

März – September 2018



11. Mai 2018 \* zwischen Muttertag und Vatertag

Das Besuchsprogramm für Kinder mit zwei Elternhäusern [www.mein-papa-kommt.de](http://www.mein-papa-kommt.de)

## Das Netzwerk der Väter

### Mitglieder des VäterNetzwerk München e.V.

Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer  
[www.alleinerziehend-evangelisch.de](http://www.alleinerziehend-evangelisch.de)

Evangelische Familienbildungsstätte „Elly Heuss-Knapp“  
[www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

Evangelische Männerarbeit Bayern (EMB)  
[www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

Flechtwerk 2+1 gGmbH | [www.mein-papa-kommt.de](http://www.mein-papa-kommt.de)

Männerseelsorge des Erzbischöflichen Ordinariats München/Freising  
[www.maennerseelsorge-muenchen.info](http://www.maennerseelsorge-muenchen.info)

Münchner Informationszentrum für Männer e.V. (MIM)  
[www.maennerzentrum.de](http://www.maennerzentrum.de)

Paritätische Familienbildungsstätte München e.V. (Fabi)  
[www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

Regenbogenväter München | Facebook-Gruppe „Regenbogenväter“

Väteraufbruch für Kinder e.V., Kreisgruppe München  
[www.muenchen.vaeteraufbruch.de](http://www.muenchen.vaeteraufbruch.de)

VäterBoardinghaus e.V. | [www.casa-papa.de](http://www.casa-papa.de)

Väterinitiative für engagierte Elternschaft e.V.  
[www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)

### Förderer und Partner

Der VäterNetzwerk München e.V. wird gefördert vom Sozialreferat der Landeshauptstadt München, Stadtjugendamt.

Unterstützung erfährt der Verein vom Selbsthilfezentrum München (SHZ). Auch Privatpersonen unterstützen uns als Mitglied.

Außerhalb Münchens kooperiert das VäterNetzwerk z. B. mit:

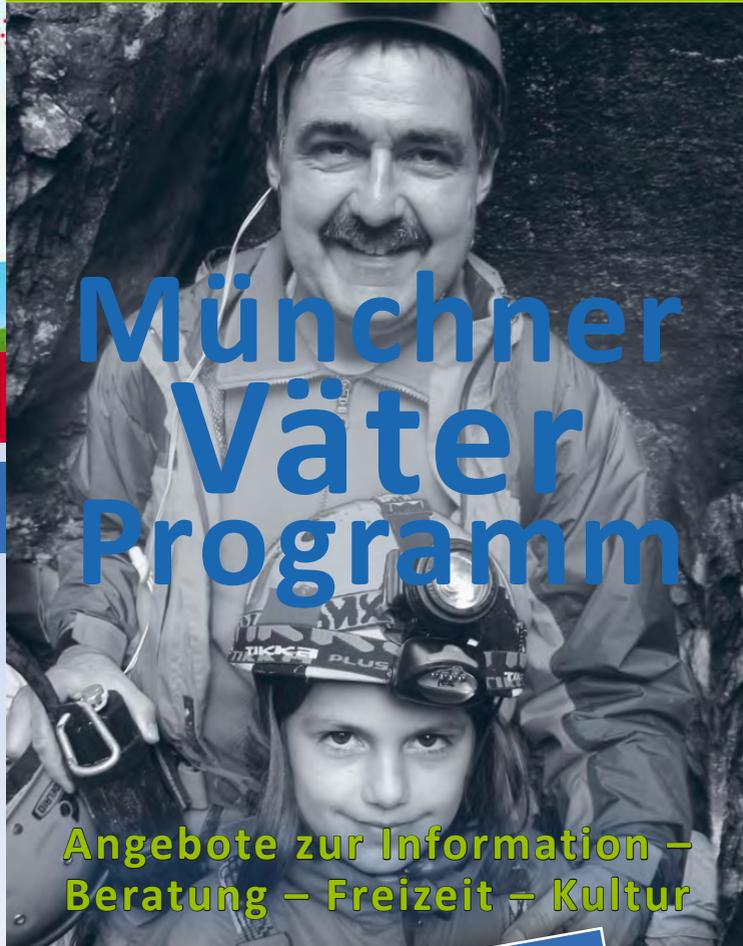
Centro ASDI Bolzano [www.asdibz.it](http://www.asdibz.it)

Männer-Wohn-Hilfe e.V. [www.maennerwohnhilfe.de](http://www.maennerwohnhilfe.de)

Väter gGmbH [www.vaeter-ggmbh.de](http://www.vaeter-ggmbh.de)

Väterzentrum e.V. Berlin [www.vaeterzentrum-berlin.de](http://www.vaeterzentrum-berlin.de)

und vielen anderen.



Angebote zur Information –  
Beratung – Freizeit – Kultur

für Väter | Mütter |  
Kinder | Familien

Gefördert von der



Landeshauptstadt  
München  
Sozialreferat



VäterNetzwerk München

Verband zur Koordination  
der Väterarbeit in München

[www.vaeternetzwerk-muenchen.de](http://www.vaeternetzwerk-muenchen.de)

## Liebe Münchner Väter, liebe Mütter, Kinder, Jugendliche, Omas und Opas!

Es ist wieder soweit – für **Frühjahr bis Sommer 2018** hat das VäterNetzwerk München wieder ein umfangreiches Angebot an vielseitigen Veranstaltungen seiner Mitgliedsorganisationen zusammengetragen, welches die ganze Bandbreite der Institutionen in diesem Bereich widerspiegelt.

Wie immer sind nicht nur Väter, sondern alle Interessierte aus dem familiären Umfeld angesprochen – Kinder, Mütter, Verwandte, Gefährten... wer immer Interesse hat! Wir legen Wert auf ein **gelingendes Miteinander**, welches sich in genau der Vielfalt der Angebote zeigt – vom Männerpalaver für eben die Männer, über Babymassage für Väter bis hin zum Frühlingsfest für Getrennt lebende Väter und Mütter mit ihren Kindern.

Unser Dank gilt an dieser Stelle ausdrücklich allen, die mit Inhalten, mit Rat und Tat und mit finanzieller Unterstützung zum Entstehen des Münchner Väter-Programms beigetragen haben.

Viel Spaß beim Finden der passenden Angebote!

