

Bildungs- und Begegnungstage für Alleinerziehende mit ihren Kindern

Zeit für mich – Bewegungs- und
Entspannungsmomente mit allen Sinnen genießen

Wann: Donnerstag 3. 11., 18 Uhr – Sonntag,
6.11. 2022 nach dem Mittagessen

Wo: Schönstattzentrum Aulendorf

Referentin: Tanja Ogiermann, lizenzierte YONGA-
Trainerin, langjährige Fitnesstrainerin
Leitung: Maria Dombrowsky,
Diplompädagogin

Anmeldung: bis spät. 25. 09. 2022 ans KEB-
Bildungswerk Reutlingen

Kurs-Nr. 22-2-01Z06

Hinweise: Alleinerziehende mit Kindern haben
bei der Anmeldung Vorrang.
**Die Bildungstage finden unter Be-
rücksichtigung der zu dem Zeitpunkt
geltenden Corona-Regelungen statt.**

Unser Alltag ist voll – die Anforderungen werden
gefühlte immer mehr, und oft hat man dabei wenig
Zeit für sich. Als Alleinerziehende stellt man seine
eigenen Bedürfnisse oft hinten an und hält alles am
Laufen. Dabei ist das Gleichgewicht von Körper, Geist
und Seele zentral wichtig, um gesund und
leistungsfähig zu bleiben. Schon kleine Auszeiten
haben große Wirkung auf unser Wohlbefinden und
können uns unterstützen, den Alltag entspannter zu
erleben. Mit verschiedenen Möglichkeiten von Atem-
und Körperübungen soll die Gelegenheit gegeben
werden, unsere Energien neu aufzuladen. Wir lernen die
Kraft der ätherischen Öle kennen und wie sie in den
Alltag integriert werden können. Es soll Zeit sein, mit
allen Sinnen zu genießen, innere Ruhe zu entdecken
und dabei neue Kraft schöpfen, Zeit für Sich allein,
während die Kinder betreut sind. Gemeinsame
Erlebnisse mit den Kindern und der Austausch in der
Gruppe untereinander runden unser Programm in
diesen Tagen ab.

Kinderbetreuung:

Während des inhaltlichen Programms für die Erwach-
senen 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))	203,00 €
Erwachsene (EZ)	227,00 €
Kinder 3-6 Jahre	105,70 €
Kinder 7-12 Jahre	122,20 €
Jugendliche 13-17 Jahre	144,49 €

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 vorbehalt-
lich 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 25. 09. 2022)

Bitte Anmeldeabschnitt per Post 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

**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 an:

(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.

b. w.

- 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:

Tanja Ogiermann, lizenzierte YONGA-Trainerin, langjäh-
rige Fitnesstrainerin



Leitung der Bildungstage:

Maria Dombrowsky, Dipl. Pädagogin



Telefon: (07121) 1 44 84-28

E-Mail: dombrowsky@keb-rt.de

Schriftliche Anmeldungen bis zum
25. 09. 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, 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 zur Rubrik: In Beziehung sein – Ich & Du & Wir &
Familie – TAFF – *der TREFF* aller Familienformen

Zeit für mich

Bewegungs- und Entspannungs-
momente mit allen Sinnen genießen



Bildungs- und Begegnungstage

für Alleinerziehende mit
ihren Kindern

Donnerstag - Sonntag
3.11. bis 6. 11. 2022

Schönstattzentrum
Aulendorf

