



ZEIT ZU ZWEIT

ANGEBOTE FÜR PAARE

2019

Katholische Kirche
im **Kreis Mettmann**

LIEBE PAARE,

die Katholische Kirche im Kreis Mettmann lädt Sie zu verschiedenen Angeboten speziell für Paare ein. Nehmen Sie sich Zeit für sich, für Ihre Liebe und Ihre Partnerschaft, und machen Sie sich ein paar schöne Stunden, z. Bsp. beim Sinn- und Erlebnis- tag für Paare in Monheim oder bei unseren Reihen für Familien „Elternteam und Liebespaar“ oder „Glücksmomente“ in Ratingen. Wir möchten Sie dabei unterstützen im oft hektischen Alltag Zeiten des Innehaltens, der Liebe und der Zweisamkeit zu schaffen. Wir hoffen, es ist etwas für Sie dabei!

Ich freue mich über Ihre Anregungen und Rückmeldungen zum Programm und stehe Ihnen gerne auch darüber hinaus zu Gesprächen rund um Partnerschaft und Ehe zur Verfügung.

Jessica Lammerse, Pastoralreferentin in der Ehepastoral

Referat Ehepastoral für den Kreis Mettmann

Jessica Lammerse

Am Löken 67 | 40885 Ratingen

Tel.: 02102 9298041 oder 01520 1642073

jessica.lammerse@erzbistum-koeln.de

in Kooperation mit:

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen Ratingen, Lintorfer Str. 51, 40878 Ratingen, Tel.: 02102 2700, www.efl-ratingen.de, info@efl-ratingen.de

Katholisches Bildungswerk im Kreis Mettmann, Kirchgasse 1, 40878 Ratingen, Tel.: 02102 1538661, info@bildungswerk-mettmann.de

Kath. Familienbildungsstätte Ratingen, Kirchgasse 1, 40878 Ratingen, Tel.: 02102 1538651, www.familienbildungswerk-ratingen.de
E-Mail: info@familienbildungswerk-ratingen.de

Weitere Kursangebote und Informationen:

www.ehe-me.de

Kursangebote zu Kommunikationstrainings auch unter:

www.kurse-fuer-paare.de

IN DER FASTENZEIT

7 Wochen 8sam



Fastenbriefaktion „7Wochen8sam“ und Achtsamkeits-Spaziergang in Ratingen

Alle Paare sind herzlich zu einem Achtsamkeits-Spaziergang in Ratingen eingeladen.

Zu Beginn besteht die Möglichkeit über die bisherigen Paar-Briefe der diesjährigen Fastenzeitaktion „7Wochen8sam“ miteinander ins Gespräch zu kommen. Danach wird Herr Bernd Böcker, Ehe-, Familien- und Lebensberater, in die Form des Achtsamkeits-Spaziergangs der schönen Momente einführen und dazu einladen selbst diese Form auszuprobieren und einen eigenen Weg zu gehen.

Auch Einzelpersonen sind herzlich eingeladen, an diesem Treffen teilzunehmen. Die Paarbriefe werden inhaltlich nicht vorausgesetzt.

Termin:

Mi. 03.04.2019 | 18:00 – 20:00 Uhr

Ort: Kath. Familienbildungsstätte |Kirchgasse 1 |
40878 Ratingen

**Anmeldung: Jessica Lammerse, Tel.: 02102 9298041/
01520 1642073; jessica.lammerse@erzbistum-koeln.de**

**Die Fastenzeitbriefe für Paare können hier bestellt oder
direkt heruntergeladen werden:**

www.7Wochenachtsam.de

ELTERNTEAM UND LIEBESPAAR

„Ich suche nicht, ich finde“ (Pablo Picasso) – Vom Glück im Alltag und anderen Schätzen

So. 10.03.2019 | 15:00 – 17:30 Uhr

Besonders Eltern mit kleinen Kindern haben oft zu wenig Zeit für sich als Paar. Gönnen Sie sich an diesem Sonntag exklusive Paar-Zeit mit Impulsen und Anregungen für die Partnerschaft, während Ihre Kinder nebenan gut betreut werden. Machen Sie sich gemeinsam auf die Suche, nach den Schätzen in ihrem Leben und entdecken Sie dabei Neues, Bekanntes und Unerwartetes.



