

## Auszeit am Möhnesee

### Tun Sie sich und Ihrer Familie etwas Gutes!

Das Wochenende richtet sich an Familien in allen denkbaren Konstellationen: Seien Sie willkommen mit einem oder zwei Elternteilen, mit einem oder mehreren Kindern gleich welchen Alters. Wir stellen uns auf die Gruppe ein—ganz so, wie sie sich zusammenfindet.

### Zu Gast im Heinrich-Lübke-Haus

Für Familien ist das Heinrich-Lübke-Haus zu allen Jahreszeiten ein attraktives Ferienziel. Sowohl der Möhnesee als auch der Naturpark Arnsberger Wald liegen zum Greifen nah. Gemütliche Zimmer, eine gut ausgestattete Teeküche auf jeder Etage, die Cafeteria mit Außenterrasse und der Speisesaal mit Blick auf den Möhnesee bieten die besten Voraussetzungen für einen erholsamen Aufenthalt.

Spaß und Entspannung versprechen außerdem das Schwimmbad, die Kegelbahn oder die hauseigene Kneipe „Hude-Klause“.

Heinrich Lübke Haus  
Zur Hude 9  
59519 Möhnesee  
Tel.: 02924-806-0

### Anfahrt Heinrich-Lübke-Haus in Günne/Möhnesee:



## Anmeldung

### Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.

Familienbildung  
Südstr. 29  
59065 Hamm  
Tel: 02381-5440020  
Fax: 02381-5440019  
Email: mhassmann@diakonie-ruhr-hellweg.de

## Referentinnen

- **Natalie Helbert**  
Sozialpädagogin
- **Mechthild Haßmann**  
Hauptamtliche Pädagogische Mitarbeiterin

## Kooperation



Weitere Informationen zur Diakonie Ruhr-Hellweg finden Sie auf unserer Homepage [www.diakonie-ruhr-hellweg.de](http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de)

## Wer bin ich und was tut mir gut?

### Wochenende für Mütter und Väter mit ihren Kindern



16. bis 18. Oktober 2015  
Heinrich-Lübke-Haus  
Ferien- und Bildungszentrum  
der KAB am Möhnesee

Ein Angebot der Familienbildung der Diakonie Ruhr-Hellweg e.V.

**Diakonie**  
Ruhr-Hellweg

Stark für andere

## Wer bin ich und was tut mir gut?

Was macht Sie als Mensch aus? Welche Emotionen begleiten Sie, und was kann Ihnen Sicherheit und Kraft im Alltag geben? Zu diesen und mehr Fragen bietet dieses Wochenende Ihnen Übungen, Erfahrungen und Gespräche an.

Sie haben die Möglichkeit zur spielerischen und kreativen Auseinandersetzung mit sich selbst und der Gestaltung Ihres Alltags. Dabei möchten wir Ihnen u.a. alltags-taugliche Entspannungstechniken vorstellen und diese gemeinsam erproben.



Auch eine Farb- und Stilberatung wird Ihnen angeboten. Lernen Sie, Ihre Persönlichkeit und Ihr äußeres Auftreten natürlich und authentisch in Einklang zu bringen! Insbesondere Ihre Vorzüge und Stärken werden dabei ins rechte Licht gerückt.

Bewegungsangebote für die ganze Familie in der schönen Umgebung und ein kreatives gemeinsames Koch-duell komplettieren unser Programm.

Das Wochenende soll Ihnen so die Möglichkeit geben, Kraft zu tanken und viel Gemeinschaft in der Familie und in der Gruppe zu erleben. Wir vermitteln Impulse für mehr Sicherheit und Selbstbewusstsein, und für einen entspannten und gesunden Familienalltag!

## Erlebnisse für Eltern und Kinder

Einige unserer Angebote sind für die ganze Familie konzipiert. Andere Programmpunkte können die Eltern alleine wahrnehmen, während auf die Kinder abwechslungsreiche Angebote wie Basteln, Schwimmen und Naturerfahrungen warten. In der Betreuung haben die Kinder ebenso wie die Erwachsenen die Möglichkeit, sich selbst in neuen Zusammenhängen zu erleben und besser kennen zu lernen.

### Anreise

Die Anreise erfolgt nach Möglichkeit im eigenen PKW. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Fahrgemeinschaften anbieten bzw. in Anspruch nehmen möchten. Das Programm beginnt am Freitag um 16 Uhr und endet am Sonntag gegen 14 Uhr.

### Leistungen

- Unterkunft und Verpflegung (Frühstücksbuffet, Mittagessen in Buffetform, Abendessen, Stehcafé, Nachmittagskaffee)
- Programm für Familien bzw. paralleles Programm für Erwachsene und Kinder

### Kosten pro Person

Erwachsene	110,00 €uro
Kinder 2-17 Jahre	60,00 €uro



## Teilnahmebedingungen



Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Bitte überweisen sie die Teilnahmegebühren bis spätestens **1.10.2015** auf das Konto der Diakonie Ruhr-Hellweg. Andernfalls erlischt das Recht auf eine Teilnahme.

### Bankverbindung

Diakonie Ruhr-Hellweg  
KD Bank eG  
BIC: GENODED1DKD  
IBAN: DE60350601902114816011  
Kennwort: Günne 2015

Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung verbindlich ist. Bei Rücktritt bis 14 Tage vorher werden Ihnen 50% der Kosten in Rechnung gestellt. Bei einem späteren Rücktritt müssen wir Ihnen 100% der Kosten berechnen.

### Anmeldeschluss

Den ausgefüllten Anmeldebogen senden Sie bitte bis zum **1. Oktober 2015** an die Diakonie Ruhr-Hellweg e.V., Familienbildung, Südstr. 29, 59065 Hamm.