

**Bildungs- und Begegnungstage  
für Alleinerziehende mit ihren Kindern**  
**Mehr Leichtigkeit und Lebensfreude erleben?**  
**Mit Gewaltfreier Kommunikation Verbindungen  
schaffen**

Wann: Mittwoch 15. 6., 18 Uhr – Sonntag,  
19. 6. 2021 nach dem Mittagessen  
Wo: Jugendhaus St. Norbert Rot a. d. Rot  
Klosterhof 9  
88430 Rot an der Rot  
Tel: 08395/924-0  
Fax: 08395/924-11  
http://www.jugendhaus-rot.de  
Referentin: Monika Hankele,  
Kommunikationstrainerin,  
Betriebswirtin  
Leitung: Maria Dombrowsky, Diplompädagogin  
Anmeldung: bis spät. 28. 04. 2022 ans KEB-  
Bildungswerk Reutlingen  
Hinweise: Alleinerziehende mit Kindern haben  
bei der Anmeldung Vorrang.  
**Die Bildungstage finden unter Be-  
rücksichtigung der zu dem Zeitpunkt  
geltenden Corona-Regelungen statt.**

Eine Auszeit vom Corona-Alltag haben – bei diesen  
Bildungs- und Begegnungstagen werden wir sie uns  
nehmen. Wer wünscht es sich nicht, im Leben mit sich  
selbst und mit den Mitmenschen in Frieden und  
Leichtigkeit zu leben?

Mit der „Gewaltfreien Kommunikation (GFK)“ nach  
Marshall Rosenberg gibt es eine Methode als Hilfe-  
stellung, um eine liebevolle Verbindung zu sich selbst  
und zu anderen zu intensivieren. Ebenso geht es da-  
rum, wie man in Konflikten für alle Beteiligten eine  
gute Lösung findet, zu sich steht und andere gleich-  
zeitig berücksichtigt? In einer kleinen Gruppe begleitet  
dabei eine erfahrene Trainerin. Vielfältige Methoden,  
Abwechslung im Programm und auch Meditation  
unterstützen dabei.

Was kann einem dieses Seminar nützen?

...zu lernen, noch wertschätzender mit sich selbst und  
anderen umzugehen,  
...zu lernen, Kritik, Urteile und Angriffe nicht  
persönlich zu nehmen,

...mehr Sicherheit und Selbstvertrauen in Konflikten zu  
gewinnen,  
...besser verstehen zu lernen, was einem selbst und  
anderen wirklich wichtig ist,  
...zu erleben, dass die Bereitschaft der Mitmenschen  
wächst, sich kooperativ und konstruktiv zu verhalten.

Wir arbeiten an den persönlichen Erfahrungen der Teilneh-  
merinnen und Teilnehmer, um konkrete Situationen zu  
reflektieren und Lösungen zu finden, die eine Verbindung  
mit Menschen fördern. Die innere Haltung der GFK wird  
vertieft, und es gelingt somit leichter, sie in unterschied-  
lichen Anwendungsgebieten anzuwenden. So ist es mög-  
lich, das Leben und den Alltag immer besser nach eigenen  
Werten auszurichten, was zu Entspannung und Zuver-  
sicht führt.

Die andere Seite einer Auszeit, um zu entspannen wird in  
diesen Tagen auch nicht zu kurz kommen bei gemein-  
samen Gesprächen und Austausch untereinander und bei  
gemeinsamen Ausflügen und Spiel mit den Kindern.

**Kinderbetreuung:**

Während des inhaltlichen Programms für die Erwachse-  
nen wird Kinderbetreuung für Kinder ab drei Jahren an-  
geboten. Aus aufsichtsrechtlichen Gründen müssen alle  
Kinder entweder von ihren Müttern/Vätern betreut wer-  
den oder an der Kinderbetreuung teilnehmen.

**Teilnahme-Beitrag:**

Erwachsene (DZ/MZ))	189,00 €
Erwachsene (EZ)	229,00 €
Kinder 4-13	94,50 €

Der Teilnahme-Beitrag setzt sich zusammen aus den  
Kosten des Hauses für Übernachtung und Vollpension  
(3 Mahlzeiten) und Materialkosten in Höhe von  
€ 5,- Erwachsene, € 2,50 Kinder/Jugendliche. Der Preis  
gilt incl. Bettwäsche und Handtüchern.

Der Aufwand für Programmgestaltung, Leitung und  
Kinderbetreuung wird vom Bildungswerk übernommen.  
Extrageld für Unternehmungen, Ausflüge und zusätzliche  
Getränke kommen noch hinzu.