**Andreas Eickhorst**  
Vorstand im VNM



### Do. 15.3., 18-20 Uhr, EFA, Landwehrstr. 15 Rgb, 1. OG **Wochenend-Vater – eine Herausforderung** 🔄 ! €

#### Treffen für Väter nach Trennung/Scheidung

Getrennte Väter in ihrer Herausforderung stärken, Spielräume erkennen, konstruktive Lösungen finden. **Kosten:** 5 €. **Anmeld.:** T.089/538 8686-15, alleinerziehende.muenchen@elkb.de [www.alleinerziehend-evangelisch.de](http://www.alleinerziehend-evangelisch.de)

### Sa. 24.3. – Do. 29.3., Haus Rheinland-Pfalz, Oberjoch, Allgäu **Vom Zauber der Schneelandschaften** ! €

#### Vater-Kind-Skitage im Oberjoch – Skikurs möglich

Alpenlandschaft pur: Ski/Snowboard, Fackelwanderung, Kaminzimmer, Kegelbahn, Kletterraum, Tischtennis. **Kosten:** 280 €/Pers./DZ/ Halbpension, plus Skipass, Anfahrt privat. **Info/Anmeldung:** Tel. 0911-4316 223 [www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

### Sa. 25.3., 14.30-17.30 Uhr, EFA, Landwehrstr. 15 Rgb. **Frühlingsfest für getrennte Väter, Mütter, Kinder** !

Nachmittag mit kreativen Angeboten. **Info/Anmeld.:** T.089/538 8686-15 alleinerziehende.muenchen@elkb.de [www.alleinerziehend-evangelisch.de](http://www.alleinerziehend-evangelisch.de)

### Sa. 10.3., 10-12 Uhr, Albert-Schweitzer-Str. 66 und August-Exter-Str. 1 **Auf die Plätze... in Aktion mit Papa** 🔄 ! €

**Spiel- und Bewegungsstunde für Väter mit Kindern von 2 bis 4 Jahren**  
Kinder erfahren Umwelt und Körper bei Bewegung und Spiel. Themen: Springen & Fahren, Hüpfen & Balancieren. **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60

### Sa. 17.3., 10-12 Uhr, Mittbacher Str. 15 **Schwungvoll ins Wochenende** 🔄 ! €

**Für Eltern und Großeltern mit Kindern von 1½ – 3 Jahren**  
Bewegungsspiele, die Kinder in ihrer Motorik und Körpererfahrung unterstützen; Anregungen für den Alltag. **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60

### Sa. 17.3., 15-17 Uhr, August-Exter-Str. 1 **Luft – Mit Papa experimentieren** 🔄 ! €

**Für Väter mit Kindern von 2½ – 5 Jahren**  
Nicht zu greifen, nicht zu sehen, aber zu spüren! **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60

### 2 x Sa. 17./24.3., 10-12 Uhr, Korbinianplatz 15 **Experimente mit Wasser und Farben** 🔄 ! €

**Für Eltern mit Kindern von 2 – 4 Jahren**  
Sinnlich/ästhetisch experimentieren, Schüttspiele, Wasser färben, Farben mischen, Bodypainting, Farbexperimente. **Kosten:** € 23,50; Geschw. € 11,75

**Info/Anmeldung – alle Kurse in diesem Feld:**  
Tel. 089/9984 8040, info@fab-muenchen.de [www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

## März 2018

### 5 x Do., 1.3. – 29.3., 18-21.30 Uhr, Machtfinger Str. 5 **Kitchen possible – Kochkurs für Männer** 🔄 ! €

**Selbst kochen macht Spaß und begeistert alle!** Grundrezepte, Techniken, Gerichte, die zum Leibgericht werden können. **Kosten:** 95 €. **Anmeld.:** Tel. 089/2881-310, info@hausderfamilie.de [www.hausderfamilie.de](http://www.hausderfamilie.de)

### Sa. 3.3., 10-14 Uhr, Stuttgarter Str. 39, 90449 Nürnberg **Lecker essen – spielend leicht** ! €

**Kochkurs für Väter mit Kindern ab 4 Jahren – Bewegungsspiele**  
Wir kochen eine schmackhafte Suppe und ein leckeres Gemüsegericht und genießen sie. Danach gibt's spannende Bewegungsspiele im Spielhof oder der Turnhalle. **Kosten:** 10 € Vater/Kind/er. Freie Plätze erfragen. Tel. 0911-4316 223 [www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

### Mo., 5.3., 19.15 Uhr, Evang. Stadtkademie, Herzog-Wilhelm-Str. 24 **Männer-Palaver – Trennungsschmerz** 🔄 €

Kaum ein Männerleben verläuft unbeschädigt. Schmerz und Verletzungen lauern auf Körper, Geist, Seele. Statt Verletzungen zu verdrängen, tut es gut, von Beschädigungen zu erzählen, Wunden & Narben zu pflegen, Opfer- und Täteranteile zu integrieren. MIM e.V./Ev. Stadtkademie/ Sub München e.V. **Kosten:** 4 €/erm. 3 €. **Info:** [www.evstadtkademie.de/veranstaltung/maennerpalaver-trennungsschmerz](http://www.evstadtkademie.de/veranstaltung/maennerpalaver-trennungsschmerz)

### Di. 6.3., 18.30-21.30 Uhr, Beratungsstelle, Häberlstr. 17, Rgb. **Pflege & Co. für (werdende) Väter** 🔄 ! €

Abendkurs in Babypflege für Männer, die Vater werden oder wurden. **Kosten:** 50 €, **Info:** Tel. 089/550 678-0, buero@haeberlstrasse-17.de Beratungsstelle Natürl. Geburt u. Elternsein [www.haeberlstrasse-17.de](http://www.haeberlstrasse-17.de)



## Montag

Jeden 1. Montag\*, 19.30 - 21.15, Haus Dorothee, St.-Michael-Str. 88  
Also am: 5.3., 9.4., 7.5., 4.6. und 2.7.2018

**Offener Treff für Väter nach Trennung/Scheidung** ! !  
Austausch unter Vätern, gegenseitige Hilfe, mit Trennung zurecht kommen, Gestaltung des Umgangs. **Anmeldung:** 089/2137-1236, Alleinerziehenden- & Männerseelsorge [www.alleinerziehende-programm.de](http://www.alleinerziehende-programm.de)

