

**Diakonie**   
in Niedersachsen

ANGEBOTE FÜR

**ALLEINERZIEHENDE**

**2022**





*„Erfahrungen sammelt man meist dann,  
wenn man gar nicht darauf gefasst ist.“*

*Harold George Nicolson*

Liebe Leserin, lieber Leser,

immer noch läuft aufgrund der Corona-Pandemie vieles anders als geplant. Wir hoffen sehr, dass in diesem Jahr allmählich wieder Normalität einkehren kann und möchten Ihnen das neue Programm „Angebote für Alleinerziehende 2022“ mit spannenden Seminarideen unterschiedlicher Träger für alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern vorstellen.

Wir laden Sie ein, sich mit anderen Ein-Eltern-Familien zu verschiedenen Themen zu treffen, um über eigene Erfahrungen zu sprechen und sich gegenseitig zu ermutigen. Gemeinschaft erleben, kreative Anregungen erhalten und selbst aktiver Teil einer Gruppe zu sein, sind wichtige persönliche Erfahrungen, die stark machen, notwendige Sicherheit vermitteln und nicht zuletzt gute Laune schaffen.

Die Seminare und Fortbildungen für alleinerziehende Mütter und Väter und ihre Kinder werden auch künftig mit kirchlichen Mitteln gefördert. Dadurch können die Teilnahmebeiträge weiterhin niedrig gehalten werden. Die Mitarbeit von Alleinerziehenden und die qualifizierte Kinderbetreuung sind ein wichtiger Bestandteil der Veranstaltungen.

Wir hoffen, dass die zusammengestellten thematischen Angebote Sie und Ihre Kinder ansprechen. Viel Spaß beim Stöbern in unserem neuen Heft mit vielfältigen Angeboten für Ein-Eltern-Familien im Jahr 2022!

Alles Gute und Gottes reichen Segen wünschen wir Ihnen!

**Kathrin Oldenburger**

Referentin für Familienhilfe

## Seminare und Fortbildungen 2022

### Angebote für Ein-Eltern-Familien

03.06.–06.06.2022	Pfingstseminar „Aus der Mitte leben“ . . . . .	5
17.06.–19.06.2022	You‘ll never stand alone . . . . .	6
16.07.–21.07.2022	Familienfreizeit „Zeit für Freiräume – auch im Familienalltag“ .	7
02.12.–04.12.2022	Adventsseminar „Aufbrechen und Ankommen“ . . . . .	8
29.12.2022–01.01.2023	Silvesterseminar „In der Mitte der Nacht liegt der Anfang eines neuen Tages“ .	9

### Jahresplanung 2023 und Fortbildung

13.05.–15.05.2022	Angebote für Alleinerziehende planen - für 2023 und	
14.05.2022	Fortbildung „No more Dama“ –	
	Tagesseminar zu Transaktionsanalyse und Dramadreieck . .	10

### Familienerholung

Informationen über Zuschüsse für den Familienurlaub . . . . .	12
---	----

#### Anmeldehinweis

Die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Es ist immer eine Anmeldung notwendig. Bitte beachten Sie, dass Sie sich verbindlich und schriftlich direkt beim Anbieter des Seminars anmelden. Bitte teilen Sie mit, wie die Kinder, die Sie mitbringen, heißen und in welchem Alter sie sind. Ein Hinweis auf Besonderheiten, die die Kinderbetreuung wissen sollte, ist sehr hilfreich und sinnvoll.

Die Seminare und Fortbildungen für alleinerziehende Mütter und Väter und ihre Kinder werden mit kirchlichen Mitteln gefördert. Daher können auf die Teilnahmebeiträge keine weiteren Ermäßigungen mehr gewährt werden.

03.06.–06.06.2022

Pfingstseminar

Rehburg-Loccum

### **Pfingst-Wochenendseminar für alleinerziehende Eltern mit ihren Kindern**

## **Aus der Mitte leben - wie bleibe ich in meiner Kraft?**

Aus der Mitte leben, in Balance bleiben... und das mit Körper und Seele.

Im Alltag gibt es vieles gleichzeitig zu bedenken. Die täglichen Pflichten nehmen manchmal überhand, der Tag ist oft zu kurz für all die Aufgaben, die wir bewältigen müssen.

An diesem Pfingstwochenende wollen wir schauen, spüren und erleben, was uns im Alltag Kraft gibt. Entspannungsübungen, kleine Auszeiten, Rituale und Menschen, die uns guttun, tragen dazu bei.

