



ab



Programm

Januar–Juli 2025

Beratung und Begegnungsstätte für getrennt
lebende Mütter und Väter und ihre Kinder –
vor, während und nach Trennung und Scheidung



alleinerziehende
treffpunkt und beratung



Bei uns finden getrennt lebende Mütter und Väter und ihre Kinder Rat und Hilfe bei allen Themen rund um Trennung und Scheidung. Wir sichern Vertraulichkeit und Verschwiegenheit zu.

Angebote

- Trennungsberatung
- Erziehungsberatung
- Krisenberatung
- Familienberatung
- Sozialberatung
- Familienrechtsberatung
- Schwangeren-Sprechstunde
- Schwangeren-Treff
- Trennungsgruppen für Kinder und Jugendliche
- Gruppen für getrennt lebende Mütter und Väter
- Wochenend-Treffs mit Kinderbetreuung

Interessiert? Für weitere Informationen kontaktieren Sie uns gerne telefonisch oder per E-Mail.

Alle Angebote des ATB sind grundsätzlich kostenlos. Freiwillige Kostenbeiträge sind erwünscht.

Das Team des ATB

Elena Bumiller

Psychologin (M.Sc.), Systemische Beraterin
Beratungsstellenleitung;
Krisenberatung; Psychologische Beratung

Christine Meier

Diplom-Sozialpädagogin (FH), Familientherapeutin
Sozialberatung; Trennungsberatung; Schwangerenberatung

Hanne Homann

Diplom-Sozialpädagogin (FH), Systemische Beraterin
Erziehungsberatung; Beratung und
Trennungsgruppen für Kinder und Jugendliche

dienstags 16:00–18:00 Uhr

Gruppe für Trennungskinder im Grundschulalter

11 Gruppentreffen, 3 Elternabende,
1 Schnuppertreffen,
Kinder- und Elterninterviews

1x monatlich donnerstags
von 16³⁰–18⁰⁰ Uhr

23. Januar, 27. Februar, 27. März
24. April, 22. Mai, 26. Juni, 17. Juli

Offene Jugend-Gruppe

für Jugendliche mit getrennt
lebenden Eltern ab 11 Jahren

OK

Gestaltung melamint.net

Logo agaphamburg.de

Bei Interesse an den Angeboten für
Kinder und Jugendliche bitte melden bei
Hanne Homann

☎ 040/250 20 25

sms 0160/590 25 11

✉ h.homann@atb-hamburg.de



KinderKram – das Secondhand-Projekt des ATB

KinderKram bietet getrennt lebenden Eltern
alles „rund ums Kind“ – Kinderkleidung bis Größe 146

Öffnungszeiten
montags & donnerstags 14⁰⁰–18⁰⁰ Uhr

Aktuelle Informationen finden Sie
auf unserer Homepage www.atb-hamburg.de oder
erhalten Sie telefonisch unter ☎040/250 11 84.

terminkal

Dienstag, 28. Januar 2025, 19⁰⁰–21⁰⁰ Uhr

Für getrennt lebende Mütter und Väter und
alleinstehend Schwangere.

Welches Umgangsmodell ist gut für mein Kind?

Residenzmodell, Wechselmodell, Nestmodell – oder ganz was anderes? Was braucht unser Kind? Was bedeuten die unterschiedlichen Umgangsmodelle für die Beteiligten? Wie können wir uns auf ein Modell einigen?

Rechtsanwalt Dirk Rykena beleuchtet die Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Umgangsmodelle und beantwortet die Fragen der Teilnehmenden.

Referent: Dirk Rykena, Rechtsanwalt, www.rae-atdr.de

Freitag, 21. Februar 2025, 10⁰⁰–12⁰⁰ Uhr

Freitag, 18. Juli 2025, 10⁰⁰–12⁰⁰ Uhr

Für getrennt lebende Mütter und Väter und
alleinstehend Schwangere.

Zeit für mich! – Yoga für getrennte Eltern

Getrennte Eltern meistern in Ihrem Alltag viele Anforderungen und haben wenig Zeit für sich. Wir wollen uns gemeinsam Zeit nehmen, uns austauschen und Übungen für mehr Entspannung und Wohlbefinden im Alltag ausprobieren. Bitte kommen Sie in gemütlicher Kleidung (wenn möglich) mit Yoga-Matte.

**Alle Veranstaltungen finden beim ATB statt:
Güntherstraße 102.**

Leitung: Elena Bumiller, Psychologin (M.Sc.)

Eine Anmeldung ist erforderlich, unter

☎ 040/250 11 84 oder ✉ e.bumiller@atb-hamburg.de

ender

Januar–Juli 2025

Dienstag, 08. April 2025, 19⁰⁰–21⁰⁰ Uhr

Für getrennt lebende Mütter und Väter.

Mein Kind braucht Grenzen – wie schaffe ich das?

Welche Grenzen braucht mein Kind in welchem Alter? Was kann es schon allein entscheiden und wo braucht es meine Unterstützung? Warum ist Grenzen setzen oft so schwer? Und woher bekomme ich Kraft, um Grenzen aufrecht zu erhalten?

