

MANN AKTUELL

NEUIGKEITEN AUS DER KIRCHLICHEN MÄNNERARBEIT

Liebe Leser:innen von MANN-Aktuell!

„Men’s Hour“ ist ein offener Gesprächsabend, der Männern Raum für ehrlichen Austausch bietet. Wir tauschen uns aus über Themen, die uns bewegen: Vaterschaft, Beruf, Gesundheit bis hin zu aktuellen gesellschaftlichen Themen. Der nächste Termin ist der **24. Februar**.

Weitere Termine und Inhalte sowie Anmeldemöglichkeit unter:

<https://kath-maennerarbeit.de/ueber-uns/mens-hour/>

Ab Aschermittwoch erscheinen wieder die Fastenimpulse. Das diesjährige Thema lautet „Mit Zerrissenheit leben“. Informationen und Anmeldemöglichkeit unter:

<https://kath-maennerarbeit.de/fastenbrief-impulse-2026/>

Der Grundimpuls und ein Angebot zur Ergänzung ist schon jetzt einsehbar unter:

https://kath-maennerarbeit.de/wp-content/uploads/2026/01/Fastenimpulse-2026_Grundtext.pdf

Ich wünsche Ihnen viele neue Anregungen mit dem aktuellen Newsletter.

Viele Grüße aus der Arbeitsstelle

Jürgen Döllmann

MÄNNER IN MAGEBURG

Mann! – das Wort ist Diagnose und Verzweiflungsruf. Gegen den Selbstzweifel hilft Abschottung – die Pflege der eigenen Muskulatur, die Flucht in die Bro-Kultur, mit alten Idealen von Stärke, Stolz und Kameradschaft.

<https://www.hoerspielundfeature.de/maenner-in-magdeburg-100.html>

MEHR GLEICHSTELLUNG – DAS IST AUCH GUT FÜR DIE DEMOGRAFIE

Deutschlands niedrige Geburtenrate ist kein individuelles Problem. Es genügt nicht, höhere Einkommen für Eltern zu fordern. Es braucht eine radikale Gleichstellung. Gesellschaftliche Strukturen, Arbeitsmärkte und Rollenerwartungen haben sich nur teilweise an neue Realitäten angepasst.

https://www.diw.de/de/diw_01.c.993647.de/nachrichten/mehr_gleichstellung_das_ist_auch_gut_fuer_die_demografie.html

BUCHVORSTELLUNG: DER DESORIENTIERTE MANN

Warum es Männern in Beziehungen so schwer fällt, die Herausforderungen der Frauenemanzipation positiv anzunehmen werden in diesem Essay über das heterosexuelle Geschlechterverhältnis beleuchtet.

<https://kath-maennerarbeit.de/leikert-der-desorientierte-mann/>

VERANSTALTUNGEN

AB DEM 25. FEBRUAR 2026, WEITERE TERMINE: 04.03., 11.03., 18.03., 25.03., 01.04.2026,
JEWEILS 19:30 UHR – 21:00 UHR
ONLINE

Ökumenisches Bibelteilen in der Fastenzeit

An sechs Mittwochabenden lesen und hören wir gemeinsam den Text des Sonntagsevangeliums. Wir lassen uns davon inspirieren und versuchen einen Gedanken oder ein uns ansprechendes Wort mit in den Alltag zu nehmen. Wer ernsthaft geistlich leben möchte, ist hier richtig. Diese geistlichen Texte möchten und können das eigene Leben verändern und neue Tiefe geben.

Die klassischen sieben Schritte für das Bibel-Teilen geben dem Abend eine klare Struktur. Jeden Abend leitet ein anderer Mann das Meeting. Teilnahme ist auch an einzelnen Abenden möglich.

Veranstalter: Katholische Männerseelsorge, Evangelische Männerarbeit im Allgäu, Alt-Katholische Pfarrgemeinde Kempten

TN-Gebühr: kostenfrei

<https://maennerleben.org/veranstaltung/oekumenisches-bibel-teilen-online-2/>

30.03. – 02.04.2026
HAUS MARIENHOF, KÖNIGSWINTER

Großväter-Enkel-Tage

Wir laden Großväter und Enkel zu vier unvergesslichen Tagen voller Spaß, Wissen, Bewegung und Kreativität ein! Großväter und Enkelkinder erleben mit spannenden Experimenten und Exkursionen hautnah, wie die Natur und Technik zusammenwirken. So schaffen wir Aha-Momente und unvergessliche Erinnerungen, die noch lange nachklingen!

