



Familljen-Center

4, rue G. C. Marshall L-2181 Luxembourg

www.familljen-center.lu

Tel.: 47 45 44



Februar 2020 bis
August 2020

Programm

Consultation et Préparation
Familiale A. s. b. l.



No 102

Anmeldung und Kostenbeitrag

Am einfachsten online: www.familljen-center.lu - Für weitere Fragen oder telefonische Anmeldungen wenden Sie sich an unser Sekretariat, Telefonnummer 47 45 44. Für kostenpflichtige Angebote erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung mit Überweisungsinformationen. Ihre Anmeldung wird erst mit Eingang des Überweisungsbetrages auf unserem Konto wirksam.

Bei Abmeldung vor dem Anmeldeschluss der Aktivität wird der Kostenbeitrag zurückerstattet. Später nur noch, falls sich eine andere Teilnehmerin oder ein anderer Teilnehmer findet.

Viele Angebote im „Familljen-Center“ werden im Rahmen einer Konvention vom Ministère de la Famille bezuschusst. Andere Angebote werden zusätzlich gemacht oder ein bestehendes Angebotskontingent wird wegen großer Nachfrage ausgeweitet.

Um z. B. allen Anfragen nach Beratung und Mediation innerhalb eines angemessenen Zeitraumes nachkommen zu können, sind wir bemüht, zusätzliche Beratungs- und Mediationsstunden bereitzustellen. Deshalb bittet das „Familljen-Center“ alle Klienten, Klientinnen, Teilnehmer und Teilnehmerinnen, im Rahmen ihrer finanziellen Möglichkeiten einen empfohlenen Kostenbeitrag zum wahrgenommenen Angebot zu leisten. Wir werden uns, wie bisher auch, weiterhin bemühen, die Angebote so kostengünstig wie möglich zu gestalten.

Weiblich? Männlich?/féminin? masculin?

DANI KIM
LOU
SAM DOMINIQUE

**WEIBLICH? MÄNNLICH?
INTERGESCHLECHTLICH?
SEIEN WIR AUFGESCHLOSSEN.**

Intergeschlechtliche Menschen werden mit biologischen Merkmalen geboren welche nicht der Norm sogenannter "weiblicher" oder "männlicher" Körper entsprechen.
www.intersex.lu



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Éducation
et de la Grande Région

Wir freuen uns auf die Kampagne **Weiblich? Männlich?** vom Familienministerium zur Intergeschlechtlichkeit hinzuweisen. Mehr auf www.intersex.lu

Ab Neustem können sich Betroffene, Angehörige oder Interessierte an uns wenden. Wir nehmen uns Zeit für Sie und helfen Ihnen gerne, informierte und aufgeklärte Entscheidungen zu treffen. Sie können sich direkt und diskret an uns wenden:
inter@familljen-center.lu

Nous avons le plaisir de vous informer de la campagne **feminin? masculin?** du Ministère de la famille sur l'intersexuation. Plus d'informations: www.intersexe.lu

Dès maintenant les concerné(e)s, les parents ou les intéressé(e)s peuvent s'informer au sein du Familljen-Center sur la thématique de l'intersexuation. Nous vous aiderons de notre mieux pour prendre des décisions informées et éclairées. Vous pouvez nous joindre directement et discrètement sous:
inter@familljen-center.lu

Inscription activités et contribution

Inscription online pour les activités: www.familljen-center.lu Veuillez contacter le secrétariat pour des renseignements supplémentaires et pour les inscriptions par téléphone: 47 45 44 (lu. de 14-16 heures; ma. à je. de 9-12 et de 14-16 heures; ve. de 9-12 heures). Pour certaines offres, vous recevez une confirmation par écrit avec les informations concernant l'activité et le paiement par virement. Votre inscription est seulement valable après la réception de votre contribution sur notre compte en banque. Au cas où vous annulez votre participation avant le délai d'inscription, la contribution sera remboursée, après cette date seulement, si un autre participant obtient la place libérée.

De nombreuses offres du „Familljen-Center“ sont subventionnées dans le cadre d'une convention avec le Ministère de la Famille. Par ailleurs, des activités s'ajoutent ou complètent celles proposées dans un domaine particulier. Afin de satisfaire toutes les demandes de consultation psychologique et de médiation dans des délais raisonnables, nous nous sommes engagés à augmenter le nombre d'heures de consultation psychologique et de médiation. C'est pour cela que nous demandons à tous les clients de verser une contribution selon leurs moyens financiers. Comme jusqu'à présent, nous nous efforçons de garder les tarifs favorables pour notre clientèle. Nous recommandons aux personnes se trouvant en congé de maladie de clarifier leur participation en contactant leur caisse de maladie.

Uebst-Geméistut

Nous serions heureux, si vous voulez soutenir notre nouvelle action «Uebst-Geméistut», pour que nos familles, qui sont pris en charge par la «Kleederstuff», aient la chance d'avoir une alimentation saine et équilibrée.

Grâce à l'aide de la Banque Alimentaire, nous pouvons depuis plusieurs années soutenir des familles avec des aliments de longue conservation et des produits hygiéniques. Par notre nouvelle action «Uebst-Geméistut», ces familles peuvent aussi recevoir des aliments frais. Une première expérience concrète s'est avérée très positive.

Vous pouvez nous aider à financer cette action en faisant un don: IBAN LU42 1111 0732 5116 0000 - BIC CCPLLULL - Consultation et préparation familiale asbl

MERCI beaucoup pour tous les dons! *John Weber*



Solidaritätsbeitrag

Dank großzügiger Unterstützung des Familienministeriums erhalten Sie das Programmheft gratis. Nicht alles ist mit öffentlichen Geldern abgesichert, etwa 20% unseres Budgets wird von der A. s. b. l. und den Kostenbeiträgen getragen. Eine Spende Ihrerseits betrachten wir als Solidaritätsbeitrag, für jene Menschen, die sich an den Beratungsgesprächen und Familienaktivitäten finanziell bescheidener beteiligen können.

IBAN LU42 1111 0732 5116 0000 - BIC CCPLLULL - Consultation et préparation familiale asbl

MERCI villmols fir all DON! *John Weber*

Code BIC de la banque du bénéficiaire										Montant									
C C P L L U L L										EUR									
N° de compte du bénéficiaire																			
L U 4 2 1 1 1 1 0 7 3 2 5 1 1 6 0 0 0 0										Code Pays									
Nom de la banque du bénéficiaire (uniquement si code BIC non indiqué)																			
Nom et adresse du bénéficiaire										Code Pays de résidence									
C O N S U L T . & P R E P . F A M										Reporting									
Communication au bénéficiaire										Avis de débit									
D O N																			
N° de compte du donneur d'ordre																			
Nom et adresse du donneur d'ordre (Max. 4 lignes)										Date et Signature									
Date d'exécution souhaitée																			
Frais à charge (par défaut = PARTAGÉS)																			
PARTAGÉS										OU									
Bénéficiaire										Donneur d'ordre									

DON - Solidaritätsbeitrag

.....

