



BERATUNG & INFORMATION

FAMILIE LEBT IN VIELEN FORMEN

Wir bieten begleitende (Erst-)Beratung und Information zur Klärung und Neuorientierung

- in den schwierigen Phasen vor und nach einer Trennung/Scheidung
- bei spezifischen Fragen und Herausforderungen alleinerziehender Mütter und Väter
- bei der Bewältigung des Alltags mit den Kindern
- bei der Lösungsfindung von Umgangsregelungen
- bei den Herausforderungen in einer Patchwork-Familie
- nach dem Tod eines (Ehe-) Partners (spezielle Trauer-Angebote)

Die Beratung erfolgt lösungsorientiert an der konkreten Situation und ist kostenfrei.

Willkommen sind alle getrennten Eltern, unabhängig davon,

- ob sie getrennt lebend, geschieden oder verwitwet sind
- ob ihre Kinder im Babyalter, in der Pubertät oder fast schon erwachsen sind
- ob das Kind überwiegend bei einem Elternteil lebt oder abwechselnd betreut wird
- ob sie evangelisch, katholisch, andersgläubig oder konfessionslos sind

Bei Bedarf vermitteln wir weitere Unterstützungsangebote aus einem großen Netzwerk in Nürnberg und Umgebung. Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit uns. Wir freuen uns auf die Begegnung und das Gespräch mit Ihnen.

Ihr Team der Evang. Fachstelle Alleinerziehende

Karin Mack

Diplom-Religionspädagogin(FH), Systemische Beraterin

Illa Kuch

Dipl.-Pädagogin, Trauerbegleiterin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie

Doris Fuchs

Sekretariat und Verwaltung

TRENNUNG & SCHEIDUNG

FR, 3. MAI RUND UM TRENNUNG UND SCHEIDUNG

ODER

FR, 8. NOV

Rechtliche Informationen

mit Silvia Schöttner, Fachanwältin für Familienrecht

16:00 - 19:00 Uhr

Kosten: 25 - 20 € (nach Selbsteinschätzung)

SA, 11. MAI

ODER

SA, 23. NOV

TRENNUNG – JA! NEIN! VIELLEICHT?

Seminar-Tag mit weiteren Informationen,

Austausch mit dem Blick auf die persönliche Situation und die der Kinder.

10:00 - 16:00 Uhr

Karin Mack, Sibylle Epelein-Bieber

Kosten: 40 bis 25 € (nach Selbsteinschätzung)

inkl. Kinderbetreuung

MEDIATION

Das strukturierte Verfahren der Mediation dient der Klärung und Regelung unterschiedlichster Konflikte. Es eignet sich u.a. sehr gut für die ergebnisorientierte Erarbeitung von Vereinbarungen für Umgangsregelungen für die Kinder. Wir bieten Mediation bei Beteiligung an den Kosten an. Bitte sprechen Sie uns an.

GRUPPEN & GESPRÄCHE

MONTAGS*

VATER AUF ZEIT

Angebot für Väter nach Trennungen

einmal monatlich

jeweils von 19:00 - 21:00 Uhr

Bernhard Köppel

Kosten: 5 €

FREITAGS*

MEIN KIND LEBT BEIM VATER

Gespräche für Mütter nach einer Trennung

ca. einmal monatlich

jeweils von 19:00 - 21:00 Uhr

Karin Mack, Dorothea Jüngst

Kosten: 5 €

SA, 21. SEPT -
SO, 22. SEPT

DEM LEBEN AUF DER SPUR

2 Tage Pilgern für Mütter und Väter, deren

Kinder nicht bei ihnen leben, auf dem

Jakobsweg von Osten her Richtung Nürnberg.

Dorothea Jüngst, Bernhard Köppel, Karin Mack,

Kosten: ca. 55 bis 70 €

zzgl. Fahrtkosten (VGN-Ticket) und Verpflegung

* Aktuelle Termine finden Sie auf unserer Homepage:

www.alleinerziehende-nuernberg.de

eckstein-TREFF

Wir bieten einen ehrenamtlich geleiteten Treffpunkt als unkomplizierte Austausch- und Kontaktmöglichkeit an. Die Gespräche in netter Bistro-Atmosphäre tun gut und erweitern das eigene Netzwerk.

FREITAGS*

HALLO, WIE GEHT'S!?

jeden letzten Freitag im Monat, außer im Dezember

18:00 - 21:00 Uhr

Im „Zeitlos“ im eckstein

mit Kinderbetreuung

SAMSTAGSBRUNCH

Samstagsbrunch heißt bei uns: 3 Stunden gute Zeit für mich.

Die erste Hälfte gehört dem Thema, methodisch sehr unterschiedlich, je nach Anlass. Im 2. Teil erwartet Sie ein leichter

Mittagsbrunch mit Zeit für weitere Gespräche. Die Kinder

kommen aus der Kinderbetreuung zum Essen dazu.

Kosten jeweils: 10 - 12 € (aufgrund einer Spende so günstig)

SA, 16. FEB

TROTZEN, TOBEN, TRAUIG SEIN – WIE KINDER LERNEN MIT IHREN GEFÜHLEN UMZUGEHEN

10:00 - 13:00 Uhr

Corinna Uhlmann, Karin Mack

SA, 13. APR

RHYTHMUS ERLEBEN

Samstagsbrunch mit Trommeln,

Stimme und Bewegung

10:00 - 13:00 Uhr

Eva Frey, Karin Mack

SA, 19. OKT

WUT UND ÄRGER ALS KRAFTQUELLE ENTDECKEN

Samstagsbrunch zum Umgang mit

wichtigen Gefühlen

10:00 - 13:00 Uhr

Eva Neuner, Karin Mack

SA, 7. DEZ

„DENN ER HAT SEINEN ENGELN BEFOHLEN, DICH ZU BEHÜTEN...“

Samstagsbrunch zum Innehalten im Advent

10:00 - 13:00 Uhr

Cornelia Wenzel, Karin Mack

KONTAKT & ANMELDUNG

Alle sind herzlich willkommen! Melden Sie sich bitte für alle Veranstaltungen an – telefonisch, per E-Mail oder online.

