themennachmittage am Freitag einmal im Monat für Alleinerziehende und ihre Kinder

Die erste Hälfte gehört einem Thema, einer Aktion, methodisch sehr unterschiedlich je nach Anlass. Im zweiten Teil geht es um einen lockeren Austausch bei Kaffee und Kuchen. Während der thematischen Einheit werden die Kinder von kompetenten Betreuerinnen beschäftigt und es findet ein jahreszeitlich angepasstes Angebot, kreativ und spielerisch, statt.

**Anmeldung zu den einzelnen Terminen erforderlich!**

#### AE008 Kleine Auszeit – Schnupper-Yogastunde

Entspannung und Austausch für Alleinerziehende

„Der Mensch ist nicht für den Yoga da, sondern der Yoga für den Menschen.“ Es kommt nicht darauf an, die Körperübungen perfekt auszuführen, sondern die eigenen Möglichkeiten kennen zu lernen und anzunehmen. Die Verbindung von Körperübungen und Atmung zentrieren den Geist und führen zu mehr Ruhe und Gelassenheit.

**Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, großes Handtuch**

Gönnen Sie sich diese Auszeit, während Ihr Kind in einem parallelen kreativen Kinderangebot betreut wird.

Nach der Yoga-Einheit soll noch genügend Zeit für einen ungezwungenen Austausch unter Gleichgesinnten sein.

Referentinnen	Martina Schmittroth, Yogalehrerin und Anne Seidel		
Ort	Storchenhaus, Ludwigstr. 29, EG		
Termin	Fr., 15.03.	Gebühr	ohne
Zeit	15.30 – ca.17.30 Uhr	Termin	1 x 2 Std.

#### AE009 Wie kann ich clever beim Einkaufen sparen

Sinnvoll Sparen und Austausch für Alleinerziehende

Alles wird ständig teurer. Mehr Geld für Nudeln, Obst und Gemüse kosten im Schnitt ebenfalls mehr als noch vor einem Jahr. Die Lebensmittelpreise sind deutlich in die Höhe geschossen. Was tun? Mit diesem Vortrag wollen wir helfen, Ihre Haushaltskasse zu entlasten.

Nach dem Vortrag soll noch genügend Zeit sein in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Alleinerziehenden ins Gespräch zu kommen.

Parallel zu dem Vortrag findet ein kreatives Angebot für Ihre Kinder statt zum Thema „Upcycling“ statt.

Referentinnen	Karin Sommerer, Hauswirtschafterin und Anne Seidel		
Ort	Storchenhaus, Ludwigstr. 29, EG		
Termin	Fr, 12.04.	Gebühr	ohne
Zeit	15.30 – ca.17.30 Uhr	Termin	1 x 2 Std.

## Malspiel und Effektives Aufräumen

### AE010 Mit Farben experimentieren

Gemeinsames Malen und Austausch für Alleinerziehende

Einfach Malen, was mir in den Sinn kommt, ist das Motto des gemeinsamen Nachmittags. „Ein Malspiel“ – wie bei Arno Stern in Paris im Malort. Ohne Erfolgsdruck und nach Lust und Laune mit Farben experimentieren. Gemeinsam mit Ihrem Kind zu malen und dabei Spaß zu haben, darum geht es an diesem Nachmittag.

Nach dem gemeinsamen Malen mit ihrem Kind soll noch genügend Zeit sein, bei Kaffee, Tee, Kakao und Kuchen in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Alleinerziehenden ins Gespräch zu kommen.

<b>Referentinnen</b>	Petra Bogner und Anne Seidel		
<b>Ort</b>	Storchenhaus, Ludwigstr. 29 EG und Malort		
<b>Termin</b>	Fr., 03.05.	<b>Gebühr</b>	ohne
<b>Zeit</b>	15.30 – ca.17.30 Uhr	<b>Termin</b>	1 x 2 Std.

### AE011 Aufräumen – so geht´s schnell und einfach

Effektives Aufräumen und Austausch für Alleinerziehende

**Richtig aufräumen** – wie soll das gehen? Wäre ja schön, wenn gelegentlich eine kleine Fee vorbeihuscht, der gerade ein bisschen langweilig ist. Simsalabim! Die Unordnung in der Wohnung bzw. im Haushalt ist im Nu in blitzblanke Ordnung verwandelt. Aber es bleibt uns nichts anderes übrig, als selbst ein bisschen zu zaubern. In dem Vortrag erfahren Sie einfache Tipps und Tricks wie Aufräumen leichter wird und Zeit spart.

Nach dem Vortrag soll noch genügend Zeit sein, bei Kaffee, Tee, Kakao und Kuchen in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Alleinerziehenden ins Gespräch zu kommen.

Parallel zu dem Vortrag findet ein kreatives, spielerisches Angebot für Ihre Kinder passend zum Thema „Aufräumen“ statt.

<b>Referentinnen</b>	Karin Sommerer, Hauswirtschafterin und Anne Seidel		
<b>Ort</b>	Storchenhaus, Ludwigstr. 29 EG		
<b>Termin</b>	Fr., 07.06.	<b>Gebühr</b>	ohne
<b>Zeit</b>	15.30 – ca.17.30 Uhr	<b>Termin</b>	1 x 2 Std.