Dank großzügiger Unterstützung des Familienministeriums erhalten Sie das Programmheft gratis. Nicht alles ist mit öffentlichen Geldern abgesichert, etwa 20 % unseres Budgets wird von der A.s.b.l. und den Kostenbeiträgen getragen. Eine Spende Ihrerseits betrachten wir als Solidaritätsbeitrag, für jene Menschen, die sich an den Beratungsgesprächen und Familienaktivitäten finanziell bescheidener beteiligen.

MERCI villmols fir all DON! John Weber

„...ier mir de Plafong op de Kapp fällt“

Treffpunkt für Männer in Trennung und Scheidung

Die 14-tägig stattfindende Gruppe wendet sich an Männer in Trennungs- oder Scheidungssituationen, die Unterstützung während dieser Lebenskrise suchen. Der Umgang mit Einsamkeit, Selbstzweifeln, Schuldgefühlen, der Zusammenbruch bisheriger Lebensziele und die Neu-Organisation des Alltags, sowie laufende Auseinandersetzungen mit der Ex-Partnerin sind Herausforderungen, die viele Männer nicht zur Ruhe kommen lassen. Besonders die Trennung von den Kindern ist für Väter eine besondere Belastung: Sie sind besorgt, wie sie unter erschwerten Bedingungen Vater für ihre Kinder bleiben können. In der Gruppe lernen interessierte Männer sich im Austausch über ihre aktuelle Lebenssituation kennen, geben einander Unterstützung und Rat, erfahren Solidarität und Freundschaft.

Der Treffpunkt versteht sich als offenes Angebot für betroffene Männer und lädt zum freien Austausch unter Leitung eines Paartherapeuten und Trennungsberaters ein.

Treffpunkt für Männer:

11. Februar;
10. + 24. März;
07. + 21. April;
12. + 26. Mai;
09. + 30. Juni;
14. + 28. Juli 2020
jew. dienstags
von 19.30 - 22 Uhr
im Familien-Center in
Luxemburg-Bonnevoie

Kostenbeitrag:
freiwillige Spende

Leitung:
Jean-Paul Conrad

Anmeldung:
Kurzfristig möglich

Trauerwege bei Trennung/Scheidung

Das Ende einer Partnerschaft ist für die meisten Menschen ein tiefer Einschnitt in ihrem Leben. Dabei geht uns nicht nur ein Mensch verloren, der zu uns gehörte. Wir müssen uns auch von Idealen, Hoffnungen, Zukunftsperspektiven und vielem mehr verabschieden. Die häufigste Reaktion in dieser Lebenssituation ist Trauer. Denn sie ist die natürliche Antwort des Lebens auf Verluste.

Auch wenn Menschen individuell unterschiedliche Wege des Umgangs mit ihrer Trauer wählen, gibt es doch viele Gemeinsamkeiten. So entsteht in Zeiten des Verlustes ein Chaos an Gefühlen. Es können neben Traurigkeit und Einsamkeit auch Wut, Angst, Sehnsucht und Schuldgefühle auftauchen. Auch im Denken - z.B. durch Konzentrationsstörungen oder Orientierungslosigkeit - und im Handeln - z.B. durch sozialen Rückzug oder Ablenkungsversuche - schlägt sich die Trauer nieder. Viele Menschen haben auch körperliche Beschwerden.

So schmerzhaft diese Reaktionen auch sein mögen, sie zwingen uns „hinzuschauen“, unsere inneren Verletzungen ernstzunehmen und zu pflegen. Denn Trauer ist die Emotion der Wandlung. Sie hilft Menschen, sich auf neue Lebenssituationen umzustellen.

An diesem Abend werden die Vielfalt und die Gemeinsamkeiten von Trauerwegen in Trennungssituationen dargestellt und aufgezeigt, wie die heilsamen Kräfte der Trauer gefördert werden können.

Treffpunkt:

13. Februar 2020
Do. von 19 - 21.30 Uhr
im Familien-Center in
Bonnevoie

Kostenbeitrag:
gratis

Leitung:
Mariette Wiltzius

Anmeldeschluss:
07.02.2020

Komm mir ginn an d'Bibliothék :

Treffpunkt:
20. Februar 2020
Do. von 14 bis 16 Uhr
Cité Bibliothéque in
Luxembourg

Kostenbeitrag:
gratis

Leitung:
David Velazquez

Anmeldeschluss:
17. Februar 2020

do kréien mer eng Geschicht virgelies an mer
kennen Bicher ausléinen !

Hues du Loscht zesummen mat engem Pirat no engem Schatz
sichen ze goen, mat enger Heldin een Draach ze bekämpfen, an
engem verloossenen Haus Gespenster ze gesinn oder op engem
Bauernhaff mat Deieren ze spillen ? Alles dat ass méiglech wann een
an d'Fantasiewelt vun de Bicher reest. An fir déi, déi léiwer Biller
kucken ginn et hei och BDen, Comics an Mangaen.

All des Bicher kann een an der Cité Bibliothék entweder op der Platz
kucken oder ausléinen an bei sech doheem liesen.

Op dësem Daach invitéieren mer d'Kanner mat hiren Elteren des
Bibliothék kennenzelieren : dir kritt d'Bicher gewisen déi et hei
gëtt, dir kritt eng Geschicht virgelies an wann der Loscht hutt kennt
der iech gratis eng Bibliothék-Kaart maachen fir an Zukunft sou oft
wie der wëllt zréckzekommen.

Vergiesst net Eppes Klenges fir ze nammen matzebréngen fir
während der Paus ze iessen.



Scheidungsfolgen und Folgefamilie

Das Ende einer Partnerschaft beendet nicht automatisch die Beziehungen innerhalb der Familie sondern verändert diese in einschneidender Weise. Fragen zur Elternschaft nach der Scheidung, zur Erziehung der Kinder, zur Ausübung des Besuchsrechtes, zur Aufrechterhaltung der Bindungen zu beiden Elternteilen, zum Gestalten von Familienfesten und Verwandtschaftsbeziehungen prägen und belasten häufig weiterhin die Phase nach der Scheidung.

Im Verlauf des Informationsabends werden Herausforderungen aufgezeigt, die sich getrennten Eltern stellen und Anregungen gegeben, wie sich Loyalitätskonflikte und ein «Rosenkrieg» vermeiden oder beenden lassen. Das Angebot richtet sich an betroffene Eltern, besorgte Mütter, Väter und Großeltern.