Mit qualifizierter Kinderbetreuung, bitte bei der Anmeldung Anzahl, Name und Alter der Kinder mit angeben.

Ort: Familienbildungsstätte Ratingen, Kirchgasse 1,
40878 Ratingen

Referentin: Jessica Lammerse, Pastoralreferentin in der Ehe-
pastoral

Anmeldung: info@familienbildungswerk-ratingen.de

Familienspiritualität. Oder: Gott zwischen den Kochtöpfen suchen und finden

Termin: So. 05.05.2019 | 15:00 – 17:30 Uhr

In vielen Familien spielt der Glaube an Gott immer noch eine Rolle. Sie leben christliche Werte und erleben in ihrer Familie Liebe, Geborgenheit und Schutz, Angenommensein und Versöhnung – alles Erfahrungen, die uns gegenseitig helfen, Gott in unserem Leben zu entdecken. Wie leben und erleben wir in unserer Familie Spiritualität? Was glaubst du, was glaube ich – was wollen wir in unserer Erziehung weitergeben? Was lehren uns unsere Kinder?

An diesem Nachmittag begeben wir uns gemeinsam auf Spurensuche nach Gott und den großen Fragen des Lebens.

Ort: Familienbildungsstätte Ratingen, Kirchgasse 1,
40878 Ratingen

Referentin: Judith Göd, Referentin für Spiritualität und Exerzitien im Erzbistum Köln

Anmeldung: info@familienbildungswerk-ratingen.de

GLÜCKSMOMENTE

Auszeiten im Alltag mit Kindern erleben und gestalten

4 x Mi. 29.05.2019 - Mi. 10.07.2019 | 15:00 – 16:30 Uhr

Im aufregenden und turbulenten Alltag mit Kind kann auch schon einmal etwas auf der Strecke bleiben. Dann entsteht eine Sehnsucht, die oft gar nicht in Worte gefasst werden kann. Nach Zeit für mich – nach Zeit zum Auftanken – nach Zeit für Gott. Gleichzeitig werfen Kinder die großen Fragen im Leben auf und motivieren uns, Antworten zu finden und Wege mit ihnen zu gehen. Dieses Seminar richtet sich



an Mütter und Väter, die miteinander ins Gespräch darüber kommen möchten, was sie trägt und für sie wertvoll ist, woran sie glauben und was sie weitergeben möchten.

Es erwarten Sie Austausch und Meditation sowie Impulse dazu, wie religiöse Rituale mit und ohne Kinder im Alltag gestaltet werden können. Zeitgleich können die Kinder im Raum nebenan durch eine professionelle und fürsorgliche Kinderbetreuung betreut werden. Vorkenntnisse oder eine konfessionelle Bindung sind nicht vorausgesetzt.

Mit qualifizierter Kinderbetreuung, bitte bei der Anmeldung Anzahl, Name und Alter der Kinder mit angeben.

Die Veranstaltungen können als Reihe oder unabhängig voneinander besucht werden.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte, Kirchgasse 1,
40878 Ratingen

Referent/innen: Jessica Lammerse (Pastoralreferentin in der Ehepastoral), Judith Göd (Referentin für Spiritualität und Exerzitien im Erzbistum Köln) und Julia Schaffeld (Leitung Familienbildungsstätte Ratingen und Kath. Bildungswerk im Kreis Mettmann)

Kosten: Das Angebot ist kostenlos

Anmeldung bei: Julia Schaffeld, Tel.: 02102 1538665

SCHULUNG

PAAREN EINEN TAG SCHENKEN

Planung, Vorbereitung und Durchführung von Angeboten für Paare

Di. 26.03.2019 | 20:00 – 22:15 Uhr

Schulung für Interessierte, die sich in Ehevorbereitung und/oder Paarbegleitung einbringen möchten

Was bewegt (junge) Paare vor der Eheschließung? Welchen Herausforderungen stehen Paare mit kleinen oder größeren Kindern gegenüber? Welche Bedürfnisse haben Paare im Laufe ihrer Partnerschaft?

Dieser Abend richtet sich an alle Referent/innen, die in der Arbeit mit Paaren tätig sind sowie an alle, die sich vorstellen können, Ehevorbereitungskurse oder begleitende Angebote für (verheiratete) Paare durchzuführen.

Es wird auf die Situation von Paaren geschaut, Methoden der Paarangebote ausprobiert und über konkrete Veranstaltungskonzepte gesprochen.