Die ruhige, naturnahe Umgebung und die gemeinsamen leckeren Mahlzeiten geben den Rahmen und in der Mitte – sind wir!

Neben Seminareinheiten, in denen die Erwachsenen im Austausch sind und die Kinder und Jugendlichen unter sich in Aktion gehen, gibt es Familienzeiten für gemeinsame Erlebnisse, Spiel und Spaß.

<b>Wann:</b>	Freitag, 03.06.2022, 17.00 Uhr bis Pfingstmontag, 06.06.2022, 14.00 Uhr	
<b>Wo:</b>	Evangelische Heimvolkshochschule Loccum Hormannshausen 6-8, 31547 Rehburg-Loccum	
<b>Leitung:</b>	Gaby Kampe und Team	
<b>Kostenbeteiligung:</b>	Erwachsene	135,00 €
	Kinder von 2 bis 12 Jahren	45,00 €
	Jugendliche von 13 bis 16 Jahren	65,00 €

### **Anmeldung an:**

Evangelische Heimvolkshochschule Loccum e.V.

Hormannshausen 6 - 8, 31547 Rehburg-Loccum

Tel.: (0 57 66) 96 09 - 0, Fax: (0 57 66) 96 09 - 44

E-Mail: [info@hvhs-loccum.de](mailto:info@hvhs-loccum.de), [www.hvhs-loccum.de](http://www.hvhs-loccum.de)

17.06. – 19.06.2022

Alleinerziehenden-Wochenendseminar

Bad Bederkesa

**Seminar für alleinerziehende Eltern und ihre Kinder****You'll never stand alone!**

„Nie allein sein und trotzdem mit allem allein sein“ - so kann der Alltag alleinerziehender Eltern empfunden werden. Nie allein, denn die Kinder sind da, und doch allein, denn Freundschaften und Beziehungen bleiben aus Zeitmangel oft auf der Strecke. Alleinerziehende Eltern können durch alltägliche Belastungen und fehlende Unterstützung überfordert sein.

Im Seminar soll Zeit und Raum gegeben werden, Ressourcen (wieder) zu entdecken und aufzutanken. Im Austausch mit anderen können Strategien für den Umgang mit belastenden Situationen gefunden werden, um wieder mehr Energie, Freude und vielleicht neue Visionen des Lebens zu entdecken. Auch das „Team Familie“ wird in den Blick genommen. Team bedeutet nicht: „Toll, ein anderer macht's“, sondern Zusammenhalt, respektvoller Umgang mit unterschiedlichen Bedürfnissen und eine passende Rollenverteilung, die die Stärken eines jeden Teammitglieds nutzt. Diese Stärken jedes einzelnen Teilnehmenden sollen im Seminar erkannt und erfahren werden.

<b>Wann:</b>	Freitag, 17.06.2022, 17.00 Uhr bis Sonntag, 19.06.2022, 13.00 Uhr	
<b>Wo:</b>	Evangelisches Bildungszentrum Bad Bederkesa Alter Postweg 2, 27624 Geestland	
<b>Leitung:</b>	Yvette Yardley und Team	
<b>Kostenbeteiligung:</b>	Erwachsene	90,00 €
	Jugendliche ab 12 Jahre	45,00 €
	Kinder bis einschl. 11 Jahre	25,00 €

**Anmeldung an:**

Evangelisches Bildungszentrum Bad Bederkesa

Alter Postweg 2, 27624 Geestland

Telefon: (047 45) 9495-0

E-Mail: [info@ev.bildungszentrum.de](mailto:info@ev.bildungszentrum.de), [www.ev-bildungszentrum.de](http://www.ev-bildungszentrum.de)

16.07.–21.07.2022

Alleinerziehenden-Familienfreizeit

Schönberg/Kalifornien

## Familienfreizeit für alleinerziehende Mütter mit ihren Kindern

# Zeit für Freiräume – auch im Familienalltag

Wie oft macht sich das Gefühl breit, dass der Alltag einen mit all seinen Anforderungen „auffrisst“ und kaum noch Zeit und Raum da ist für die Dinge, die guttun?

In den Tagen am Meer geben wir Anregungen und Freiräume, um wieder sensibler zu werden für sich selbst, für die Welt drumherum und auch für das, was guttut und ohne großen Aufwand erfahrbar ist.