Jeden 2. Montag im Monat, 19 - 21 Uhr, VAMV, Silberhornstr. 6  
Also am: 12.3., 9.4., 14.5., 11.6. und 9.7.2018

**Väter nach Trennung und Scheidung** ! ! €  
Austausch in der Gruppe. Lösungen mit Unterstützung des Teams erarbeiten, Gestaltungsspielräume erkennen. **Kosten:** Mitgl. 5 €, andere 8 €. **Info:** 089/692 7060, [info@vamv-muenchen.de](mailto:info@vamv-muenchen.de) [www.vamv-muenchen.de](http://www.vamv-muenchen.de)

Jeden 1. Montag im Monat, 18 Uhr, Raum G1, SHZ, Westendstr. 68  
Also am: 5.3., 2.4., 7.5., 4.6., 2.7., 6.8. und 3.9.2018

Jeden 3. Montag, 18 Uhr, Raum G1, Selbsthilfzentrum, Westendstr. 68  
Also am: 19.3., 16.4., 21.5., 18.6., 16.7., 20.8. und 17.9.2018

**Monatstreffen Väteraufbruch für Kinder (VafK)** !  
Selbsthilfegruppe der VafK-Kreisgruppe München  
Beratung, Austausch und Unterstützung zu Problemen bei Trennung, Umgang, Scheidung. **Info:** [muenchen@vafk.de](http://muenchen@vafk.de)  
[www.muenchen.vaeteraufbruch.de](http://www.muenchen.vaeteraufbruch.de)

## Dienstag

Jeden 2. Dienstag im Monat\*, 19-21 Uhr, Väterbüro, Ligsalzstr. 24  
Also am: 13.3., 10.4., 8.5., 12.6., 10.7., 14.8. und 11.9.2018

**Emotions-Coaching bei der Väterinitiative** ! €  
Für Väter, die ihre emotionale Intelligenz stärken und den Alltag gelassen meistern wollen. Emotionen zulassen und Gefühle selbst wirksam beeinflussen. **Info:** [glenngerabay@hotmail.de](mailto:glenngerabay@hotmail.de), **Kosten:** Mitgl. 8 €, andere 20 €. [www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)

Jeden 3. Dienstag im Monat\*, 18.30-21 Uhr, Väterbüro, Ligsalzstr. 24  
Also am: 20.3., 17.4., 15.5., 19.6., 17.7., 21.8. und 18.9.2018

**Offene Rechtsberatung der Väterinitiative** ! €  
Umgang, Scheidung, Unterhalt, Rechtsfragen im Familienrecht erläutert von RAin Petra Kuchenreuther. **Kosten:** Mitgl. 0 €, andere 5 €. **Info:** [info@petra-kuchenreuther.de](mailto:info@petra-kuchenreuther.de) [www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)

\* Terminabweichungen in den Ferien und an Feiertagen beachten!

Die Zeichen bedeuten:

! Anmeldung nötig ! wiederkehrendes Angebot € Angebot kostenpflichtig

## Mittwoch

Jeden 1. Mittw. im Monat, 20-21 Uhr im Sub, Müllerstr. 14  
Also am: 7. 3., 4.4., 2.5., 6.6., 4.7., 1.8. und 5.9.2018

**Schwule/bisexuelle Väter und Ehemänner im Sub** !  
Von Vätern geleitet, die in dieser Situation sind. Outing, Sorge um die Kinder, das neuen Leben, die Zukunft der Familie. Im Gespräch öffnen sich neue Wege. **Info:** [vaeter@subonline.org](mailto:vaeter@subonline.org) [www.subonline.org](http://www.subonline.org)

Am 2. oder 3. Mittwoch im Monat\*, 18 - 21 Uhr, Landwehrstr. 15 Rgb.  
Also am: 21.3., 18.4., 16.5., 13.6., 11.7. und 8.8.2018

**Eltern werden: viel zu wissen und zu erledigen** ! !  
Infoabend für werdende bzw. gerade gewordene Väter/Mütter  
Mutterschutz, Eltern-/Kindergeld, Elternzeit, Namensrecht, elterliche Sorge, Kinderbetreuung... Umfassender Überblick über Gesetzliches, Finanzielles, Formalitäten. **Info/Anmeldung:** EFA, Tel. 089/59048-150, [ssb@ebz-muenchen.de](mailto:ssb@ebz-muenchen.de) [www.ebz-muenchen.de](http://www.ebz-muenchen.de)

Jed. 2. und 4. Mittwoch im Monat\*, 19-21 Uhr, Väterbüro, Ligsalzstr. 24  
Also am: 14.3. + 28.3., 11.4. + 25.4., 9.5. + 23.5., 13.6. + 27.6., 11.7. + 25.7., 8.8. + 22.8. und 12. + 26.9.2018

**Offenes Väter-Treffen der Väterinitiative** !  
Erfahrungsaustausch, Beratung und Hilfestellung für von Trennung & Scheidung betroffene Väter. **Info:** [info@vaeterinitiative-muenchen.de](mailto:info@vaeterinitiative-muenchen.de)  
Tel. 089/50009595 [www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)

Jeden 3. Mittwoch im Monat, Zum Spöckmeier, Rosenstr. 9  
Also am: 21.3., 18.4., 16.5., 20.6., 18.7. und 15.8.2018

**Nicolaidis-Treff für trauernde Männer** ! !  
Treff für Männer, die um ihre Partnerin/ihren Partner trauern  
Austausch zum Umgang mit eigener Trauer, Trauer der Kinder, die Bewältigung des Alltags als alleinerziehender Vater ohne den Partner. **Info/Anmeld.:** Tel. 089/24883780 [www.nicolaidis-youngwings.de](http://www.nicolaidis-youngwings.de)

## Donnerstag

Jeden Do., 10-11.30 Uhr, Regenbogenfamilienzentrum, Saarstr. 5/II  
**Krabbelgruppe im Regenbogenfamilienzentrum** ! !  
Fortlaufendes Angebot für lesbische und schwule Eltern mit ihren Kindern. **Anmeld.:** 089-46224606 [www.regenbogenfamilien-muenchen.de](http://www.regenbogenfamilien-muenchen.de)