Zielgruppe: Großväter und ihre Enkelkinder von 4 bis 11 Jahren

MANN AKTUELL

NEUIGKEITEN AUS DER KIRCHLICHEN MÄNNERARBEIT

Betreuungskonzept: gemeinsame Zeit mit fachkundiger pädagogischer Leitung, keine separate Kinderbetreuung.

Leitung: Sabine Terlau

Kosten: 190 EUR Erwachsener / 80 EUR Kind

Preise für Teilnehmende aus anderen Bundesländern (außer NRW) auf Anfrage

Kontakt: 0221/7159-1025

<https://www.familienbund-koeln.de/termine/Grossvaeter-Enkel-Tage-Wolken-Luft-und-Wind-2026.03.30/?instancedate=1774861200000>

13. – 19. APRIL 2026

HAUS ST. OTTO, ZINNOWITZ (USEDOM)

Männer am Meer

Die weite Ostsee, die artenreiche Inselwelt und die besonderen Orte von Usedom an der Grenze zu Polen werden wir kennenlernen. Ausgangspunkt unserer Entdeckungstouren ist das Haus St. Otto. Wir sind als Gruppe zu Fuß, mit Fahrrädern oder mit Bus und Zug auf der Insel unterwegs. Täglich gibt es eine Morgen- und Abendrunde. An vier Tagen lassen wir uns von der alten Elija-Geschichte inspirieren mit dem Titel „In die Zukunft leben“. Ein Tag steht zur freien Verfügung. Der aktuelle Flyer ist auf der homepage des Bildungswerks zu finden. Vor der Fahrt gibt es ein Online-Meeting.

Leitung: Gerhard Kahl, Wolfgang Seidler, Stefan Sörgel und Martin Hämmerle

Anmeldung: KAB-Bildungswerk Diözese Augsburg e. V., Tel. 0821 3166-3315

anmeldung@kab-augsburg.org

<https://www.kab-augsburg.org/veranstaltungen/maenner-am-meer-446>

20. – 22. MÄRZ 2026

ABTEI FRAUENWÖRTH, CHIEMSEE

Ganz DA sein

Einführung und Praxis der Zen-Meditation

Kennen Sie das Bedürfnis nach innerer Ruhe und mehr Gelassenheit? Würden Sie gerne steigenden Stress und Leistungsdruck begrenzen?

Die Zen-Meditation ist ein bewährter und erfahrungsbezogener Übungsweg. Bei diesem Wochenende erhalten Sie eine praktische Einführung in die Zen-Meditation, Anregungen für die Umsetzung

MANN AKTUELL

NEUIGKEITEN AUS DER KIRCHLICHEN MÄNNERARBEIT

in den Alltag und eine besinnliche Auszeit. Um zur Ruhe zu kommen, finden die Tage vorwiegend in Stille statt.

Leitung: Anton Maier: Zenlehrer, Theologe, Gestalttherapeut (IGW/HPG)

Kosten: 220 € für zwei Übernachtungen mit Vollpension (Separat im Haus zu bezahlen)

Anmeldung: Fachbereich Männerseelsorge

Informationen unter Tel. 089 2137-1599

<https://www.erzbistum-muenchen.de/Gottesdienste-Veranstaltungen/Detail/--/maennerseelsorge/externer-ort-siehe-beschreibung/1993723/20260320.veranstaltung>

MONTAGS, 23.02., 02.03., 09.03., 16.03., 23.03. JEWEILS 19:00 – 20:30 UHR
HAUS DER FAMILIE, MACHTLFINGERSTR. 5, MÜNCHEN

Autogenes Training für Männer - Ausgleich für Berufs- und Alltagsstress - Teil 1

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer die Grundlagen des Autogenen Trainings, eine bewährte Methode zur Stressbewältigung und Förderung der inneren Ruhe. Ziel ist es, durch gezielte Entspannungstechniken die Selbstwahrnehmung zu schärfen und die Fähigkeit zur Selbstregulation zu stärken.

Leitung: Jörg Maier, Seminarleiter für Autogenes Training nach Prof. Dr. Schultz

Kosten: Keine

<https://www.erzbistum-muenchen.de/Gottesdienste-Veranstaltungen/Detail/--/maennerseelsorge/externer-ort-siehe-beschreibung/2061669/20260223.veranstaltung>

Kirchliche Arbeitsstelle für Männerseelsorge und Männerarbeit in den deutschen Diözesen e. V.

Carl-Mosterts-Platz 1
40477 Düsseldorf

info@kath-maennerarbeit.de
www.kath-maennerarbeit.de



Redaktion: Jürgen Döllmann

Besuchen Sie uns auch auf Facebook:



www.facebook.com/maennerseelsorge