Dieser Abend verpflichtet nicht zu einer Tätigkeit bei uns in der Einrichtung, kann aber einen ersten Schritt darstellen.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte, Kirchgasse 1, 40878 Ratingen

Referentin: Jessica Lammerse
(Pastoralreferentin in der Ehepastoral)

Kosten: Das Angebot ist kostenlos

Anmeldung: info@bildungswerk-mettmann-de;

Tel.: 02102 1538661

PAARANGEBOTE ZUR AUSSTELLUNG DER KÖNIGSSKULPTUREN VON DIAKON RALF KNOBLAUCH IN MONHEIM

VOM KÖNIGLICHEN UMGANG MIT DER SPRACHE IN DER PARTNERSCHAFT

Di. 28.05.2019 | 19:00 – 21:15 Uhr

Respektvoll, wohlwollend, (Landes-) Grenzen beachtend bzw. verteidigend, das Zusammenleben fördernd, Frieden stiftend. Das könnte gehen...

Ort: Monheim (die Adresse wird noch bekannt gegeben)

Referentin: Alinah Rockstroh,
Leiterin der EFL-
Beratungsstelle
Ratingen

Kosten: gebührenfrei



**Anmeldung: info@bildungswerk-mettmann.de;
Tel.: 02102 1538661**

Mit einander leben und lieben SINN- UND ERLEBNISTAG FÜR PAARE

Sa. 08.06.2019 | 10:00 – 17:00 Uhr

Schenken Sie sich und Ihrem Partner einen Tag voller neuer Sinneindrücke:

- Etwas erleben als Paar und in der Gruppe durch biografische Wahrnehmungsübungen.
- Gemeinsam kochen und essen.
- Kreativ sein im Atelier und etwas Neues ausprobieren.

Der Tag endet mit einer kleinen Vernissage, in der jede/r ihre/seine Eindrücke zum Tag und zu den entstandenen Werken erläutern und vorstellen kann.

Ort: Monheim (die Adresse wird noch bekannt gegeben)

Referenten: Carolin Dörmbach, Improspielerin, Coach,
Kulturanthropologin
Thomas Dörmbach, Diplom Sozialarbeiter, M.A.,
Leiter der Familienbildungsstätte Wipperfürth

Kosten: 30,- € pro Paar

Kinderbetreuung auf Anfrage möglich!

**Anmeldung: info@bildungswerk-mettmann.de;
Tel.: 02102 1538661**

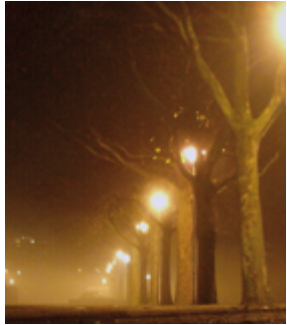
SPIRITUELLE ANGEBOTE

STILLE. NACHT. GEMEINSAM. GEHEN.

Gang in die Sommernacht für Paare

Fr. 14.06.2019 | 19:30 – ca. 22:00 Uhr

Erleben Sie als Paar einen „Pilgerweg der besonderen Art“ in Langenfeld. Gehen Sie zu zweit einen gekennzeichneten Weg mit verschiedenen Stationen, um innezuhalten, sich auszutauschen und den nahenden Sommer in sich aufzunehmen. Gehen Sie als Paar für sich, sprechen oder schweigen Sie, verweilen Sie an dem einen oder anderen Ort, bei dem einen oder anderen Gedanken, bei der einen oder anderen Erinnerung.



Zum Abschluss sind noch alle zu einem Glas Wein und kleinem Snack in den Räumen des Pfarrzentrums eingeladen.

Bitte Taschenlampen mitbringen!

Start- und Endpunkt: Kirche St. Martin, Kaiserstraße 28,
Langenfeld

**Anmeldung und Information: Jessica Lammerse,
Tel.: 02102 9298041, jessica.lammerse@erzbistum-koeln.de
oder Detlef Tappen, Tel.: 0177 2438600,
detlef.tappen@erzbistum-koeln.de**

OASENTAG FÜR PAARE

Wohnst du noch, oder lebst du schon?! – Lebensräume und Lebensträume, oder: Wo wohnt Gott bei uns?