Wir gehen auf Spurensuche und Entdeckungsreise:

- Was sind die kleinen Kraftquellen für den Alltag?
- Was hilft in Stresssituationen?
- Welche Freiräume brauchen Sie? Welche braucht Ihr Kind?  
Was lässt sich in den Alltag integrieren?

Während der Seminarzeiten am Vormittag haben die Kinder ihr eigenes Programm. Die Nachmittage stehen zur eigenen Verfügung – der nahe gelegene Strand und das Meer laden zum Baden und Relaxen ein.

<b>Wann:</b>	Samstag, 16.07.2022, 15.00 Uhr bis Donnerstag, 21.07.2022, 13.00 Uhr	
<b>Wo:</b>	Naturfreundehaus Kalifornien (Ostsee)	
<b>Leitung:</b>	Annika Paul und Team	
<b>Kostenbeteiligung:</b>	Erwachsene	250,00 € (ermäßigt 195,00 €)
	Kinder bis 10 Jahre	80,00 € (ermäßigt 50,00 €)
	Kinder ab 11 Jahre	95,00 € (ermäßigt 65,00 €)

### Anmeldung an:

Haus kirchlicher Dienste, Frauenwerk

Archivstr. 3, 30169 Hannover

Telefon: (05 11) 124 14 25, Telefax: (05 11) 124 11 86

E-Mail: [gerlinde.sommer@evlka.de](mailto:gerlinde.sommer@evlka.de)

[www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/frauen/startseite](http://www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/frauen/startseite)

02.12.–04.12.2022

Adventsseminar

Rehburg-Loccum

**Advents-Wochenendseminar für Alleinerziehende und ihre Kinder****Aufbrechen und Ankommen**

In der Weihnachtsgeschichte machen sie sich auf den Weg: Maria und Josef, die drei Weisen... Auch die Adventszeit ist ein Weg, jedes Jahr neu. Was brauchen wir, um aufzubrechen, uns auf den Weg zu machen? Und was ist unsere Hoffnung und unser Ziel? Wo wollen wir ankommen?

Gemeinsam stellen wir uns diese Fragen und gehen in den Austausch. Dabei genießen wir die Adventszeit bei gutem Essen, Plätzchenduft, Weihnachtsliedern und Basteleien.

Wir freuen uns auf Sie und Ihre Kinder!

<b>Wann:</b>	Freitag, 02.12.2022, 17.00 Uhr bis Sonntag, 04.12.2022, 14.00 Uhr	
<b>Wo:</b>	Evangelische Heimvolkshochschule Loccum Hormannshausen 6-8, 31547 Rehburg-Loccum	
<b>Leitung:</b>	Gaby Kampe und Team	
<b>Kostenbeteiligung:</b>	Erwachsene	95,00 €
	Kinder von 2 bis 12 Jahren	30,00 €
	Jugendliche von 13 bis 16 Jahren	45,00 €

**Anmeldung an:**

Evangelische Heimvolkshochschule Loccum e.V.  
Hormannshausen 6 - 8, 31547 Rehburg-Loccum  
Tel.: (0 57 66) 96 09 - 0, Fax: (0 57 66) 96 09 - 44  
E-Mail: info@hvhs-loccum.de, www.hvhs-loccum.de



29.12.22–01.01.2023

Silvester-Seminar

Rehburg-Loccum

### Silvester-Seminar für Alleinerziehende und ihre Kinder

## In der Mitte der Nacht liegt der Anfang eines neuen Tages

Was steht am Anfang, was am Ende (m)eines Jahres? Was möchte ich mitnehmen ins neue Jahr, was zurücklassen? Nicht immer läuft alles geradeaus, vieles entwickelt sich ganz anders, als wir es uns vorgestellt haben.

Woraus ziehe ich für all das Kraft und Mut? Und was macht mir dabei Angst und was Freude?

Das sind Fragen, denen wir nachgehen. Dabei schauen wir auf unser eigenes Leben. Wir nähern uns unseren Glaubensfragen. Wir verbringen Zeit mit unseren Kindern.

Außerdem werden wir gemeinsam singen, klönen, lecker essen, tanzen, kreativ sein und Spaß haben.

