

# Veranstaltungstermine und Anmeldung

## Ort der Veranstaltung :

VDKG Euskirchen  
(links neben dem Eingang zum Haus der Familie)  
Herz-Jesu-Vorplatz 3  
53879 Euskirchen

## Termine :

Die Veranstaltungen finden jeweils  
Montags um **18:00 Uhr – 21:00 Uhr** statt

## Leitung:

Benedikt Kremp  
Theologe,  
Ehe-, Familien- und Lebensberater (MA),  
Kommunikationstrainer (KEK)

## Anmeldung:

Katholische Beratungsstelle für  
Ehe-, Familien- und Lebensfragen  
Neustraße 43  
53879 Euskirchen  
T 02251 . 510 70  
[www.efl-euskirchen.de](http://www.efl-euskirchen.de)  
[info@efl-euskirchen.de](mailto:info@efl-euskirchen.de)



**Beratungsstelle Euskirchen**  
Neustraße 43  
53879 Euskirchen  
T +49 (0) 22 51 . 510 70  
[info@efl-euskirchen.de](mailto:info@efl-euskirchen.de)  
[www.efl-euskirchen.de](http://www.efl-euskirchen.de)

# Männersache – eine Gesprächsgruppe für Männer

Zeit zum Reden.



## Das sind unsere gemeinsamen Ziele

### Ausgangssituation:

- Ist mein Leben eine einzige Hetze durch den Alltag?
- Bin ich nur noch mit mir und meinen Gedanken unterwegs?
- Möchte ich mich besser kennenlernen?
- Drohen meine Beziehungen mir zu entgleiten?
- Geht mir die Lust am Leben langsam aber sicher verloren?

### Dann wird es Zeit für einen Zwischenstopp in einer Männergruppe!

- Wir wollen gemeinsam mit anderen Männern Warnsignale ernst nehmen
- Wir werden uns Zeit nehmen, damit sich jeder besser versteht und sich neu ausrichten kann
- Wir können von den Gesprächen mit anderen Männern profitieren
- Wir können eine neue Spur im Leben finden

## Wie wir in der Männergruppe arbeiten

### grundsätzlich:

- stärkend
- achtsam
- prozessorientiert
- respektvoll
- ressourcenaktivierend
- theorie- und erfahrungsbasiert
- humorvoll

### konkret:

- im Zentrum stehen die persönlichen Themen, die von den Gruppenmitgliedern eingebracht werden
- Gruppen-, Partner- und Einzelarbeit
- Erfahrungsaustausch
- Achtsamkeits- und
- Entspannungsübungen
- Rituale

### Coronaregelungen:

Die Gruppengröße darf 12 Personen nicht überschreiten. Es steht uns ein angemessen großer Raum zur Verfügung. Bei verschärften Coronamaßnahmen findet das Angebot als Videokonferenz statt.

## Voraussetzung für Ihre Teilnahme

- Bereitschaft zur Offenheit sich selbst und anderen gegenüber
- Offenheit für verschiedene methodische Zugänge
- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit sich selbst
- Eigenverantwortung und Verlässlichkeit
- Alles, was besprochen wird, bleibt in der Gruppe
- wertschätzende Grundhaltung den Äußerungen der anderen gegenüber
- telefonisches Vorgespräch mit der Leitung der Gruppe oder mit einer Beratungsperson der Beratungsstelle