Vor Beginn wird noch ein separater Brief mit allen nöti-  
gen Informationen und Hinweisen, u. a. einer Liste für  
Mitfahrgelegenheiten versandt.

**Zuschüsse:**

Bei schwierigen Einkommenssituationen ist es in  
Einzelfällen vorbehaltlich möglich, bei der Stiftung  
„Mütter in Not“ einen Zuschuss zu beantragen. Bitte  
sprechen Sie uns an. Dieser Antrag muss rechtzeitig  
vor der Freizeit gestellt werden.

Das Reutlinger Gutscheineheft kann eingesetzt werden.

**Anmeldung (bis 28. 04. 2022)**

Bitte Anmeldeabschnitt per Post/Fax oder Mail (Scan)  
zusenden – erst dann ist die Anmeldung verbindlich!

an: KEB-Bildungswerk Kreis Reutlingen e. V.  
Schulstraße 28. 72764 Reutlingen  
[www.keb-rt.de/kontakt@keb-rt.de](http://www.keb-rt.de/kontakt@keb-rt.de)

**Alle weiteren Verfahrensregelungen teilen wir  
Ihnen in einer separaten Anmeldebestätigung mit.  
Anmeldung:**

Hiermit melde ich mich verbindlich mit folgenden  
Personen für die Bildungs- und Begegnungstage  
Alleinerziehender mit ihren Kindern vom 2. - 6.6.2021  
**(Anmeldung bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!)**

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Mailadresse

\_\_\_\_\_  
1. Kind (Name) Geb. Datum

\_\_\_\_\_  
2. Kind (Name) Geb. Datum

\_\_\_\_\_  
3. Kind (Name) Geb. Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

### Einwilligungserklärung:

Ich bin damit einverstanden, dass meine

- Anschrift mit Tel. Nr., Mailadresse
- nur Name

auf einer gemeinsamen Adressliste für die Bildung von Fahrgemeinschaften der Kurs-Teilnehmerinnen (nur intern) erscheint.

- Antrag auf Zuschuss „Stiftung Mütter in Not“, (bei Bedarf, Antragsformular wird zugestellt)
  - Vegetarier/in, Verzicht auf ...
- 
- Sonstige Unverträglichkeiten/Allergien bzgl. Nahrungsmitteln und Zusatzstoffen

### Weitere Hinweise:

Die Hin- und Rückfahrt ist privat zu organisieren. Es handelt sich um Privatfahrten. Fahrgemeinschaften können gebildet werden.

### Mitfahrgelegenheit:

- Ich suche eine private Mitfahrgelegenheit für \_\_\_\_\_ Personen.
- Ich biete eine private Mitfahrgelegenheit für \_\_\_\_\_ Personen.

*(Zutreffendes bitte ankreuzen und angeben!)*

### Referentin:

**Angelika Hankele**, Trainerin für Kommunikation, Dipl. Betriebswirtin, GfK-Trainerin



### Leitung der Bildungstage:

**Maria Dombrowsky**, Dipl. Pädagogin



Telefon: (07121) 1 44 84-28  
E-Mail: [dombrowsky@keb-rt.de](mailto:dombrowsky@keb-rt.de)

Schriftliche Anmeldungen bis spätestens zum **28. 04. 2022** ans KEB-Bildungswerk Reutlingen



Katholische Erwachsenenbildung  
Bildungswerk Kreis Reutlingen e.V.  
Schulstraße 28, 72764 Reutlingen  
Tel. 07121 – 14484-20 - Fax 07121 – 14484-29  
[kontakt@keb-rt.de](mailto:kontakt@keb-rt.de), [www.keb-rt.de](http://www.keb-rt.de)

---

mit Unterstützung des Dekanates Reutlingen-Zwiefalten, der Gesamtkirchengemeinde Reutlingen, der Diözese Rottenburg-Stuttgart und gefördert durch den Landkreis Reutlingen



### Impulse für Sie!

Bestellen Sie das komplette KEB-Halbjahresprogramm!  
Die Angebote für Alleinerziehende mit ihren Kindern gehören zum Spezialprogramm: In Beziehung sein – Ich & Du & Familie – TAFF – *der TREFF* aller Familienformen

# Mehr Leichtigkeit und Lebensfreude erleben



## Bildungs- und Begegnungstage für Alleinerziehende mit ihren Kindern

Mittwoch - Sonntag  
15.6. bis 19. 6. 2022

Jugendhaus St. Norbert  
Rot an der Rot