**Mo., 9.4., 19-22 Uhr, Machtfinger Str. 5; alternativ:  
Di., 19.6., 19-22 Uhr, Klinikum Dritter Orden, Menzinger Str. 48**  
**Vater werden: Hurra und Oh-Mann!?**    
**Werdende Väter unter sich.** Unser Fachmann begleitet die Männer – alle Fragen sind erlaubt! Vor allem Fragen, die man(n) im üblichen Geburtsvorbereitungskurs nicht gestellt hätte. **Kosten:** 25 € **Info:** Tel. 089/2881-310, info@hausderfamilie.de [www.hausderfamilie.de](http://www.hausderfamilie.de)

**3 x Sa., 21.4.–5.5., 9.30-11 Uhr, Klin. Dritter Orden, Menzinger Str. 48**  
**Das Vergnügen, ein zärtlicher Vater zu sein**    
**Babymassage für Väter mit ihren Babys ab zwei Monaten**  
Sie brauchen etwas Zeit und Fingerspitzengefühl. Sie lassen sich bewusst auf Ihr Kind ein, das sich behütet und geliebt fühlt. **Kosten:** 47 € **Info:** T.089/2881-310, info@hausderfamilie.de [www.hausderfamilie.de](http://www.hausderfamilie.de)

**2 x So.: 4./11.3., oder 2 x So.: 22./29.4.,  
oder 2 x So. 17./24.6., jeweils 10-11.15 Uhr, Giesinger Bahnhofpl. 2**  
**Babymassage für Väter – mit Babys 1 - 5 Monate**    
Eine wunderschöne Gelegenheit, sich auf Ihr Kind feinsinnig einzulassen und einander besser kennen zu lernen. **Kosten:** € 15, Geschw. € 7,50

**Sa. 17.3., alternativ: 23.6., 11-13 Uhr, August-Exter-Str. 1**  
**Mit Papa in Aktion – mit Babys von 3 bis 12 Mon.**    
Spaß auf dem „Bewegungsparcours“, Infos zur motorischen, psychischen und kognitiven Entwicklung im 1. Jahr. **Kosten:** € 12,10, Geschw. € 6,05

**Sa. 30.6., 10.30-12 Uhr, Korbinianplatz 15**  
**Trageberatung**    
Ab wann an Bauch/Hüfte/Rücken tragen? Ergonomisch & sicher tragen, Tragetuch binden, empfehlenswerte Tragehilfen. **Kosten:** € 9, Paare € 13,50

**So., 15.4., So., 15.7., 10-17 Uhr, Giesinger Bahnhofpl. 2  
Sa., 28.4., Sa., 30.6., Sa., 1.9., 10-17 Uhr, August-Exter-Str. 1**  
**Säuglingspflege**    
**Für Schwangere und werdende Väter.** Wickeln, Körperpflege, Ernährung, Stillen, sinnvolle Ausstattung. **Kosten:** € 53,20, Paare € 79,80

**So., 18.3., So., 10.6., 10-14 Uhr, Albert-Schweitzer-Str. 66  
Sa., 21.4., Sa., 23.6., 10-14 Uhr, Korbinianplatz 15  
So., 3.6., So., 5.8., 10-14 Uhr, Brudermühlstr. 10**  
**Säuglingspflege kompakt**    
**Für Schwangere und werdende Väter** **Kosten:** € 30,40, Paare € 45,60

**Info/Anmeldung – alle Kurse in diesem Feld:**  
Tel. 089/9984 8040, info@fabi-muenchen.de [www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

**5 x Sa. 7.4./28.4./9.6./30.6./28.7., 10-11.30 Uhr, Herzog-Wilh.-Str. 24**  
**„Papa, komm!“ – Vater-Kind-Club**    
**Für Väter mit Kindern (9 Monate bis ca. 3½ Jahre)**  
Väter und Kinder treffen sich alle 3-4 Wochen am Samstagvormittag: Spielen, Singen, Toben, Matschen, Basteln, Reden... Spaß für Kinder, die Väter vergessen den Alltag. **Kurskosten:** Vater/Kind 30 €. **Info/Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Ev. Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

**So. 15.4., 13 Uhr, Väterbüro, Ligsalzstr. 24**  
**Stop-Motion: Trickfilm-Workshop**    
**Für Väter/Mütter mit Kindern von 6 bis 14 Jahren**  
Kreative Animationsfilme mit eigenen Stories mit dem Tablet-PC selbst erstellen. Mitgl. 8 €, andere 16 €. **Info/Anmeld.:** georg.lobermeyer@vaeterinitiative-muenchen.de [www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)

**Do. 19.4., 18 Uhr, Wochenend-Vater - eine Herausforderung - wie Do. 15.3.**  
**Do. 26.4., 19.30-21.30 Uhr, Beratungsstelle, Häberlstr. 17, Rgb.**  
**Unter werdenden Vätern**    
Wissenswertes rund um die Geburt für Männer, die bald Vater werden. **Kosten:** 33 €, **Info:** buero@haeberlstrasse-17.de Tel. 089/5506780, Beratungsstelle Natürl. Geburt u. Elternsein [www.haeberlstrasse-17.de](http://www.haeberlstrasse-17.de)

**Fr., 27.4. – So. 29.4., Burghausen, Haus der Begegnung**  
**Ritterspiel mit Papa**    
**Vater-Kind(er)-Wochenende, ab Grundschulalter**  
Wir basteln Ritterhelme/Prinzessinnenhauben, schneiden ein Wams, üben Schwertkampf, hauchen im Theaterspiel den Rittern Leben ein. **Kosten:** Vollpens. 2-Bettzi. Erw. 114 €, Ki. 84 €, 3-Bettzi. Erw. 55 €, Ki. 40 €. **Info/Anmeld.:** Tel. 2137-1599 [www.maennerseelsorge-muenchen.de](http://www.maennerseelsorge-muenchen.de)

**Fr. 27.4. – So. 29.4., Beinberg bei Schrobenhausen**  
**Bogenbauen und -schießen in Maria Beinberg**    
**Wochenende für Väter mit Kindern zwischen 8 und 14 Jahren**  
Schießen und Spiele machen uns vertraut mit dem selbst gebauten Bogen. Geschichten zum Bogenbauen und -schießen. **Kosten:** Vater/Kind/eig. Zi. 195 €, 2. Kind 55 €, Bogenmaterial 40 €, Essen anteilig. **Anmeldung:** Tel. 089/552241-0, Evang. Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