Informationsabend:
25. Februar 2020
Di. um 19 Uhr
im Familien-Center
in Luxembourg-Bonnevoie

Kostenbeitrag:
gratis

Referenten:
Jean-Paul Conrad
Tiana Schauls

Anmeldeschluss:
20. Februar 2020

Kannergrupp

„Wann d'Mamm an de Papp sech trennen“ 6 Treffen

Mir bidden e Grupp fir Kanner am Alter tëscht 6 a 12 Joer, deenen hier Elteren getrennt/gescheet oder an der Trennung/Scheidung sinn. An dësem aktiven Atelier bidde mir de Kanner d'Méiglechkeet via gezielten Aktivitéiten a Spriechronnen, sech mat hirer Situatioun ausereen ze setzen an hier Gefiller aus ze drécken.

An dësen Atelier'en fokusséieren mir eis op verschidden Themen ewéi :

- Onsécherheet an Ängschten,
- Schuldgefill a Loyalitéitskonflikt,
- Roserei an Trauer,
- Ongerechtegkeet an Ohnmacht,
- Vermessen vun engem Elterendeel,...

Mir leeën grouse Wäert op d'Zesummenaarbecht mat den Elteren. Dofir bidde mir virum Start vum Grupp en Info-Owend fir d'Elteren un. Hei gëtt d'Konzept vum Grupp am Detail erkläert an op d'Froen vun den Elteren agaang.

De Grupp gëtt an engem Zyklus vun 6 Wochen ugebueden. D'Atelier'en fannen ëmmer Dënstes vun 16 bis 18 Auer am Familien-Center zu Bouneweg statt.

Zum Schluss vun deenen 6 Atelier'en wäerte mir och den Elteren an Enzelgespréicher e Feedback ginn an d'Méiglechkeet bidden fir op weider Froen an eventuell Suergen anzegeen.

Informationsowend fir Elteren:

03. Maerz
De. vun 16 - 18 Auer
am Familien-Center

Atelier'en fir d'Kanner: 6 Treffen

10.; 17.; 24 + 31. März
21. an 28. Abrëll 2020
ëmmer De. vun 16 - 18 Auer
am Familien-Center
zu Lëtzebuerg-Bouneweg

Käschtenbäitrag:
50 € pro Famil

Referenten:
Marc Bressler

Umeldeschluss:
26. Februar 2020

Neues Scheidungsgesetz

Informationsabend:
27. Februar 2020
Do. um 19 Uhr
im Familien-Center
in Luxemburg-Bonnevoie

Kostenbeitrag:
gratis

Referenten:
Philipp Müller
Lis Thomé

Anmeldeschluss:
21. Februar 2020

„Scheiden tut weh.“

Fakten Eindrücke und Fragen zum Gesetz vom 27. Juni 2018

So heißt es im Volksmund.

Das neue Gesetz, welches am 1. November 2018 in Kraft getreten ist, versucht Scheidungen „schmerzloser“ zu gestalten und das Luxemburger Familienrecht zu modernisieren.

An diesem Infoabend werden wir einen Überblick geben und dabei in leicht verständlicher Sprache die wesentlichen Elemente der neuen Regelungen vorstellen.

Wir werden versuchen, auf Fragen einzugehen.

Das Angebot richtet sich an betroffene Mütter, Väter und Familien (nicht an Professionelle). Der Infoabend kann eine juristische Beratung durch Anwälte nicht ersetzen.

Achtsamkeit und Selbstmitgefühl

Wochenend-Seminar:
Sa. 29. Februar und
So. 01. März 2020
jeweils von 10 - 17 Uhr
inkl. Mittagspause
(Selbstversorgung)
im Familien-Center in
Luxemburg

Kostenbeitrag:
120€

Leitung:
Margit Schneider-Quast
Monique Spautz

Anmeldeschluss:
14. Februar 2020

Ein ressourcenorientiertes Wochenend-Seminar

ACHTSAMKEIT kann uns helfen zu entschleunigen, das Leben wieder bewusster wahrzunehmen und in Kontakt mit uns selbst und unserer Lebendigkeit zu kommen.

SELBSTMITGEFÜHL ist ein Weg, auszusteigen aus Selbstkritik und Selbstverurteilung und mit uns selbst Frieden zu schliessen.

An diesem Wochenende kombinieren wir Fertigkeiten von Achtsamkeit und Selbstmitgefühl um Stress zu reduzieren und liebevoller mit uns selbst umzugehen:

- Einführung und Schulung in Achtsamkeit und Selbstmitgefühl
- Achtsame und selbstmitfühlende Körperwahrnehmungen im Liegen
- Geleitete Achtsamkeitsmeditationen im Sitzen und Stehen
- Meditationen und Übungen zur Kultivierung von Selbstmitgefühl (Liebende Güte-Meditation)
- Angeleitete Selbstreflexionen und Austausch in der Gruppe
- Einfache Übungen zur Selbstfürsorge zuhause

Voraussetzungen zur Teilnahme sind:

- ein individuelles Vorgespräch
- eine grundlegende psychische Stabilität
- Selbstreflexion und die Bereitschaft sich im Gruppenprozess mit einzubringen.



„Mediation – ein Weg zum fairen Miteinander?“

Vom ersten Gedanken an Trennung oder Scheidung bis zur Verarbeitung der Trennung ist es ein langwieriger, meist schmerzhafter Prozess, der für alle Beteiligten eine große Belastung darstellt.

Wenn sich trennende Paare gemeinsame Kinder haben, stehen sie vor besonders großen Herausforderungen. Wie möchten Sie die Verantwortung und die Zuständigkeiten, die Aufgaben und Pflichten und auch die Elternfreuden aufteilen? Welche Entscheidungen müssen gemeinsam getroffen werden? Wer kann welche Entscheidung alleine treffen? Daneben sind dann meist noch wichtige Regelungen für die Gestaltung der Zukunft zu treffen, eine Einigung mit dem (Ex-) Partner bzw. der (Ex-)Partnerin scheint jedoch unmöglich.

Es gibt viele Faktoren, die den Verlauf des Trennungsprozesses beeinflussen: Kommunikationsfähigkeit und -bereitschaft, Verletzungen und Kränkungen, „offene Rechnungen miteinander“, Wohnmöglichkeiten, Alter und Anzahl der Kinder, Flexibilität im Beruf, die Verarbeitung der Trennung als Paar ...

Eine professionelle Beratung und Begleitung in dieser Phase des Umbruchs für eine Familie oder auch danach kann dabei sehr hilfreich sein. An diesem Abend soll die Familienmediation als außergerichtliche aber auch als das Scheidungsverfahren begleitende Konfliktregelungsmethode vorgestellt werden: Wie verläuft ein Mediationsprozess? Was ist der Unterschied zu einer Elternberatung oder einer Paarberatung? Welche Möglichkeiten bietet die Mediation? Wo liegen ihre Grenzen? Neben Informationen zum Thema werden die Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Mittelpunkt dieses Abends stehen.

