

Das Programm richtet sich an getrennte Mütter und Väter.

Wir bieten Raum sich zu begegnen, aufzutanken und neue Perspektiven zu entwickeln.

Wir sind für Sie da! Wenn...

- ...Sie geschieden, getrennt lebend, ledig oder verwitwet sind.
- ...Sie überwiegend allein für Ihre Kinder die tägliche Verantwortung tragen.
- ...Sie sich als getrenntes Elternteil um Ihre Kinder kümmern, paritätisch oder als Wochenendmutter, -vater.
- ...Ihre Kinder ausschließlich beim anderen Elternteil leben.



Wir bieten Ihnen diesen Code zu den Veranstaltungen auf unserer Webseite an.

Unsere Angebote

- Erstberatung**
Sie bekommen Orientierung, Unterstützung und Vermittlung.
- Begegnungen und Freizeitaktivitäten**
Ausflüge, Reisen, Feste u.v.m.
- Seminare/Workshops**
zu Erziehungsthemen, Persönlichkeitsentwicklung und -stabilisierung
- Geschlechtsspezifisches und Erlebnispädagogisches**
- Spirituelles**
- SpielRaum**
Wir stellen einen Raum zur Verfügung, in dem getrennte Eltern mit ihren Kindern ungestört zusammenkommen können.

Evangelisch-Lutherischer
Dekanatsbezirk München

Erläuterungen zu den verwendeten Symbolen

- Diese Veranstaltung wird zusätzlich per Newsletter, Flyer und/oder auf unserer Homepage ausgeschrieben.
- Kinderbetreuung wird angeboten.
- Die Veranstaltung findet in der EFA statt.
- Diese Veranstaltung ist anmeldepflichtig.
- Diese Veranstaltung ist kostenpflichtig.
- Auf dieser Veranstaltung bitten wir um eine Spende.

Informationen und Anmeldung

Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer München und Südbayern (EFA)
Landwehrstraße 15, Rückgebäude, 1. Stock
80336 München
Tel.: 089/53 88 686-15, -16
Fax: 089/53 88 686-11
alleinerziehende.muenchen@elkb.de
www.alleinerziehend-evangelisch.de
V.i.S.d.P.: Diakon Werner-Malte Hahn
CO₂-neutraler Druck by flyeralarm



Halbjahresprogramm

Zeit für MICH - Zeit für UNS

Februar

März

April

Mai

Juni

Juli

August

September

2026

28.02.2026	Feldenkrais zum Kennenlernen und Weitermachen Bei der Feldenkrais-Methode geht es um das SichSelbstFühlen, darum, die Aufmerksamkeit nach innen zu richten, ganz bei sich zu sein und mit sich selbst über den Körper und seine Bewegungen in einen Dialog zu treten. Ein Nachmittag für getrennte Mütter und Väter 14 - 17 Uhr <i>i</i> <i>€</i>	17.04.2026	„Wegen Umbaus geschlossen!“ oder „Pubertät ist, wenn Eltern komisch werden!“ Einmal aus Sicht der Eltern und einmal aus Sicht der Kinder zum Ausdruck gebracht, wie die Zeit der Pubertät erlebt werden kann. Darüber ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen und Inputs zu erhalten, kann sehr hilfreich sein, denn alle machen was durch!!! 17 - 19 Uhr <i>i</i>	11.07.2026	Wanderausflug Einen ganzen Tag verbringen wir im Walderlebniszentrum Grafrath. Neben einer interessanten Führung wird es auch viel Spiel und Spaß geben. Für getrennte Mütter und Väter mit ihren Kindern jeden Alters/ohne Kinder <i>i</i>
04.03.2026	Gut informiert ist schon halb finanziert Gesundheit, Krankheit, Kassen und Geld - Rechte und Möglichkeiten für getrennte Eltern mit geringen finanziellen Mitteln Eine Online-Veranstaltung in Kooperation mit dem Gesundheitsladen München e.V. 19:30 - 21:00 Uhr <i>i</i>	10.05.2026	Brunch im Hof Bei fetziger Live-Musik und Weißwurst-Frühstück anderen begegnen und Freude haben! 11 - 14 Uhr <i>i</i>	01.08.2026	Sommergrillfest an der Isar Unser alljährliches Grillfest findet wieder in den Isarauen statt. Für getrennte Mütter und Väter mit Kindern/ohne Kinder <i>i</i>
13.03.2026 14.03.2026 22.03.2026	Gemeinsam stark - Elternkurs inklusiv: Starke Eltern - Starke Kinder mit und ohne Behinderung Kooperationsveranstaltung der Münchner Alleinerziehenden-Einrichtungen <i>i</i>	20.06.2026	Kunst aus Schrott für getrennte Väter Andere werfen es weg, verschrotten es, bei uns wird daraus Kunst. Unter fachlicher Anleitung eines Schmieds wird geschweißt, geschmiedet, gesägt, geschliffen, geschraubt... Ein Workshop-Tag für getrennte Väter mit ihren Kindern/ohne ihre Kinder 10 - 17 Uhr <i>i</i> <i>€</i>	05.09.2026 - 13.09.2026	Familienurlaubsfahrt an den Perlsee Der Ferienpark Perlsee im Bayerischen Wald liegt direkt am Strand. Dort sind wir in Ferienhäusern, Mobilheimen, Fässern oder im Zelt untergebracht. Für jeden Geldbeutel ist etwas dabei. Für getrennte Mütter und Väter mit ihren Kindern ab 5 Jahren Anmeldeschluss: 15.02.2026 <i>i</i> <i>€</i>
19.03.2026	Wochenend-Vater sein Abstimmungsprozesse mit dem Erziehungspartner sind häufig ein schwieriges „Feld“. Wie kann die Aufgabe besser bewältigt werden? Wie können Väter ihren Kindern gerecht werden? Die Methode der TZI wird uns dabei begleiten. 19 - 21 Uhr <i>i</i>	03.07.2026 - 05.07.2026	Kanu-Wochenende im Altmühltal Natur pur! Als Gruppe befahren wir die Altmühl zwischen Sollnhofen und Dollnstein, genießen Zeltlagerleben und Lagerfeuer. Für getrennte Mütter und Väter mit Kindern ab 6 Jahren/ohne Kinder <i>i</i> <i>€</i>		Männergruppe - Palavern und Kegeln Ernstes und Geselliges: Haben Sie Interesse an einem Treff mit getrennten Vätern am Abend unter der Woche, dann schreiben Sie uns bitte eine Mail.
					Seminartage Überlebenskünstler*innen auf dem Berghof in Agatharied, für getrennte Mütter/Väter mit ihren Kindern/ohne ihre Kinder
				Save the date 02.11.2026 - 05.11.2026	