**4 x So. 29.4./10.6./8.7./29.7., jew. 9.30-12.30 Uhr, Englischer Garten**  
**Papa, komm – mit nach draußen!**    
**FrischlufSPAß in den Isarauen für Väter mit Kindern ab 2 Jahren**  
Kinder sind gern draußen mit Papa u. anderen Kindern, bei jedem Wetter. **Kosten:** Vat./Ki. 55 €, weit. Kind 20 €, Ermäßigung mögl. **Info/Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Evang. Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)





**6 x Mo. 9.4.–14.5., 9-10 Uhr, Siemens Active-Center, Otto-Hahn-Ring 6**  
**Turnen für Vater/Mutter und Kind**   

Für Kinder von 1 bis 2 Jahren  
 Bewegungsspiele mit Musik, Übungen mit Bällen, Schwungtuch, Reifen, Kegeln, Langbank. Balancieren, Hüpfen, Springen fördern Gleichgewicht, Koordination und Motorik. **Kosten:** 35,20€, Geschw. 17,60€

**Fr. 20.4. – So. 22.4., Nähe Trostberg**  
**Väter und Kinder auf dem Bauernhof**  

Erlebniswochenende für Väter und Kinder von ca. 2½ – 6 Jahren  
 Mit Spielen und Erkundungen das „wilde Leben“ auf dem Lande erforschen, gemeinsam kochen. Wenn die Kinder schlafen, geht's für uns Männer rund! **Kosten:** 220€, Geschwister 55€. **Anmeld.** bis 23.3.

**Sa. 21.4., 15.30-17.30 Uhr, Oedkarspitzstr. 20**  
**2 x Sa. 21.4.–28.4., 10-12 Uhr, Brudermühlstr. 10**  
**Mit Papa schwungvoll ins Wochenende**   

Spiel- und Bewegungsstunde für Väter mit Kindern von 1 – 2½ Jahren  
 Spielen mit Papa ist wichtig für den Aufbau einer guten Beziehung und für die Motorik. Spiel-Anregungen mit großem Spaß... **Kosten:** € 13,20, Geschwister € 6,60, 2 x Sa.: € 23,50, Geschw. € 13,20

**So. 22.4., 15-17 Uhr, Albert-Schweitzer-Str. 66**  
**So wie die Rittersleut'**   

Für Eltern mit Kindern von 3 – 6 Jahren  
 Als Ritter bauen wir eine Burg, hören eine Rittergeschichte, basteln Helme, beschützen unseren Schatz. **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60

**3 x Sa. 28.4.–12.5., 10-11.30 Uhr, Albert-Schweitzer-Str. 66**  
**Bewegungsspiele am Wochenende**   

Für Eltern mit Kindern 2½ – 5 Jahren  
 Eine Verschnaufpause für Ihre Einrichtung – kommen Sie mit den Kindern zum Toben, Springen, Bewegen! **Kosten:** € 26,40, Geschw. € 13,20

**Info/Anmeldung – alle Kurse auf dieser Seite:**  
 Tel. 089/9984 8040, info@fabi-muenchen.de [www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

 Anmeldung nötig  wiederkehrendes Angebot  Angebot kostenpflichtig

**Fr. 4.5. – So. 6.5., Evang. Bildungszentr., Stadtparkstr. 8, Pappenheim**  
**Über Stock und Stein per Mountainbike**    
**MTB-Schnupperkurs für Anfänger & Biker mit wenig Vorkenntnissen**  
 Fahrtechnik, Bremsen, Reparatur. Wälder bieten Herausforderungen für alle Level. **Kosten:** 150€ Zi./Vollpens./Workshops, Anfahrt/Ausrüst. extra. **Anmeld.:** T:0911-4316223 [www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

**Fr. 4.5. – So. 6.5., Nähe Schrobenhausen**  
**Mit Findus im Waldzirkus**   

**Wochenende für Väter mit Kindern von 2½ bis 6 Jahren**  
 Auf der Wiese & im Wald: Erkundungstour, Zirkus, singen, lachen. Ein Koch sorgt für uns, wir genießen. Ein Zimmer pro Vater/Kind. **Kosten:** € 185 Vater/Kind, plus ca. € 20 Lebensmittel/p.P.; 2. Kind € 40. **Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Evang. Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

**Sa., 5.5., 10-13 Uhr, Machtfinger Str. 5**  
**Kochen mit Papa!**   

**Kochkurs für Väter mit ihren Kindern ab 5 Jahren**  
 Mit Papa ganz alleine – kochen, abschmecken, naschen – Spaß haben!  
 Ab 12.30 Uhr gemeinsam essen mit Mutter oder einem Gast. **Kosten:** Vat. 15€, Kind 8€, zzgl. Material. T:089/2881-310 [www.hausderfamilie.de](http://www.hausderfamilie.de)

**Sa. 5.5., 9-13 Uhr, Königsseeache, Berchtesgaden**  
**Rafting mit Papa – auf der Königsseeache**  

**Vater-Kind-Erlebnistag für Kinder von 6 bis 12 Jahren**  
 Mit gesicherten Schlauchbooten die Fluten der Ache bezwingen. Lust am Abenteuer, Geborgenheit beim Vater... **Kosten:** Vater/Kind 98€ inkl. Ausrüstung/Rafting-Guides. **Anmeld.** bis 10.4.: Tel. +43 662 8047 7558, KMB Salzburg, kmb@ka.kirchen.net [www.kirchen.net/kmb](http://www.kirchen.net/kmb)

**Sa. 5.5., 10-12 Uhr, Schwungvoll ins Wochenende – wie Sa. 17.3.**

**So. 6.5., 9.30-11.30 Uhr, Auf die Plätze... in Aktion mit Papa - wie Sa. 10.3.**

**Di. 8.5., 18.30-21.30 Uhr, Pflege & Co. für (werdende) Väter - wie Di. 6.3.**

**Do. 10.5., 14-18 Uhr, Westpark, Wiese zwischen Rosengarten und See**  
**Spielfest am Vatertag im Westpark**

**Bei Spiel und Spaß mit den Kindern das Vater-Sein genießen**  
 Mit Holzwerkstatt, dem Spielkistl u.v.m. **Info:** Tel. 089/50009595, info@vaeterinitiative-muenchen.de [www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)





Mi. 9.5., 20-22 Uhr, August-Exter-Str. 1

**Aktive Väter – starke Kinder – Vortrag** €

Engagierte Vaterschaft: ein vielfältiger Zugewinn an Chancen für die Entwicklung v. Fähigkeiten und Persönlichkeit. **Kosten:** € 12, Paare € 18