<b>Wann:</b>	Mittwoch, 29.12.2022, 17.00 Uhr bis Samstag, 01.01.2023, 14.00 Uhr	
<b>Wo:</b>	Evangelische Heimvolkshochschule Loccum Hormannshausen 6 - 8, 31547 Rehburg-Loccum.	
<b>Leitung:</b>	Gaby Kampe und Team	
<b>Kostenbeteiligung:</b>	Erwachsene	150,00 €
	Kinder von 2 bis 12 Jahren	45,00 €
	Jugendliche von 13 bis 16 Jahren	65,00 €

#### Anmeldung an:

Evangelische Heimvolkshochschule Loccum e.V.  
Hormannshausen 6 - 8, 31547 Rehburg-Loccum  
Telefon: (0 57 66) 96 09 - 0, Fax: (0 57 66) 96 09 - 44  
E-Mail: info@hvhs-loccum.de, www.hvhs-loccum.de

13.05. – 15.05.2022	Jahresplanung und Fortbildung	Rehburg-Loccum
---------------------	-------------------------------	----------------

**Für GruppenleiterInnen, KinderbetreuerInnen und MultiplikatorInnen in der Alleinerziehendenarbeit**

## Angebote für Alleinerziehende planen – für 2023

Welche Themen sind interessant als Seminarangebote für alleinerziehende Mütter und Väter und ihre Kinder? Welche Fortbildungsangebote brauchen MitarbeiterInnen und MultiplikatorInnen?

Diese Fragen wollen wir gemeinsam beraten. Eingeladen sind alleinerziehende Frauen und Männer, die interessiert sind, sich am Austausch zu beteiligen und die Lust haben, mitzuarbeiten. Und natürlich auch Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, die ein Angebot für Alleinerziehende machen möchten.

Wir wollen uns Zeit nehmen für den Austausch über Rahmenbedingungen, Abläufe und Methoden der Seminararbeit und vielleicht auch schon verabreden, wer mit wem und wo im nächsten Jahr ein Angebot für alleinerziehende Mütter und Väter machen möchte.

Parallel zur Jahresplanung 2023 – Angebote für Alleinerziehende – führen die Aktiven im Kinderbetreuungsteam ihre Planung Kinderbetreuung durch. Welche Themen und Methoden sind spannend und erfolgreich im Umgang mit Kindern und Jugendlichen?

<b>Wann:</b>	Freitag, 13.05.2022, 17.00 Uhr, bis Sonntag, 15.05.2022, ca. 14.00 Uhr	
<b>Wo:</b>	Evangelische Heimvolkshochschule Loccum Hormannshausen 6 – 8, 31547 Rehburg-Loccum	
<b>Leitung:</b>	Kathrin Oldenburger	
<b>Kostenbeteiligung:</b>	Für Mitarbeitende	kostenfrei
	Kinder von 2 bis 12 Jahren	30,00 €
	Jugendliche von 13 bis 16 Jahren	45,00 €

**Anmeldung an:**

Diakonisches Werk evangelischer Kirchen in Niedersachsen e.V.  
 Referat Familienhilfe – Alleinerziehendenarbeit  
 Ebhardtstr. 3 a, 30159 Hannover  
 Telefon: (05 11) 36 04 - 288, Fax: (05 11) 36 04 - 102  
 E-Mail: alleinerziehen.angebote@diakonie-nds.de

14.05.2022

Jahresplanung und Fortbildung

Rehburg-Loccum

## **Für GruppenleiterInnen, KinderbetreuerInnen und MultiplikatorInnen in der Alleinerziehendenarbeit**

Am Samstag – eingebunden in das Planungstreffen – wollen wir uns im Fortbildungsteil mit dem Thema „Kommunikation“ befassen. Als Referent wird Herr Dipl.-Sozialpädagoge Matthias Weißbrod, Sozialtherapeut und Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Lebensraum Diakonie e.V., Uelzen, mit uns arbeiten.

## **„No more Drama!“ – Tagesseminar zu Transaktionsanalyse und Dramadreieck**

Wenn jemand immer wieder ähnliche Konflikte hat und denkt, immer an die Falschen zu geraten, dann heißt es oft, das Leben erteile einem Lektionen. Selbst wenn man bereit ist, diese Lektionen zu lernen, stellt sich doch die Frage nach dem „Wie?“.

Die Transaktionsanalyse nach Eric Berne könnte hier schnell zu Erkenntnissen verhelfen. Sie untersucht auf Grundlage einer einfachen Persönlichkeitstheorie und von Kommunikationsmodellen die Kommunikation zwischen Menschen. Schnell können ungünstige Muster erkannt werden. Auch bekommt man erste Hinweise, wie man ungünstige Muster hinter sich lassen kann. Wir wollen uns die Theorie gemeinsam ansehen und anhand von Beispielen mit Leben füllen.