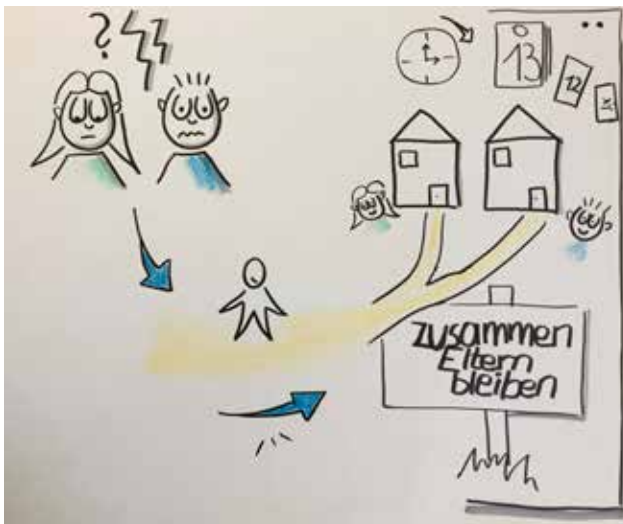
Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die vom Familiengericht geschickt werden, ist die Ausstellung eines „Certificat“ über die Teilnahme an einer „réunion d’information“ entsprechend „Article 1251-1. (2) du Nouveau Code de procédure civile“ möglich.

Informationsabend:
05. März 2020
Do. von 18-19.30 Uhr
im Familien-Center
Rollingergrund

Kostenbeitrag:
gratis

Referentin:
Lis Thomé

Anmeldeschluss:
28. Februar 2020



Achtsamkeitsyoga

Gruppe/Training:
5.; 12. + 26. März;
2. April 2020
Do. von 18.30 - 20.30 Uhr
im Familien-Center
in Luxembourg-Bonnevoie

Kostenbeitrag:
90 €

Leitung:
Margit Schneider-Quast

Anmeldeschluss:
24. Februar 2020

Ruhig und gelassen im Hier und Jetzt

Unser Geist springt gerne hin und her. Zwischen all den Herausforderungen des Alltags, den Mehrfachbelastungen durch Familie, Beruf und Freizeit, dem Hoffen, Bangen, Zweifeln und Wünschen kommen wir oftmals nur schwer zur Ruhe.

Beim Yoga gelangen wir in Verbindung mit Achtsamkeit über den Atem in Kontakt mit unserem Inneren. Wir kommen wieder mehr bei uns selbst an und lernen -unabhängig von äußeren Umständen- unser inneres Gleichgewicht und unseren inneren Frieden zu finden.

Durch eine Kombination von sanften Körperübungen aus dem Hatha-Yoga, Atem- und Konzentrationsübungen und Visualisierungsübungen öffnen wir uns für unsere „Innere Mitte“ und erleben, was es heißt „in uns selbst zu ruhen“. Ergänzt werden diese Übungen durch geführte Meditationen und angeleitete Tiefenentspannung.

Eingeladen sind alle, die nach einem Weg suchen in einer kleinen Gruppe von max 10 TN zu entschleunigen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, eine ausreichende körperliche Fitness ist jedoch wünschenswert.

Gesprächsgruppe für Frauen in Trennung/Scheidung

Treffpunkt:
6. + 20. März;
03. + 24. April;
08. + 22. Mai;
12. + 26. Juni 2020
Fr. von 19.30 - 21.30 Uhr
Im Familien-Center in
Bonnevoie

Kostenbeitrag:
50€

Leitung:
Mariette Wiltzius

Anmeldeschluss:
24.02.2020

Bricht eine Beziehung entzwei, so geraten die meisten Menschen in eine schwere Lebenskrise. Denn neben den alltagspraktischen Problemen, die eine Trennung/Scheidung mit sich bringt - wie etwa Arbeits- oder Wohnungssuche, Kinderbetreuung, Besuchsregelungen - wird der Verlust des intensiven Bezugs zu einem Partner und das Aufgeben von Lebenszielen als sehr verunsichernd erlebt. Einsamkeit, Selbstzweifel, Angst, Wut sowie die Sorge um das Wohl Ihrer Kinder und um die eigene Zukunft machen betroffenen Frauen meist sehr zu schaffen. Dazu kommt, dass die weiterbestehenden Kontakte mit dem Ex-Partner während der Trennungs-/Scheidungsphase - und bei gemeinsamer Elternschaft noch weit darüber hinaus - die Frauen oft sehr belasten.

Die Abendgruppe richtet sich an Frauen in Trennung/Scheidung, die gemeinsam mit anderen Betroffenen unter fachlicher Leitung den Weg des inneren Loslassens vom Partner gehen wollen. Durch den Austausch mit Frauen in ähnlichen Lebenssituationen bekommen sie Anregungen, die helfen können, sich an ihre neue Lebenssituation anzupassen. Die Teilnehmerinnen erhalten dadurch die Gelegenheit, wieder Mut zu fassen, Selbstvertrauen zu entwickeln und sich neu zu orientieren.

Family goes Underground

Eine abenteuerliche Reise durch die Kasematten

Anstatt einer traditionellen Besichtigungstour durch die Stadt, die besonders für Kinder nervend und langweilig sein kann, bietet das Familien-Center, in Kooperation mit der Asbl „Frënn vun der Festungsgeschicht Lëtzebuerg“, den Eltern die Möglichkeit gemeinsam mit ihren Kindern die Katakomben der Stadt Luxemburg auf eigene Faust zu besuchen und zu erforschen.

Machen sie sich mit Hilfe ihrer Taschenlampe auf die Reise durch dunkle unterirdische Tunnels die normalerweise nicht für jedermann zugänglich sind. So lassen sich Kinder und Jugendliche für eine gemeinsame Aktivität und für die Geschichte der Festung Luxemburg begeistern.

BITTE TASCHENLAMPE NICHT VERGESSEN!

Zusätzlich sind feste Schuhe, wetterfeste Kleidung und eventuell Getränke im eigenen Rucksack von Vorteil.

Treffpunkt:
08. März 2020
So. von 14 bis 16 Uhr
in Luxembourg

Kostenbeitrag:
10€ pro Teilnehmer
Kinder bis 10 Jahre gratis

Leitung:
Célestin Kremer
Asbl „Frënn vun der
Festungsgeschicht
Lëtzebuerg“

Koordination:
Marc Bressler

Anmeldeschluss:
1. März 2020

Bringe in Bewegung, was Dich bewegt ...

... und entdecke deine Lebendigkeit, Lebensenergie und Freude

Dieses tanztherapeutische Angebot kann sowohl als vorbeugende Maßnahme dienen, um die eigene Lebensqualität zu verbessern; als auch bei seelischen und/oder familiären Belastungen unterstützend wirken.

Im Tanz können wir ausdrücken und mitteilen, was wir fühlen und wozu uns oft die Worte fehlen.

An diesem Abend bietet sich ein Freiraum, um

- seinen Körper achtsam wahrzunehmen,
- seinen individuellen Bewegungsimpulsen zu folgen,
- und sich im Tanz auszudrücken, inspiriert durch Rhythmen und Klänge aus aller Welt,
- und sich erneut mit seiner Lebendigkeit, Lebensenergie und Freude zu verbinden.