Sa. 12.5., 15-17 Uhr, August-Exter-Str. 1

**Feuer – Mit Papa experimentieren** €

Für Väter mit Kindern von 2½ – 5 Jahren

Flammen fühlen, ohne sich zu brennen! **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60

So. 13.5., 15.30-17.30 Uhr, vor der Kirche in Alt-Perlach

**Fröhliches Ritterlager am Hachinger Bach** €

Für Eltern mit Mädchen oder Jungen von 3 – 6 Jahren

Ritter können viel: Wurfgeschöße schießen, Botschaften aus dem Lager schaffen, schnell rennen trotz Rüstung... **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60

**Info/Anmeldung – alle Kurse in diesem Feld:**

Tel. 089/9984 8040, info@fabi-muenchen.de [www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

Fr. 11.5., Ort und Zeit werden noch bekannt gegeben

**Jubiläumsfest: 10 Jahre „Mein Papa kommt“**

Jubiläumsfest zwischen Muttertag und Vatertag

Flechtwerk 2+1, das Besuchsprogramm für Kinder mit zwei Elternhäusern feiert das 10-jährige Bestehen der Initiative und lädt ein zum Jubiläumsfest. **Info:** Tel.: 0800 2121 177, info@mein-papa-kommt.de

[www.mein-papa-kommt.de](http://www.mein-papa-kommt.de)

So. 13.5., 14-18 Uhr, Hirschgarten, Eingang De-La-Paz-Straße

**Start der Spielsaison beim Eröffnungsspielfest**

Zahlreiche Spielmöglichkeiten am Muttertag

Spielbus, Boulderturm, Wellenrutsche, Spielepark, Kasperltheater, Rolli-Parcours, Schminken u.v.m. **Info/Wettertelefon:** 089-183335, info@spiellandschaft.de

[www.spielandschaft.de](http://www.spielandschaft.de)

Fr. 18.5. – So. 20.5., Seekirchen am Wallersee

**Väterfestival am Wallersee bei Salzburg** €

Aktives und reflektiertes Wochenende von Vätern und Kindern

Erkundungstour, Strandbad, Schatzsuche, Fackelwanderung. Gründung einer Vater-Kind-Band. **Kosten:** 70 € Zeltplatz/Begleitung/Programm

**Info/Anmeld.** bis 20.4.: Tel. +43 662 8047 7558, kmb@ka.kirchen.net  
Männerbewegung Salzburg (KMB) [www.kirchen.net/kmb](http://www.kirchen.net/kmb)

So. 20.5., 9.30-11.30 Uhr, Stop-Motion: Trickfilm-Workshop - wie So. 15.4.

Fr. 1.6. – So. 3.6., Moldau, Tschechien

**Kanuabenteuer mit Papa** €

Vater-Kind-Wochenende für Kinder ab 11 Jahren

Im Team auf der Moldau, vorbei an Dörfern, Burgen, Städtchen. Bedingung: Schwimmkenntnisse. **Kosten:** 285 € Vater/Kind, Verpfl. ca. 15 € p./P./Tag. **Anmeld. bis 10.5.:** Tel. +43 662 8047 7558, kmb@ka.kirchen.net, Männerbewegung Salzburg (KMB) [www.kirchen.net/kmb](http://www.kirchen.net/kmb)

4x: Fr. 8.6./29.6./13.7./27.7., je 10-11.30 Uhr, Herzog-Wilhelm-Str. 24

**Vater-Kind-Frühstück** €

Für Väter mit Kindern bis 2 Jahre

Treffen in entspannter Atmosphäre in der elly. Spielecke und kleines Frühstück für Kinder. Väter können sich beim Frühstück austauschen zu Elternzeit, Familie, München-Tipps... **Kosten:** Vater/Kind 30 €. **Info/Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Ev. Familien-Bildungst. [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

Fr. 8.6. – So. 10.6., Mit Findus im Waldzirkus – Info siehe 4.5.–6.5.

Sa. 9.6., Bow-Vision, Seiboldstetten 11, 91236 Alfeld

**Das Ziel ins Auge fassen** €

Intuitives Bogenschießen für Vater und Kind ab ca. 7 Jahren

Ein Tag im Wald mit Pfeil und Bogen, wir lernen voneinander, pflegen Beziehungen und fassen Ziele ins Auge. **Kosten:** 25 € Vater mit Kind. **Info/Anmeld.:** Tel. 0911-4316 223 [www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

Do. 14.6., 19.30-21.30 Uhr, Unter werdenden Vätern - wie Do. 26.4.

Fr. 15.6. – So. 17.6., Keltendorf Gabreta bei Ringelai, Bayerischer Wald

**Ein Leben wie bei den Kelten** €

„Wald-Zeit“ für Väter und Kinder mit/ohne Behinderung

Wie vor 2500 Jahren: Brot backen im Lehmofen, Feuersteine bearbeiten, Bogen bauen, Zaubertränke genießen. Schlafen im Strohlager in der Hütte. Barrierefreie Whg. mögl. **Kosten:** Vater 195 €, Kind 95 €. **Anmeld. bis 4.5.:** Tel. 0911-4316 223 [www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

Fr. 15.6. – So. 17.6., Nähe Walchensee

**Ausflug in die Unterwelt** €

Wochenende für Väter mit Kindern/Jugendlichen ca. 9 bis 15 Jahre

Abstieg ins Angerloch, Bergsteigen/Kraxeln unter Tage, Höhlensee erforschen. Geschick, Spaß, Entdecken. Übernachtung: Zelt/Matratzenlager (14 Pl.). Ausrüstung gestellt. Duschen/WC, Küche vorh. **Kosten:** € 195 Vater/Kind, € 58 weit. Kind, Essensgeld wird umlegt. **Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Evang. Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)



Fr., 15.6. – 17.6., Uhr, Reit im Winkel

## Gemeinsam hoch hinaus!



Wochenende für Väter mit einem Kind/nur einem ihrer Kinder (10-14 J.)

Papa ein ganzes Wochenende für mich – ohne ihn teilen zu müssen! Etwas Besonderes, gerade für Kinder mit Geschwistern. Die ungeteilte Aufmerksamkeit haben, gemeinsam Spaß und Abenteuer erleben.