Evangelische Fachstelle Alleinerziehende
Nürnberg und Nordbayern
Haus *eckstein*
Burgstraße 1 - 3
90403 Nürnberg
Telefon: 0911 - 214 2102
E-Mail: info@alleinerziehende-nuernberg.de

HINWEISE

Soweit kein anderer Ort angegeben ist, finden alle Veranstaltungen im *eckstein*, dem Haus der Evangelisch-Lutherischen Kirche, Burgstraße 1-3 in Nürnberg statt.

Zu fast allen unserer Veranstaltungen bieten wir eine kostenlose Kinderbetreuung an. Bitte mindestens 5 Tage vorher anmelden.

Ermäßigungen sind bei den Kosten der verschiedenen Veranstaltungen möglich! Sprechen Sie uns darauf an.

Weitere Informationen und die Online-Anmeldung finden Sie auf unserer Internetseite:
www.alleinerziehende-nuernberg.de



GEFÜHLE

Gefühle sind so vielseitig wie Farben. Wenn wir sie wahrnehmen und wertschätzen, können sie ihre Kraft in unserem Leben entfalten. Das gilt auch für die (scheinbar) unangenehmen Gefühle. Machen wir uns auf die Suche nach ihrem Wert. Mehr zum Thema „Gefühle“ finden Sie in unserem Samstagbrunch-Angebot.

SA, 23. FEB*

FAMILIENTEAM - DAS MITEINANDER STÄRKEN

Ein bewährter **Elternkurs** in kompakter Form inkl. „Gefühlscoaching“
10:00 - 15:00 Uhr
Sibylle Epelein-Bieber
Kosten: 85 – 20 € (je nach Einkommen unterschiedlich bezuschusst)
* Weitere Termine finden Sie auf unserer Homepage:
www.alleinerziehende-nuernberg.de

FR, 26. APR -
SO, 28. APR

KEINE ANGST VOR GEFÜHLEN

Wochenende im Jugendhaus Knappenberg rund um den Umgang mit unterschiedlichsten Gefühlen.
Karin Mack, Illa Kuch
Kosten:
100 € für Erwachsene, 70 € für Kinder ab 3 J.
+ Anfahrt, Zuschuss kann beantragt werden.

WEITERE VERANSTALTUNGEN

SO, 07. JULI

MIT PFEIL UND BOGEN IM WALD UNTERWEGS

Bogenschießen leicht gemacht – ein **Erlebnistag** mit Kindern von 7 - 17 Jahren in der Nähe von Alfeld (an der A6)
10:00 - 15:30 Uhr
Karin Mack
Kosten: 15 € pro Person + Anfahrt

FR, 27. SEPT

TESTAMENT, ALTERSVORSORGE UND ABSICHERUNG DER KINDER ... NACH TRENNUNG, SCHEIDUNG ODER TOD EINES ELTERnteILS

18:00 - 19:30 Uhr
Uta Rodler-Kahlen, Rechtsanwältin
Kosten: 5 - 8 € (nach Selbsteinschätzung)

HINWEISE AUF KOOPERATIONSPARTNER

FR, 05. APR

WENN GEMEINSAME TRÄUME

FR, 15. NOV

ZERBRECHEN – SCHERBENANDACHT

Für Menschen nach einer zerbrochenen Beziehung
19:30 Uhr
St. Klara-Kirche /Kath. City-Seelsorge Nürnberg
www.st-klara-nuernberg.de

SONNTAGS

CAFÉ AUSZEIT

Treffpunkt mit Frühstück für Alleinerziehende und ihre Kinder in der Evang. Familien-Bildungsstätte Nürnberg
11.00 - 13:00 Uhr
Aktuelle Termine und Themen unter
www.feb-nuernberg.de

EVANG. STADTAKADEMIE NÜRNBERG

im Haus *eckstein*.
Seminare und Angebote, z.B. zu Persönlichkeit und Lebensgestaltung, biografischen Themen oder Orientierung und Sinn.
www.evangelisch-stadtakademie-nuernberg.de

TRAUER

Bitte beachten Sie unsere speziellen Trauerangebote im gesonderten Programm „Verwitwete Mütter und Väter“ oder auf unserer Homepage unter:

www.alleinerziehende-nuernberg.de

ANFAHRT

MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN

U2 oder **U3** vom Hauptbahnhof bis Haltestelle Plärrer, umsteigen in den Bus der Linie 36 bis Haltestelle Burgstraße, die sich direkt schräg gegenüber des *eckstein* befindet.

U1 vom Hauptbahnhof Richtung Fürth bis Haltestelle Lorenzkirche, anschließend zu Fuß über die Fleischbrücke, auf dem Hauptmarkt links vorbei am Schönen Brunnen und den Rathausplatz entlang in Richtung Burg.

MIT DEM AUTO

Wenn Sie vom Plärrer aus kommend auf dem Stadtring fahren, biegen Sie am Hallertor in die Altstadt ein und fahren diese Straße weiter entlang. Sie können Ihr Auto im ausgeschilderten Parkhaus Hauptmarkt, Augustinerstr. 4 abstellen. Die Ein- und Ausfahrt des Parkhauses befindet sich in der Schustergasse.