Dabei entsteht ein gutes Körper- und Lebensgefühl und wir finden erneut zu einem inneren Gleichgewicht, das uns hilft, den Herausforderungen des Alltags zu begegnen.

Eingeladen ist jede Frau, die diesen kreativen Raum für sich nutzen möchte, Lust hat Neues auszuprobieren und sich immer mal wieder die Erlaubnis geben möchte, aus der Reihe zu tanzen. Keine Tanzkenntnisse erforderlich!

Treffen:
12. März + 23. April 2020
Do. von 19 - 21.30 Uhr
Auberge de la Jeunesse
(mit Parking)
in Luxembourg

Kostenbeitrag:
15 € pro Treffen

Leitung:
Monique Spautz

Anmeldeschluss:
10. März 2020
resp. 21. April 2020

„Gemeinsam Eltern bleiben...“

Informationsabend:
19. März 2020
Do. von 18 - 19.30 Uhr
im Familien-Center
in Luxembourg

Kostenbeitrag:
gratis

Referent:
John Weber
Familientherapeut,
Mediator, Jurist

Anmeldeschluss:
17. März 2020

Elternschaft in und nach der Trennung oder Scheidung

Wenn Eltern sich trennen, stehen sie vor einer großen Herausforderung. Wie Aufgaben und Pflichten, Rechte und Elternfreuden aufteilen? Es gibt viele Faktoren die beeinflussen: Flexibilität, Kommunikationsbereitschaft, Wohnmöglichkeiten, Alter und Anzahl der Kinder, Verarbeitung der Trennung als Paar...

Spätestens seit dem Inkrafttreten des neuen Scheidungsgesetzes ist die gemeinsame elterliche Verantwortung und Sorge die Regel. Doch was heißt gemeinsam? Muss über jede Frage diskutiert und gemeinsam entschieden werden? Es gibt viel Verunsicherung.

Gibt es Elternschaftsmodelle für getrennte Paare? Wie kann sich diese Elternschaft im Laufe der Jahre den Umständen anpassen? Gibt es Elternschaftsmodelle, die für Kinder „besser“ oder „schlechter“ sind? Wie funktioniert denn überhaupt das von der Gesellschaft geforderte „gemeinsam Eltern bleiben“?

Inwieweit kann man als getrennt lebende Mütter und Väter aktiv die Elternschaft gestalten mit Blick auf das Wohl der Kinder und der Erwachsenen?

Neben Informationen zum Thema werden die Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Mittelpunkt dieses Informationsabends stehen.

Die Veranstaltung richtet sich an Mütter, Väter und Elternpaare.

Die Bedürfnisse der Kinder bei der Trennung der Eltern

Informationsabend:
12. Mai 2020
Di. von 19.00 - 20.30 Uhr
im Familien-Center
in Luxembourg-Bonnevoie

Kostenbeitrag:
gratis

Referent:
Marc Bressler

Anmeldeschluss:
05. Mai 2020

Die Trennung oder Scheidung der Eltern verändert das Leben der Kinder. Das bekannte Familiensystem bricht zusammen, die Kinder reagieren mit Verunsicherung und brauchen altersspezifische Unterstützung. Anfangs sind auch die Eltern mit der neuen Situation überfordert und hilflos ihren Kindern gegenüber.

- Wie erleben Kinder die Scheidung der Eltern?
- Wie können Eltern ihre Kinder bei der Trennung unterstützen?
- Wie können Eltern mit ihren Kindern über die bevorstehenden Veränderungen reden?
- Wie kann die Bindung der Kinder zum abwesenden Elternteil aufrechterhalten werden?

Diese sowie weitere persönliche Fragen der Teilnehmer werden an dem Gesprächsabend im Mittelpunkt stehen. Das Angebot richtet sich an betroffene Eltern, besorgte Mütter und Väter sowie Großeltern.

Die Themen: Elternschaft nach der Scheidung, sowie längerfristige Scheidungsfolgen werden an weiteren Informationsabenden vertiefend behandelt.

Mountainbike Trip

Sonntag ist Ruhetag!?... Warum nicht einmal zusammen mit den Kindern auf eine Fahrradtour gehen?

Das Familien-Center bietet Ihnen eine Einführung im Bereich von Mountainbike und die Möglichkeit ihre Kinder fürs Fahrradfahren zu begeistern. Mit dem Mountainbike durch die Wälder zu radeln ist jedes Mal wieder ein neues Erlebnis und macht viel Spaß. Dieses sportliche und naturgebundene Abenteuer ist nicht mit einem virtuellen Abenteuer auf der Spielkonsole zu vergleichen. Die Wälder in Luxemburg bieten viele interessante Fahrradwege die eine gemeinsame Familienaktivität unvergesslich machen.

Ein Angebot für mutige Abenteurer, auf der Suche nach Spass und Herausforderung. Die Bereitschaft zur körperlichen Anstrengung und zur Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen ist wünschenswert.

SICHERHEITSHINWEIS

Wetterfeste Kleidung, die schmutzig werden darf, und das eigene Mountainbike, sind von Vorteil. Fahrräder, sowie Fahrradhelm, können auch vor Ort ausgeliehen werden zum Preis von 10€. Minimum Alter: 10 Jahre; bitte Pick-nick mitbringen.

Treffpunkt:
17. Mai 2020
Sonntag von 14 - 17 Uhr
im Müllerthal
Berdorf

Kostenbeitrag:
10€ pro Person

Leitung:
Marc Bressler

Anmeldeschluss:
10. Mai 2020

Eltern werden, Partner bleiben

Partnerschaft nach der Geburt eines Kindes

Die Geburt eines Kindes wird von den meisten Eltern als überwältigend erlebt und erfüllt sie mit noch nie erlebten Glücksgefühlen. Doch tritt nach der anfänglichen Euphorie der Alltag mit dem Baby ein, so macht sich häufig Frustration und Enttäuschung bei dem Elternpaar breit. Auf das Ausmaß der Veränderungen im Zusammenleben sind die wenigsten Paare vorbereitet. Manche geraten in eine ernsthafte Beziehungskrise.

Viele Paare wählen in dieser Krise den Weg der Trennung, weil sie sich gegenseitig für die Schwierigkeiten Vorwürfe machen und die anhaltenden Streitereien sie überfordern.

Andere bleiben zusammen, entfremden sich innerlich jedoch so sehr voneinander, dass sie nur noch nebeneinander her leben.

Andere wiederum erkennen in dieser Krise die Möglichkeit, sich gemeinsam zu entwickeln und zusammen zu wachsen. Sie sind beide bereit, sich mit den entstehenden Konflikten auseinanderzusetzen und Lösungen zur Gestaltung der neuen Lebenssituation zu finden.

An diesem Abend möchten wir über Schwierigkeiten sprechen, die in dieser Phase der Partnerschaft auftreten können und Anregungen zum konstruktiven Umgang miteinander geben.

