

**Wir können sprechen über:**

Beziehung

Partnerschaft

familiäres Umfeld

Berufliches

Lebens– und Sinnfragen

Themen der Gesundheit

Sexualität

Depressionen u. Burn out

**Männer sprechen:**

Männer sprechen über ihre Werte und Ziele ihres Lebens.

Männer sprechen über ihre Rolle in Familie, Beruf und Partnerschaft.

Männer sprechen von ihren Zwängen und Rollenzuschreibungen.

Männer sprechen von ihren Wünschen und Bedürfnissen.

Männer sprechen über ihr Selbstwertgefühl und distanzieren sich von Erwartungen.

**Männer:**

Männer setzen sich mit ihren Gefühlen auseinander und werden konfliktfähig.

Männer finden einen konstruktiven Umgang mit ihrer männlichen Stärke und zeigen ihre eigenen Grenzen auf und achten die Grenzen anderer.

Männer erlauben sich, Probleme zu haben und sich anderen mitzuteilen.

Männer können sich annehmen, wertschätzend mit sich umgehen und achten auf ihre Gesundheit

**Unser Angebot:**

**Männer Gesprächskreis im SKM**

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat

von 16.00 Uhr bis 17.30 Uhr

In den Räumen des SKM

**Ansprechpartner:**

Bernd Erven  
Telefon: 02166– 124599  
Mobil: 0173 - 5393870  
E-Mail: [b.erven@skm-ry.de](mailto:b.erven@skm-ry.de)



Zu diesen Themen der Männerarbeit gibt es im SKM auch die Möglichkeit der persönlichen Beratung durch unseren Fachdienst Männerarbeit

**SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste Rheydt e. V.,**

**Waisenhausstr. 22  
41236 Mönchengladbach  
Tel: 02166 / 13097 - 0  
Fax: 02166 / 13097 - 18  
[www.skm-ry.de](http://www.skm-ry.de)**



SKM—Katholischer Verein für soziale Dienste in Rheydt e. V.

Schutz bieten  
Kraft geben  
Mensch sein