Eine besondere Spielart tradierter Beziehungsmuster beschreibt das Dramadreieck mit den oft wechselnden Rollen Verfolger, Opfer und Retter. Es handelt sich dabei um ein „Psychospielchen“, das viel Energie frisst und bei dem es keine Gewinner gibt. Dieses Beziehungsmuster soll ebenfalls betrachtet werden.

Verändern kann man nur sich selbst. Aber aus ungünstigen Mustern auszusteigen, eine gute Haltung und Ebene für sich zu finden, kann sehr hilfreich sein. Dazu möchte Sie dieses Tagesseminar herzlich einladen.

## Familienerholungsurlaub

### Informationen über Zuschüsse für den Familienurlaub

Das Land Niedersachsen gewährt Zuschüsse für Familienferienerholungsurlaube in Niedersachsen bzw. Deutschland, um Familien mit geringem Einkommen eine gemeinsame Erholung zu ermöglichen.

Gefördert werden Erholungsaufenthalte, an denen alle Familienmitglieder teilnehmen mit mindestens 7 und höchstens 14 zusammenhängenden Übernachtungen.

### Zuschussberechtigt sind:

Familien oder Einelternfamilien, die ihren Wohnsitz in Niedersachsen haben und mit mindestens einem teilnehmenden Kind, für das Kindergeld bezogen wird.

Für die Erlangung des Zuschusses darf das Familieneinkommen im Sinne des § 28 SGB XII die festgelegte Höchstgrenze nicht überschreiten.

Förderberechtigt ist zum Beispiel, wer Wohngeld oder Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts nach SGB II erhält.

In die Förderung können auch leibliche Kinder, für die kein Kindergeld bezogen wird, einbezogen werden. In begründeten Ausnahmefällen ist die Einbeziehung der Großeltern in die Förderung möglich.

### Die Zuwendungen betragen je Übernachtung

- 15,00 € für jeden Teilnehmenden
- 10,00 € zusätzlich für Alleinerziehende
- 10,00 € zusätzlich für behinderte Familienangehörige mit einem Schwerbehindertenausweis
- bis zu 15,00 € je Teilnehmenden zusätzlich zu einem Aufenthalt in einer Familienferienstätte oder Jugendherberge. Die Höhe des Zuschusses ist begrenzt bei Vollpension auf 100 %, bei Teilverpflegung (u. a. Halbpension, nur Mittagessen) auf 110 % und bei Selbstversorgung auf 120 % der Aufenthaltskosten.

Beratung und Antragstellung erfolgen über das örtliche Diakonische Werk.

**Für Fragen wenden Sie sich bitte an****Frau Marion Hamann**

Diakonisches Werk evangelischer Kirchen in Niedersachsen e.V.

eaf Niedersachsen

Ebhardtstr. 3 A

30159 Hannover

Telefon: (05 11) 36 04 - 236

E-Mail: [marion.hamann@diakonie-nds.de](mailto:marion.hamann@diakonie-nds.de)

oder [kathrin.oldenburger@diakonie-nds.de](mailto:kathrin.oldenburger@diakonie-nds.de)

**Link zu Orten mit Familienurlaub:** [www.urlaub-mit-der-familie.de](http://www.urlaub-mit-der-familie.de)

## Notizen

## Impressum

Diakonisches Werk  
evangelischer Kirchen  
in Niedersachsen e.V.

Referat Familienhilfe  
Alleinerziehendenarbeit

Ebhardtstr. 3 A, 30159 Hannover  
Telefon: 05 11 - 36 04 - 288  
Telefax: 05 11 - 36 04 - 102

E-Mail:  
[alleinerziehen.angebote@diakonie-nds.de](mailto:alleinerziehen.angebote@diakonie-nds.de)  
[silvia.fischer@diakonie-nds.de](mailto:silvia.fischer@diakonie-nds.de)

**Fotos:** Adobe Stock

**Layout:** Büro Schroeder, Hannover

**Druck:** Schroeder-Druck, Gehrden

**Diakonie.**  
**In der Nächsten Nähe.**

**Diakonisches Werk**  
**evangelischer Kirchen**  
**in Niedersachsen e.V.**

Ebhardtstr. 3 A  
30159 Hannover

Telefon 05 11 - 36 04 - 288

Telefax 05 11 - 36 04 - 102

E-Mail [alleinerziehen.angebote@diakonie-nds.de](mailto:alleinerziehen.angebote@diakonie-nds.de)

Internet [www.diakonie-niedersachsen.de](http://www.diakonie-niedersachsen.de)