Treffpunkt:
18. Juni 2020
Do. von 19 - 21.30 Uhr
im Familien-Center in
Bonnevöie

Kostenbeitrag:
gratis

Referentin:
Mariette Wiltzius

Anmeldeschluss:
12.06.2020

Mammen a Kanner ginn zelten! Traus de dech?

Treffpunkt:

13. bis 14. Juni 2020
Sa. von 15 bis So. 15 Uhr
in 21 porte des Ardennes
L-9145 Erpeldange-sur-
Sûre

Kostenbeitrag:
70 € pro Familie

Leitung:
Lis Thomé
David Velazquez

Anmeldeschluss:
05. Juni 2020

Hey! Wéi klengt dat, zesumme mat der Mamm en
Ausflug maachen, an dobausse schlöfen?

Stell der vir: Mir ginn op eng Wiss wou lauter grouss Zelter stinn. Virun den Zelter fléisst e Floss, d'Sauer, wou een seng Féiss kann erfrëschen, wann d'Sonn ze staark schéngt. Owes, kenne mer e Lagerfeier umaachen, an eis vun den danzende Flamen opwierme loossen. Wa mer wëllen, kenne mer d'Better aus dem Zelt droen, an dobaussen ënnert dem Stärenhimmel schlöfen. Vlächit wärte mer am Himmel Stärebillen erkennen.

- E richtig Abenteuer, zesumme mat der Mamm. Wat sees du dozou, traus du dech?
- D'Zelter an d'Feldbetter sti schonn hei, fir lessen ass och gesuergt. Vill flott Spiller si geplangt. Dat eenzegt wat feelt, si Mammen a Kanner (Cycle 2-4) déi sech trauen.
- Genau Infoe kritt Dir no der Umeldung 1 Woch am Virus.



Familie Tarzan

Klettern auf Stahlseilen zwischen Bäumen und Masten (min. Alter 6 Jahre)

Der Hochseilgarten in HEIDERSCHEID bietet neben körperlicher Aktivität in der Natur (in der Luft und am Boden) auch viele Anregungen für die persönliche und familiäre Entwicklung. Die gemeinsame Bewältigung von Hindernissen und Herausforderungen, sowie das Erleben der gegenseitigen Unterstützung und des gegenseitigen Vertrauens, stärken die Beziehung und Kommunikation zwischen Eltern und Kinder.

- Perfekt für abenteuerlustige Eltern, die mal wieder etwas Neues mit ihren Kindern erleben wollen.
- Ihre Sicherheit wird durch die Anwesenheit von qualifizierten Trainern und Sicherheitsmaterialien (Helm, Klettergurt, usw...) garantiert.
- Ab 17-18 Uhr besteht noch die Möglichkeit in der Gruppe gemeinsam etwas vom Grill zu essen.
- Absage der Aktivität bei Gewitter und Sturm.

Treffpunkt:
27. Juni 2020
Sa. 14 bis 18 Uhr
in Heiderscheid

Kostenbeitrag:
10€ pro Teilnehmer
Kinder bis 10 Jahre gratis

Leitung:
Marc Bressler

Anmeldeschluss:
20. Juni 2020

Höhlenentdecker

Ein Abenteuer für die ganze Familie

Begeben Sie sich zusammen mit ihren Kindern auf eine abenteuerliche Reise in die dunklen Grotten der „Mamerlayen“. Erforschen Sie mit Hilfe einer Taschenlampe diese künstlichen Höhlen, dessen Ursprung noch heute nicht geklärt werden konnte. Im Mittelalter wurden Mühlsteine in den Stollen gebrochen. Vielleicht lebten damals auch ganze Familien in diesen Höhlen. Wo war das Esszimmer oder der Baderaum, und ganz wichtig, wo stand der Fernseher?

Begeistern sie ihre Kinder zu einer gemeinsamen Aktivität mit einer abenteuerlichen Erforschung der geheimnisvollen Höhlen im Marienthal. Lustige Spiele und interessante Geschichten machen diese Entdeckungsreise zu einer unvergesslichen Mutprobe.

Bitte unbedingt eine Taschenlampe und einen warmen Pullover mitbringen. Minimum Alter: 5 Jahre.

Treffpunkt:
05. Juli 2020
So. 14 bis 18 Uhr

Klaushaff
beim Marienthal

Kostenbeitrag:
10€ pro Teilnehmer
Kinder bis 10 Jahre

Leitung:
Marc Bressler

Anmeldeschluss:
28. Juni 2020

Psychologische Beratung

Anmeldung zu einem Aufnahmegespräch mit einer Beraterin oder einem Berater:
Telefon: 47 45 44

Beratungssprachen:
Luxemburgisch,
Deutsch, Französisch,
Englisch

Kostenbeitrag:
richtet sich nach den finanziellen Möglichkeiten
Orientierungswerte zur Selbsteinschätzung finden Sie auf unserer Homepage
www.familjen-center.lu

Die psychologische Beratung wendet sich an Frauen, Männer, Paare und Familien in schwierigen oder kritischen Lebenssituationen. Qualifizierte psychologische Beraterinnen und Berater stehen zur Seite:

- bei persönlichen, partnerschaftlichen, sexuellen oder familiären Konflikten
- in Lebenskrisen (z. B. Pubertät, Trennung, Scheidung, Erfahrung von Scheitern, Krankheit, Trauer, Einsamkeit,...)
- bei schwierigen, konflikthaften oder unerwünschten Schwangerschaften
- bei Erziehungsfragen
- bei Wunsch nach persönlicher Weiterentwicklung

Mit der Beraterin / dem Berater lernen Sie schrittweise sich selbst, Ihre augenblickliche Situation und Ihre Mitmenschen besser zu verstehen. Sie finden Unterstützung bei Ihrer persönlichen Weiterentwicklung, der Verarbeitung von belastenden Erfahrungen, und dem Suchen nach eigenen Wegen, um mit Ihren Problemen besser zurecht zu kommen.

Das Beraterteam des Familjen-Center setzt sich aus erfahrenen psychologischen Beratern, Beraterinnen, Therapeuten und Therapeutinnen zusammen. Sie stehen Ihnen nach telefonischer Absprache diskret, vertraulich und verbindlich zur Seite. Anonymität ist gewährleistet. Bei Bedarf können sozial-pädagogische Begleitung und/oder juristische Informationen vermittelt werden.

Consultations psychologiques

inscription pour un entretien d'admission avec une conseillère ou un conseiller:
téléphone: 47 45 44

langues parlées:
Luxembourgeois,
Allemand, Français, Anglais

participation:
la participation s'oriente selon vos moyens financiers

Des repères pour l'estimation se trouvent sur notre site internet
www.familjen-center.lu

La consultation accueille des femmes, des hommes, des couples et des familles confrontés à une situation difficile ou traversant une crise.