Wir wollen uns hierzu austauschen und Ideen für eine hilfreiche Grenzsetzung erarbeiten.

Freitag, 16. Mai 2025, 10⁰⁰–12⁰⁰ Uhr

Für alleinerziehende Mütter, die von Anfang an mit ihrem Kind allein leben und alleinstehend Schwangere.

Von Anfang an allein mit Kind

Sie meistern Ihr Leben alleine mit Kind oder stehen vor dieser Aufgabe? Kontakt und Erfahrungsaustausch mit Frauen in einer ähnlichen Situation kann gut tun!

Wie kann ich gut für mich und mein Kind sorgen? Wie gestalte ich einen Kontakt zum Vater – was müsste, kann, will ich dafür tun? Mein Kind kennt den Vater nicht – was erzähle ich, wenn es nach ihm fragt?

Wir widmen uns diesen und Ihren mitgebrachten Fragen – gemeinsam ist es einfacher!

Dienstag, 17. Juni 2025, 19⁰⁰–21⁰⁰ Uhr

Für getrennt lebende Mütter und Väter und
alleinstehend Schwangere.

Vor-Sorgen für mein Kind

Ich möchte vorsorgen für den Fall, dass ich als Mutter/
Vater ganz plötzlich als Betreuungsperson für mein Kind
ausfalle – was kann ich tun?

Rechtsanwalt Dirk Rykena stellt die Sorgerechtsverfügung
vor, geht auf die Situation allein und gemeinsam
Sorgeberechtigter ein und beantwortet die Fragen der
Teilnehmenden.

Referent: Dirk Rykena, Rechtsanwalt, www.rae-atdr.de

Terminfindung nach Bedarf

Bitte melden bei Interesse

(Wieder)Arbeiten mit Kind

Für getrennt lebende (werdende) Mütter und Väter mit Fra-
gen zu den Themen Elternzeit und Teilzeitbeschäftigung
während und nach der Elternzeit.

Der Fachanwalt für Arbeitsrecht Lars Kohnen steht Ihnen für
Fragen zur Verfügung und gibt rechtliche Hinweise. Wie
kann ich meine Arbeit während und nach der Elternzeit, die
Belange meines Kindes und meine eigenen Bedürfnisse „un-
ter einen Hut“ bekommen? Sie erhalten Anregungen, Tipps
und Austausch mit anderen (werdenden) Müttern und Vä-
tern.

Referent: Lars Kohnen, Rechtsanwalt,
www.kohnen-krag.de, www.fachanwalt-kohnen.de

Informationen und Termine finden Sie auf der **Homepage** atb-hamburg.de/angebote/gruppen/schwangeren-treff

Schwangeren-Treff

Der Treff ermöglicht alleinstehend Schwangeren und alleinerziehenden Müttern mit Babys Austausch mit Frauen in einer ähnlichen Situation.

Eine Anmeldung für den Schwangeren-Treff ist erforderlich.

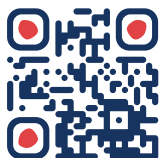


Termine finden Sie auf der **Homepage** atb-hamburg.de/category/veranstaltungen

Wochenend-Treff

Getrennt lebende Mütter und Väter treffen sich zum Kaffee-Trinken, Klönen, Beisammensein, Anregungen und Informationen bekommen, sich austauschen. Mit Kinderbetreuung.

Eine Anmeldung für den **Wochenend-Treff** ist nicht erforderlich.



alleinerziehende
treffpunkt und beratung

So erreichen Sie uns

Alleinerziehende Treffpunkt und Beratung e.V. (ATB)
Güntherstraße 102, 22087 Hamburg

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln, Ausstieg an den Haltestellen
Wartenau    / Uhlandstraße  / Landwehr 

In den Telefonsprechstunden

dienstags & donnerstags 11⁰⁰–13⁰⁰ Uhr

stehen Ihnen unsere Beraterinnen direkt für Ihre Fragen zur Verfügung. Außerhalb dieser Zeiten können Sie uns eine Rückrufbitte per Anrufbeantworter, SMS oder E-Mail zukommen lassen.

Telefon **250 11 84**

Sozialberatung **250 27 77**

Kindertrennungs-Telefon **250 20 25**

SMS für Kinder **0160 / 590 25 11**

SMS für Schwangere **0176 / 525 72 555**

Projekt „KinderKram“ **254 960 84**

E-Mail **kontakt@atb-hamburg.de**

Website **www.atb-hamburg.de**

Die Beratungsstelle wird maßgeblich von der Sozialbehörde der Freien und Hansestadt Hamburg gefördert.

Darüber hinaus ist die Beratungsstelle des ATB auf Spenden angewiesen.

Spendenkonto: Deutsche Skatbank

IBAN: DE18 8306 5408 0105 2553 92

BIC: GENODEF1SLR



alleinerziehende
treffpunkt und beratung