**Kosten:** Kurs: 97 €, Vollpens. Vater 66 €, Ki. 51 €, Ki. 13-19 J.: 55 €. **Info/Anmeld:** Tel. 2137-1599 [www.maennerseelsorge-muenchen.de](http://www.maennerseelsorge-muenchen.de)

7 x Mo. 4.6.–16.7., 9-10 Uhr, Siemens Active-Center, Otto-Hahn-Ring 6

Turnen für Vater/Mutter und Kind – Beschreibung siehe Mo. 9.4.,

**Kosten:** 41,10 €, Geschw. 20,55 €

Fr. 8.6. – So. 10.6., Voraussichtliches Ziel: Altmühl

## Mit Groß und Klein den Fluss entlang



Wochenende für Väter mit Kindern von 6 bis 11 Jahren

Ein Wochenende mit Kanu und Zelten auf dem Fluss unterwegs. Viel zu entdecken, Abenteuer zu bestehen: Spinnen, Biebee, Stromschnellen, geheimnisvolle Inseln... **Kosten:** €230, Geschw. €60, **Anmeld.** bis 4.5.

2 x So. 17.6./24.6., 10-11.30 Uhr, Albert-Schweitzer-Str.66

## Die Abenteuer des Drachen Kokosnuss



Für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Wir begleiten den Drachen bei Abenteuern auf dem Mond, bei Zeitreisen zu den Wikingern und Dinosauriern... **Kosten:** €17,60, Geschw. €8,80

Sa. 23.6., 10-12 Uhr, Brudermühlstr. 10

Sa. 30.6., 10-12 Uhr, Albert-Schweitzer-Str. 66

Mit Papa schwungvoll ins Wochenende – Info siehe Sa. 21.4.,

Fr. 29.6. – So. 1.7., Imhof am Regen, Bayerischer Wald

## Wasser – Erde – Feuer – Luft



Zeltlagerwochenende für Väter mit Kindern von 5 bis 11 Jahren

Im Wald spielen, Feuer machen – Entspannung & Herausforderung... Kanu-/Bootsverleih, gemeins. Kochen auf Gasflamme. WC/Duschen vorh. Zelt/Ausrüst. erforderl. **Kosten:** 200 €, Geschw. 40 €. **Anmeld. bis 1.6.**

**Info/Anmeldung – alle Kurse in diesem Feld:**

Tel. 089/9984 8040, [info@fabi-muenchen.de](mailto:info@fabi-muenchen.de) [www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

Anmeldung nötig wiederkehrendes Angebot Angebot kostenpflichtig



Fr., 22.6. – 24.6., Haus Petersberg bei Dachau

## Mit Pfeil und Bogen



Für Väter mit ihren Kindern zwischen 8 und 16 Jahren

„Richtig“ mit Pfeil und Bogen schießen, mit Papa – mit einer Technik, die einfach ist und viel Spaß macht. **Kosten:** 175 € Vater, 50 € je Kind, 10 € Aufschlag DZ m. Dusche/WC. **Info/Anmeld.:** Tel. 08138/93130, [klvhs@der-petersberg.de](mailto:klvhs@der-petersberg.de), Männerseelsorge [www.der-petersberg.de](http://www.der-petersberg.de)

Do. 28.6., 20-22 Uhr, Beratungsstelle, Häberlstr. 17, Rgb.

## Unter Vätern



Partnerschaft, Kind und Beruf in Balance halten, wirft Fragen auf. Hier haben Väter mit Kindern bis 1 Jahr die Möglichkeit, sich auszutauschen. **Kosten:** 33 €, Info: Tel. 089/5506780, [buero@haeberlstrasse-17.de](mailto:buero@haeberlstrasse-17.de), Beratungsstelle Natürl. Geburt und Elternsein [www.haerberlstrasse-17.de](http://www.haerberlstrasse-17.de)

Fr. 29.6. – So. 1.7., Nähe Markt Indersdorf, Zeltplatz mit Tipi

## Die Welt der Indianer



Zeltlager-Wochenende für Väter mit Kindern ab 5 Jahren

Wie Indianer leben in Zelt und Tipi, Geschichten am Feuer, Indianerdinge basteln, uns selbst versorgen. Duschen/WC, Küche, Matratzenlager vorh. **Kosten:** 170 € Vater/Kind, 2. Kind 38 €, weiteres Kind 15 €, Verpflegung wird umgelegt. **Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Evangelische Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

Sa. 30.6., 14-17 Uhr, Väterinitiative, Ligsalzstr. 24

## Workshop „Väter in Elternzeit“



Eine sachliche und emotionale Auseinandersetzung mit dem Thema Elternzeit für Väter boomt. Was braucht „Mann“ dafür? Wie gehen wir als Paar damit um? Auch als Workshop für Unternehmen/Organisationen buchbar. **Kosten:** 25 € **Info/Anmeld.:** [georg.lobermeyer@vaeterinitiative-muenchen.de](mailto:georg.lobermeyer@vaeterinitiative-muenchen.de) [www.vaeterinitiative-muenchen.de](http://www.vaeterinitiative-muenchen.de)

Sa. 30.6., 9-ca.17.30 Uhr, voraussichtlich ab Bad Tölz

## Isarpiraten – Kanutour



Isarbootstour für getrennte Väter/Mütter mit/ohne Kinder

Im Boot die Isar hinab. **Kosten:** erfragen. **Anmeld.:** Tel. 089/5388686-15, [alleinerziehende.muenchen@elkb.de](mailto:alleinerziehende.muenchen@elkb.de) [www.alleinerziehend-evangelisch.de](http://www.alleinerziehend-evangelisch.de)



**Di. 10.7., 18.30 Uhr, Pflege & Co. für (werdende) Väter** – wie Di. 6.3.

**Do. 12.7., 19.30–21.30 Uhr, Unter werdenden Vätern** – wie Do. 26.4.

**Fr. 13.7. – So. 15.7., Selbstversorgerhaus Nedensdorf am Main Kanuwandern und Lagerfeuer**  

**Vater-Kind-Freizeit, Natur pur.** Der Main lädt zur „spirituellen“ Kanu-tour. Spiele, Klettern, Slackline, Nachtwanderung, Lagerfeuer, Gespräche... **Kosten:** Vater/Kind 150 €, weit. Kind 20 €. **Anmeld.:** Tel. 0911/4316 223, Evang. Männerarbeit Bayern [www.maennerarbeit-bayern.de](http://www.maennerarbeit-bayern.de)

