

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Männertraining in Lörrach an.

Ich bin mit der Veröffentlichung meiner Adresse auf der Teilnehmerliste einverstanden.

Nachname:

Vorname:

Straße:

PLZ/Ort:

Telefon:

Handy:

Email:

Unterschrift:

Anmeldeschluss:

24. Oktober 2016

Daten:

25. Oktober 2016, 8. November 2016,
22. November 2016, 13. Dezember 2016
10. Januar 2017, 24. Januar 2017
7. Februar 2017, 21. Februar 2017
7. März 2017, 21. März 2017

Ort:

Psychologische Beratungsstelle für Ehe-,
Familien- und Lebensfragen

Schwarzwaldstr. 1
79539 Lörrach

Zeitstruktur:

18:00 – 20:15 Uhr

Elemente:

Austausch, Körperübungen, Elementen des
Systemstellens, Phantasiereisen, Impulse,
Übungen, Stille

Kosten:

150 €(in Härtefällen kann der Beitrag vom
Hilfsfond des katholischen Männerwerks
übernommen werden)

Kontakt, Anmeldung, Fragen:

Dietmar.Schimmer@ehe-familie-lebensbera-
tung.de
Michael.Heim@posteo.de

Aktuelle Infos Sie auf:

www.maennerzukunft.de
www.efl-loerrach.de



Männertraining

25. Oktober 2016 bis 21. März 2017



Männertraining

Stärkung für die Wege
durchs Leben

Ort: Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien-
und Lebensfragen. Schwarzwaldstr. 1 Lörrach

www.efl-loerrach.nl

Männertraining – Kräfte für die Wege durchs Leben

Unter diesem Thema nehmen wir uns an zehn Terminen Zeit, wesentliche Erfahrungen unseres Lebenswegs auszutauschen, unsere Lebensthemen zu verstehen, unsere Kräfte auszurichten und unsere Fähigkeiten zu vertiefen.

Themen der Abende sind:

- Meine Identität und meine Prägungen
- Der Kontakt mit mir – mein ganzes Selbst
- Kommunikation und Beziehung: Empathisches Hören, faires Streiten
- Nähe leben, Grenzen setzen
- Vaterbilder, Erziehung und Begleitung
- Meine Visionen, Ziele - und mein guter Platz
- Veränderung in meinem Leben umsetzen
- Lebenskultur und achtsamer Tagesablauf

Natürlich leben wir alle diese Themen in unserer eigenen Art und Weise – diese wirkt sich mehr oder weniger gut auf unser Leben aus.

Das Männertraining bringt das persönliche Lebenswissen in einen Austausch mit Essentials aus hilfreichen Fachwissenschaften – und in den Kontakt mit anderen Männern.

Unser Ziele:

Im eigenen Leben

präsent, wach und bewußt

der Herr im eigenen Haus sein.

Titel der Abende im Männertraining:

1. Wer bin ich - was hat mich bis hierher gebracht?
2. Unterwegs mit Körper, Geist und Seele
3. Vom Hören, Staunen, Sprechen und Streiten
4. Freundschaft, Sex und Liebe
5. Vater 9.0: Zwischen Wegweiser und Trainer in vielfältigen Lebensformen.
6. Aufbruch ins Neue
7. Veränderung konkret – Zeitmanagement und mehr
8. Zwischen burnout und boreout – guter Umgang mit meiner Lebensenergie
9. Integration und Vertiefung
10. Integration und Vertiefung

Who is who

Dietmar Schimmer, Ehe-, Familien- und Lebensberater in der EFL-Beratungsstelle Lörrach

Dr.-Ing. Michael Heim, Trainer und Berater, www.nature-and-progress.de

WIRTSCHAFTS
UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN

An die
Psychologische Beratungsstelle für
Ehe-, Familien- und Lebensfragen
Schwarzwaldstr. 1
79539 Lörrach