So. 22.09.2019 | 10:00 – 19:30 Uhr

An diesem Tag wollen wir Lebens(t)räumen und den Heiligen Orten in unserem Leben und in unserer Liebe nachgehen. Zeiten für mich selbst, für uns als Paar und für Gott wechseln sich ab.

Ort: Rosa-Flesch-Tagungshaus, Margaretha-Flesch-Straße
12, 56589 Waldbreitbach

Referentinnen: PR Jessica Lammerse und PR Regina Oediger-Spinrath

Kosten: 50,- € pro Paar

**Anmeldung: Edith-Stein-Exerzitienhaus, Tel.: 0221 1642-1654,
info@edith-stein-exerzitienhaus.de**

FÜREINANDER BERUFEN

BESINNUNGSTAG FÜR PAARE, DIE IHR GEHEIMNIS SUCHEN

Sa. 09.11.2019 | 10:00 – 17:00 Uhr

Der Besinnungstag bietet die Möglichkeit als Paar auf das zu schauen, wofür wir – jeder einzelne und wir als Paar – brennen und was uns ausmacht. Jedes Paar geht dabei einen ganz individuellen Weg und hat so die Gelegenheit, dem eigenen Geheimnis – neu – auf die Spur zu kommen und es in den Alltag zu integrieren.



Methoden: Elemente aus dem Berufungscoaching „WaVe“, Biblischer Impuls, Paargespräche und Gebetszeit

Mit Kinderbetreuung – bitte bei der Anmeldung angeben.

Ort: FamilienForum Köln Agnesviertel

Referentinnen: Sr. Kerstin-Marie, Berufungscoach und Systemischer Coach und Jessica Lammerse, Pastoralreferentin in der Ehepastoral

Kosten: 30,- €/Paar inkl. Mittagsimbiss, Kaffee und Getränke

Wegen der fehlenden Parkmöglichkeiten vor Ort, wird die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln empfohlen!

Anmeldung: FamilienForum Agnesviertel, Tel.: 0221 7753460 oder info.agnesviertel@familienbildung-koeln.de

IMPULSE FÜR BRAUTPAARE

EHEVORBEREITUNGSKURSE, INFOS, ANREGUNGEN
UND TIPPS ZUR TRAUUNG

www.ehe-vorbereitung.de



EHE.WIR.HEIRATEN.
DIE NEUE HOCHZEITS-APP DER KATH. KIRCHE
www.ehe-wir-heiraten.de

ANGEBOTE FÜR FAMILIEN

EXERZITIEN FÜR MÜTTER, VÄTER UND IHRE KINDER

Die ignatianischen Exerzitien laden dazu ein, sich Zeit für die persönliche Beziehung zu Gott zu nehmen, ihr Raum zu geben und sie als eine Kraftquelle für den Familien-Alltag zu erfahren. Mütter und Väter können gemeinsam oder alleine mit ihren Kindern an den Exerzitien teilnehmen. Lassen Sie sich ein, auf eine gemeinsame Gottsuche in allem... im Schweigen, in biblischen Impulsen oder während der Besinnungs- und Gebets- und Gottesdienstzeiten.

Das Miteinander der Kinder sowie der Jugendlichen – im Alter zwischen 4 und 14 Jahren – wird altersgerecht und religionspädagogisch betreut und gestaltet.

Der gegenseitige Austausch über die gesammelten Erfahrungen ist ebenso ein fester Bestandteil der Exerzitien wie die begleitenden Einzelgespräche und die Feier der Eucharistie.

Kosten: Für katholische Teilnehmende aus dem Erzbistum Köln: Erwachsene 250,- €, Kinder kostenfrei.

Für andere Teilnehmende bitte jeweils die Kosten erfragen.

Termine:

**In den Sommerferien: Mi. 17.07. – So. 21.07.2019,
sowie Mi. 21.08 – So. 25.08.2019**

**In den Herbstferien: Fr. 11.10. – Di. 15.10. 2019,
sowie Mi. 23.10 – So. 27.10.2019**

Weitere Informationen: www.familienexerzitien.de

**Kontakt: Judith Göd, Tel.: 0221 1642-1488;
judith.goed@erzbistum-koeln.de**



Ehepastoral für den Kreis Mettmann
Jessica Lammerse | Am Löken 67 | 40885 Ratingen
Tel.: 02102-9298041 oder 01520-1642073
E-Mail: Jessica.Lammerse@erzbistum-koeln.de