**Sa. 14.7., 10–12 Uhr, Kochen mit Papa!** – wie Sa. 5.5.

**Sa. 14.7., 11–13 Uhr, Am Stadtpark/Engelbertstraße Wasserrad bauen** – Väter mit Kindern ab 4 Jahren  

Aus Material der Natur und einem Korken baut ihr ein Wasserrad. Bald dreht es sich im Wasser der Würm. **Kosten:** € 13,20, Geschw. € 6,60. **Anmeld.:** 089/99848040, [info@fabi-muenchen.de](mailto:info@fabi-muenchen.de) [www.fabi-muenchen.de](http://www.fabi-muenchen.de)

**Sa. 14.7., Raum Bad Tölz Wanderausflug im bayerischen Oberland**  

**Tagesausflug für getrennte Mütter/Väter mit und ohne Kinder** Wir wandern im bayer. Oberland mit Eltern/Kindern aus Bad Tölz. **Kosten:** erfragen. **Anmeld.:** EFA, [alleinerziehende.muenchen@elkb.de](mailto:alleinerziehende.muenchen@elkb.de) Tel. 089/538 8686-16 [www.alleinerziehend-evangelisch.de](http://www.alleinerziehend-evangelisch.de)

**Sa. 14.7., 14 Uhr, Regenbogenfamilienarea, Marienhof (Rathaus) Christopher Street Day in München**

CSD-Parade mit Regenbogenvätern und Les Mamas. Infos und Spiele des Regenbogenfamilienzentrums. **Info:** [info@regenbogenfamilien-muenchen.de](mailto:info@regenbogenfamilien-muenchen.de) [www.regenbogenfamilien-muenchen.de](http://www.regenbogenfamilien-muenchen.de)

**Fr. 27.7., 17–22 Uhr, Isarstrand Sommergrillfest an der Isar**  

**Für getrennte Mütter und Väter mit/ohne Kinder** Spaß & Sport an der Isar. **Kosten:** erfragen. **Anmeld.:** T.089/5388686-15 [alleinerziehende.muenchen@elkb.de](mailto:alleinerziehende.muenchen@elkb.de) [alleinerziehend-evangelisch.de](http://alleinerziehend-evangelisch.de)

## August 2018

**Sa. 25.8. – Mo. 3.9., Feldberg-Falkau, Schwarzwald Urlaub für Getrennte im Schwarzwald**  

**Für getrennte Mütter und Väter mit Kindern ab 3 Jahren** Aktivität, Stille und wunderbarer Ausblick in malerischer Landschaft am Feldberg. **Kosten:** erfragen. **Anmeld.:** EFA, Tel. 089/538 8686-16 [alleinerziehende.muenchen@elkb.de](mailto:alleinerziehende.muenchen@elkb.de) [alleinerziehend-evangelisch.de](http://alleinerziehend-evangelisch.de)

**Do. 20.9., von 14–18 Uhr, Grünanlage Neuhofener Berg, Sendling Spielfest am Welkindertag**

**Kostenlose Mitmachangebote für Kinder von 5 bis 12 Jahren** Kinder brauchen Freiräume. Kinder bringen mit künstlerischen Mitteln ihre Vorstellungen eines guten Lebens zum Ausdruck. **Infos:** [www.spiellandschaft.de](http://www.spiellandschaft.de) [www.oekoprojekt-mobilspiel.de](http://www.oekoprojekt-mobilspiel.de)

**Fr. 21.9. – So. 23.9., Beinberg bei Schrobenhausen Mama Muh baut ein Baumhaus**  

**Wochenende für Väter mit Kindern von 2 bis 6 Jahren** Gemeinschaft, Zeit für Vater & Kind. Im Wald gibt's Platz für Abenteuer. Mutig sein und lachen, wenn mal was schief läuft. **Kosten:** Vater/Kind 185 €, weit. Kind 40 €, Verpflegung wird umgelegt. **Anmeld.:** Tel. 089/552241-0, Ev. Familien-Bildungsstätte [www.efbs-muc.de](http://www.efbs-muc.de)

Termine erfragen!

## Generelle Angebote

**Fortlaufend/Termine auf Anfrage, MIM, Feldmochinger Str. 6 Männer-Selbsterfahrungsgruppen im MIM**  

Selbsterfahrungsgruppen im MIM, die sich selbst organisieren und sich mit Fragen zur Rolle als Mann im sozialen Umfeld beschäftigen. Zum Eintritt kostenlosen Infotermin vereinbaren. **Info:** MIM e.V., Tel.: 089/5439556 [www.maennerselbsthilfe-mim.de/selbsterfahrung](http://www.maennerselbsthilfe-mim.de/selbsterfahrung)

**Termine nach Absprache Mein Papa kommt: für Kinder mit zwei Elternhäusern**

**Vermittelt** bundesweit kostenlose Übernachtungsmöglichkeiten, damit Sie Ihr Kind in einer fernen Stadt besuchen können. **Organisiert** am Besuchsort ein „Kinderzimmer auf Zeit“. **Stärkt getrennt lebende Väter & Mütter** durch individuelles Elterncoaching. Elternbeitrag: 12 €/Mon. Flechtwerk 2+1g GmbH, Tel. 0800/2121777, [info@mein-papa-kommt.de](mailto:info@mein-papa-kommt.de) [www.mein-papa-kommt.de](http://www.mein-papa-kommt.de) [www.facebook.com/meinpapakommt](https://www.facebook.com/meinpapakommt)

 Anmeldung nötig  wiederkehrendes Angebot  Angebot kostenpflichtig

## Impressum/Kontakt

### VäterNetzwerk München e.V.

**Verband zur Koordination der Väterarbeit in München**

Landwehrstraße 15  
80336 München  
[vorstand@vn-muc.de](mailto:vorstand@vn-muc.de)  
[www.vaeternetzwerk-muenchen.de](http://www.vaeternetzwerk-muenchen.de)



V.i.S.d.P.: Andreas Eickhorst  
Kontakt: [vorstand@vn-muc.de](mailto:vorstand@vn-muc.de) Alle Angaben sind ohne Gewähr.  
Gestaltung/Layout: [adi.ilg.muc@gmail.com](mailto:adi.ilg.muc@gmail.com)  
Fotos: privat bzw. Creative Commons Zero, Titelfoto: Elly