Des conseillères et des conseillers professionnels vous accompagnent:

- lors d'un conflit personnel, conjugal, sexuel et/ou familial
- lors d'une crise en relation avec une étape de la vie (dont la puberté, la séparation, le divorce, l'expérience d'un échec, la maladie, le deuil, la solitude...)
- lors d'une grossesse difficile, conflictuelle ou non désirée
- pour des questions éducatives
- pour des demandes concernant le développement personnel

Les entretiens vous aideront à mieux comprendre votre situation actuelle ainsi que les réactions de votre entourage et à réorienter votre propre chemin afin de mieux gérer vos conflits personnels ou relationnels.

L'équipe des conseillers du Familjen-Center est composée de conseillères et de conseillers psychologiques et de thérapeutes expérimentés. Après une prise de contact par téléphone, ils et elles seront à votre disposition de façon discrète, confidentielle et engagée. L'anonymat est respecté. Au besoin vous pourrez profiter d'une guidance socio-éducative et/ou d'une orientation juridique proposée par le centre.

Mediation – Ein Weg zur fairen Trennung?

Ein Weg zum fairen Miteinander?

Die Mediation ist ein Konfliktlösungsverfahren, in dem die Konfliktparteien (Medianden) sich austauschen und versuchen, selbstbestimmt rechtsverbindliche, zukunftsorientierte Lösungen zu entwickeln. Hierin werden sie von einem neutralen, fundiert ausgebildeten Dritten, dem Mediator, unterstützt. Ziel der Mediation ist in der Regel die schriftliche Abfassung einer von allen Konfliktparteien als fair empfundenen Vereinbarung mit Bestand für die Zukunft.

Grundprinzipien und Regeln der Mediation:

Eigenverantwortung und Autonomie; Offenheit und Informiertheit; Neutralität und Allparteilichkeit; Freiwilligkeit; Vertraulichkeit

Wir bieten Mediation sowohl im außergerichtlichen Bereich an („Médiation conventionnelle“) als auch zur Vorbereitung oder Ergänzung eines gerichtlichen Verfahrens („Médiation judiciaire“).

Wir bieten ein kostenfreies, unverbindliches Informationsgespräch im Beisein aller Medianden an, das jeder Mediation vorausgeht. In diesem Gespräch informieren wir Sie über den Ablauf einer Mediation und Sie können Ihre eigenen Informationsfragen klären. Erst danach wird entschieden, ob und wann es zu einer Mediation kommt.

Anmeldung:
Telefon 47 45 44

Beratungssprachen:
Luxemburgisch, Deutsch,
Französisch, Englisch

Kostenbeitrag:
60€ für eine Mediations-
sitzung à 60 Minuten
(Orientierung an
den Vorgaben des
Mediationsgesetzes).

Reduktionen aufgrund
Ihrer persönlichen
finanziellen Situation sind
möglich.

Weitere Infos:
www.familljen-center.lu

La médiation lors de conflits

Favoriser la coopération?

La médiation est un processus amiable de résolution de conflits lors duquel les différentes parties (médiateur(s)) s'expriment sur ce qui est au cœur de leur désaccord. Ils essayent de co-créer des solutions communes qui pourront être pérennisées par le juge. Lors de ce processus, les parties sont accompagnées par un tiers impartial et formé à la médiation, le médiateur. La médiation vise, en règle générale, la rédaction d'un accord de médiation durable dans le temps, reprenant tous les points sur lesquels les parties se sont mises d'accord.

Principes de base et règles de la médiation:

responsabilité personnelle et autonomie; franchise et information; neutralité et impartialité; engagement volontaire; confidentialité

Nous proposons tant la «médiation conventionnelle», en dehors du domaine judiciaire, que «la médiation judiciaire» laquelle vise à préparer, voir compléter une procédure judiciaire.

Nous proposons un entretien d'information gratuit ensemble avec tous les médiateur(s) et sans engagement, préalable à toute médiation. Lors de cet entretien nous vous informons sur le déroulement de la médiation et répondons à vos questions. Après cette étape il sera décidé si et quand la médiation aura lieu.

inscription:
téléphone 47 45 44

langues parlées:
Luxembourgeois,
Allemand, Français,
Anglais

contribution:
Le tarif est de 60€ / par
séance de 60 minutes
(et s'oriente d'après les
instructions émanant de
la loi sur la médiation).

Des réductions tarifaires
sont possibles suivant
votre situation financière
personnelle.

autres informations:
www.familljen-center.lu

Accompagnement socio-éducatif

Contact:
Les rendez-vous sur demande ont lieu dans nos localités au Rollingergrund, à Luxembourg-Bonnevoie ou bien par téléphone.

Kleederstuff
306, rue de Rollingergrund
L-2441 Luxembourg

Familljen-Center
4, rue G. C. Marshall L-2181
Luxembourg

www.familljen-center.lu

Langues parlées:
Lëtzebuergesch / Deutsch
Français / English

Personnes de contact:
Lis Thomé
assistante d'hygiène sociale
621 671 185
le lundi, mardi et jeudi
lis.thome@familljen-center.lu

Josiane Schiltz
responsable Kleederstuff
691 627 595
du lundi au vendredi matin
josiane.schiltz@familljen-center.lu

don vestiaire:
IBAN
LU42 1111 0732 5116 0000
BIC: CCPLLULL
avec la mention DON
KLEEDERSTUFF

Notre service accompagne des familles qui désirent un soutien par rapport à des questions sociales et ou éducatives. Nous proposons:

- * des habits de seconde main (Kleederstuff - vestiaire)
- * des poussettes, petits meubles... pour bébé
- * un conseil à des questions éducatives et démarches administratives
- * des aides ponctuelles sous forme de denrées alimentaires, produits d'hygiène...



Population cible: Notre service s'adresse aux parents qui attendent leur enfant et couvre toute la période où le(s) parent(s) perçoit(ven)t les allocations familiales. Nous donnons priorité aux familles avec des enfants en bas âge et/ou en situation précaire.

Nous soutenir: Nous sommes toujours à la recherche d'habits pour enfants de 0-10 ans ainsi que de poussettes, sièges voitures et tout autre matériel pour bébés et enfants en bas âge (svp pas de jouets). N'hésitez pas à nous contacter pour prendre un RV. Vous pouvez aussi nous soutenir en faisant un don au Familljen-Center.



Sozialpädagogische Begleitung

Unser Service begleitet Familien, die sich eine Unterstützung in Bezug auf soziale und oder edukative Fragen wünschen. Es gibt verschiedene Hilfestellungen:

- * Kleider aus zweiter Hand für Kinder bis 10 Jahre (Kleederstuff)
- * Kinderwagen, Kindermöbel für Babys und Kleinkinder
- * Beratung bei Fragen zur Erziehung und Anträgen bei Ämtern
- * Versorgung mit Leistungen der Banque alimentaire, Hygiene-produkte...