Infos und Anmeldung Tel. 0921 6080098-00  
Anmeldung mit Altersangabe des Kindes  
unbedingt erforderlich!

## Schlafberatung und Feinfühligkeit mit Tina Barthelme, Dipl. Sozialpädagogin, Kleinkindberaterin

„Mama und Papa dürfen bei mir im großen Bett schlafen!“  
Müssen Kinder im eigenen Bett schlafen? Was kann ich machen, wenn mein Kind nachts immer wieder aufwacht? Wieso will mein Kind beim ins Bett bringen immer auf meinen Arm? Wie bekomme auch ich eine Pause?  
Es wird auch ausreichend Zeit für persönliche Fragen sein.

### C006 „Schlaf, Kindlein schlaf!“

Elterngespräch und fachliche Informationen

Ort	Storchenhaus, Ludwigstr. 29, EG		
Termin	Di, 20.02.	Gebühr	ohne
Zeit	19.30 Uhr	Treffen	1 x ca. 2 Std.



Tina Barthelme

In KOOP mit dem ifp

Staatsinstitut für  
Frühpädagogik und Medienkompetenz



## Feinfühligkeit mit meinem Kind

Elterngespräch und fachliche Informationen

Eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind ist die wichtigste Voraussetzung, um Kinder in ihrer Entwicklung zu unterstützen. Hierfür ist es wichtig, die emotionalen Grundbedürfnisse von Kindern zu kennen und so gut wie möglich zu erfüllen. Was sind die emotionalen Grundbedürfnisse und warum ist ein feinfühligkeit damit so wichtig? Wie kann man Kinder im Umgang mit ihren Gefühlen unterstützen? Warum sind Grenzen für die Entwicklung wichtig? Wie kann man Grenzen setzen, ohne die Beziehung zum Kind zu gefährden? Welche Folgen hat ein Mangel an Feinfühligkeit für die Entwicklung des Kindes?

Diese und weitere Themen werden uns an dem Abend beschäftigen. Nachfragen und Fallbeispiele sind willkommen.

### C007 Feinfühligkeit mit meinem Kind

Elterngespräch und fachliche Informationen

Ort	Storchenhaus, Ludwigstr. 29, EG		
Termin	Di, 05.03.	Gebühr	ohne
Zeit	19.30 Uhr	Treffen	1 x 2 Std.

### C008 Feinfühligkeit mit meinem Kind

Elterngespräch und fachliche Informationen

Ort	Storchenhaus, Ludwigstr. 29, EG		
Termin	Mi, 08.05.	Gebühr	ohne
Zeit	19.30 Uhr	Treffen	1 x 2 Std.





Wunschoma/-opa für Alleinerziehende gesucht!

### Wir vermitteln „Wunschgroßeltern“ für Alleinerziehende

Alleinerziehende stehen vielen Herausforderungen gegenüber. Immer für alles zuständig sein, alles alleine koordinieren – das ist eine Riesenleistung und führt oft zu permanenter Anspannung. Gönnen Sie sich eine Unterstützung! Wir vermitteln „Wunschgroßeltern/Patenschaften“ in Zusammenarbeit mit dem Verein LAVENIR e.V. aus Bayreuth.

LAVENIR e.V. unterstützt Alleinerziehende, indem er für die betroffenen Familien Pat:innen sucht. Diese Pat:innen sollen einen Großeltern-Ersatz darstellen. Sie unternehmen etwas mit den Kindern, beraten die Mutter/den Vater oder sind einfach nur da als Ansprechpartner bei Hausaufgaben oder zum Babysitting.

- **Interessierte Alleinerziehende melden sich bei: Anne Seidel, Evang- Familienbildungsstätte unter der Tel. 0921 6080098-23**

**Beratung für Alleinerziehende****Ich habe ein Problem – Wer kann helfen?**

Im Zusammenhang mit der Situation als Alleinerziehender Elternteil gibt es oft viele Fragen, die auch schon vor einer Trennung bzw. Scheidung auftreten. Die Themen reichen von finanziellen Sorgen, über Betreuungsfragen bis hin zu Umgangsregelungen. Wir bieten die Möglichkeit einer allgemeinen Beratung.

**Allein zu erziehen**, muss nicht bedeuten mit allen Fragen und Problemen ganz **allein zu sein**.

Sie können gerne per E-Mail oder Telefon einen **Gesprächstermin** vereinbaren und zu einem vertraulichen Gespräch vorbeikommen. Sie erhalten **Hilfestellungen** und wir klären im Gespräch die nächsten anstehenden **Schritte**.

**Das Beratungsangebot ist kostenlos und vertraulich!**

**■ Kontakt - Beratung für Alleinerziehende:**

Anne Seidel  
Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
Büro: Ludwigstr. 29  
Tel. 0921 6080098-23  
E-Mail: [anne.seidel@elkb.de](mailto:anne.seidel@elkb.de)

**Weitere Beratungsstellen für Alleinerziehende:**

- Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen der Diakonie  
Tel. 0921 785177-20
- Psychologischen Beratungsstelle der Diakonie  
Tel. 0921 785177-10
- KASA – Kirchliche Allgemeine SozialArbeit  
Kurberatung etc.  
Tel. 0921 990939-86, -87, -88
- Beratungsstelle der Caritas  
Tel. 0921 78902-0