Zielgruppe: Unsere Dienstleistungen richten sich an werdende Familien und an Familien, die Kindergeld beziehen. Vorrang haben Familien mit Kleinkindern und Familien in schwierigen Lebenslagen.

Termine auf Anfrage finden in unseren Räumlichkeiten im Rollingergrund, in Luxemburg-Bonnevoie oder über Telefon statt.

Möchten Sie uns unterstützen?

Wir sind immer auf der Suche nach Kinderbekleidung von 0-10 Jahren. Auch Kinderwagen, Kindersitze und andere Kinderausstattung werden benötigt, bitte kein Kinderspielzeug. Bitte setzen Sie sich mit uns wegen eines Termins in Verbindung. Sie können uns auch mit einer Geldspende sehr weiterhelfen.



Mataarbechterinnen a Mataarbechter

Ahmeti Denis - Secrétaire - Comptable

Bressler Marc - Mag. rer. nat. Psychologe | Psychothérapeute | Systemische Therapie/Familientherapie | Erlebnispädagoge | EMDR i.A.

Ceci Carmela - Secrétaire accueil

Christ Georg - Mag. rer. nat. Psychologe | Psychothérapeute | Systemische Therapie/Familientherapie | Triple P Elterntainer | traumazentrierte Psychotherapie und Beratung | EMDR | klinische Hypnose | Marte Meo Therapeut | Systemischer Supervisor | Systemaufstellungen i.A.

Conrad Jean-Paul - Dipl. Psychologe | Psychothérapeute | Integrativer Paartherapeut | Formation à l'entretien individuel | traumazentrierte Psychotherapie und Beratung | EMDR

Hoffmann-Greisen Sylvie - Secrétaire accueil | Sachbearbeiterin

Kallenbach Antje - Comptabilité

Dr. König Andreas - Dipl. Psychologe | Systemische Therapie/Familientherapie | Klinischer Hypnotherapeut | *Freelance*

Mueller Philipp - Médiateur agréé | *Freelance*

Pull Caroline - Mag. rer. nat. Psychologin | Psychothérapeute | Systemische Therapie/Familientherapie | traumazentrierte Psychotherapie und Beratung | EMDR Therapeutin | klinische Hypnose | Marte Meo Therapeutin + Supervisorin

Schauls Tiana - Dipl. Psychologin (M.Sc.) | Systemische Therapie/Familientherapie i.A. | Kinderyoga-Lehrerin

Schiltz Josiane - Responsable Kleederstuff | Technische Mitarbeiterin | Grundausbildung: Dipl. Floristin

Schneider-Quast Margit - Dipl. Psychologin | Psychologische Psychotherapeutin | Kognitive Verhaltenstherapie | Klinische Hypnotherapie/EMDR | Systemische Therapie/Familientherapie | Klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie | Schematherapie | EFT Paartherapie | Yogalehrerin

Spautz Monique - Zertifizierte Achtsamkeitstrainerin (MBSR/MBCT) | Diplom Ehe-, Familien- und Lebensberaterin | traumazentrierte Beratung und Therapie | Psychodrama-Leiterin und Supervisorin | Tanz- und Bewegungstherapeutin | Grundausbildung: Infirmière-anesthésiste dipl.

Thomé Lis - Assistante d'hygiène sociale | Master en médiation | Anti-Gewalt-Trainerin | Gestaltberaterin

Urbanicova-Bujnova Zuzana - Psychologin Mgr. | Psychothérapeute | Systemische Therapie/Familientherapie | *Freelance*

Velazquez David - Dipl. Psychologe (M. Sc.) | Systemische Therapie/ Familientherapie i.A.

Weber John - Chargé de direction du Familien-Center | Assessor juris | Mediator | Systemische Therapie/Familientherapie | Klientenzentrierte Beratung

Wiltzius Mariette - Dipl. Psychologin mit Zusatzausbildungen in Kommunikations-, Paar und Sexualtherapie | Klientenzentrierte Gesprächstherapie | Paarsynthese | *Freelance*

Zarmakoye Hamadou - Dipl. Psychologe | Psych. Psychotherapeut | Kognitive | Verhaltenstherapie Klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie | Paar- und Familienberater der Positiven und Interkulturellen Psychotherapie | Schematherapie | Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT) i.A.



Partnerschaft, Familie und Familienphasen / *couple, famille et vie familiale*

- 20. Februar | Komm mir gin an d'Bibliothéik | Treffen in Luxemburg
- 08. März | Family goes Underground | Familienaktivität in Luxemburg
- 17. Mai | Mountainbike Trip | eine Fahrradtour für Familien | Treffpunkt im Müllerthal
- 12. Juni | Eltern werden, Partner bleiben | Treffpunkt im Familjen-Center
- 13. Juni | Mammen an Kanner gin Zelten! Traus du dech | Familienaktivität in Luxemburg
- 27. Juni | Familie Tarzan | Familienaktivität in Heiderscheid
- 05. Juli | Höhlenentdecker | Ein Abenteuer für die ganze Familie

Trennung und Scheidung / *séparation et divorce*

- 11. Februar | 10.+24. März | 07.+21. April | 12. + 26. Mai | 09.+30. Juni 2020 | 14.+28. Juli „... ier mir de Plafong op de Kapp fällt,“ | Treffpunkt für Männer
- 13. Februar | „Trauerwege bei Trennung/Scheidung“ | Informationsabend
- 25. Februar | „Scheidungsfolgen und Folgefamilie“ | Informationsabend
- 27. Februar | Neues Scheidungsgesetz | Informationsabend
- 03. März | „Kannergrupp „Wann d’Mamm an de Papp sech trennen | 6 Atelierien fir Kanner
- 05. März | „ Mediation - ein Weg zum fairen Miteinander?“ | Informationsabend
- 06. März | „ Gesprächsgruppe für Frauen in Trennung/Scheidung“ | Treffpunkt für Frauen
- 19. März | Gemeinsam Eltern bleiben | Informationsabend
- 12. Mai | „Die Bedürfnisse der Kinder bei der Trennung der Eltern | Informationsabend

Stabilisierung in Familien-, Partnerschafts- und Lebenskrisen / *stabilisation émotionnelle*

- 29. Februar | Achtsamkeit und Selbstmitgefühl | ein ressourcenorientiertes Wochenend-Seminar
- 05. März | Achtsamkeitsyoga | Gruppe/Training | 4 wöchentliche Treffen
- 12. März + 23. April | „Bringe in Bewegung, was dich bewegt“ | ein Angebot für Frauen

Tel.: 47 45 44

www.familjen-center.lu

4, rue G. C. Marshall L-2181 Luxembourg
306, rue de Rollingergrund L-2441 Luxembourg

Permanence téléphonique de 9 à 12 heures:
lundi, mercredi, jeudi et vendredi
et de 14 à 16 heures: du lundi au jeudi

Agréments ministériels:
CO-FC / 03 /2014; CO-M / 04 /2014;
CO-CT / 05 /2014; CO-SE / 06 /2014