



Foto: Gunter Beetz

# Väter-Auszeit in der Natur

für Väter von Kindern mit  
angeborenem Herzfehler

vom 31.05.-02.06.2024

Waldgelände in Nordkirchen/Münster



Bundesverband  
Herzranke  
Kinder e.V.





Fotos: coolkalma - Envato



Die Mütter geben unserem Geiste Wärme und die Väter Licht.

- Jean Paul -

## Zum Wochenende

Das Leben mit einem herzkranken Kind stellt hohe Anforderungen an die ganze Familie und bringt diese oft an ihre Belastungsgrenzen. Unsere Auszeit für Väter richtet sich nun konkret an euch!

- ▶ Ist es für dich manchmal schwierig, mit deinen Ängsten umzugehen? Findest du auch keinen Raum, um dich damit zu beschäftigen?
- ▶ Fühlst du dich hin- und hergerissen zwischen den Ansprüchen, gleichzeitig deine Frau/Partner und dein/e Kind/er unterstützen zu müssen?
- ▶ Hast du Probleme, deine Bedürfnisse zu erspüren und zu äußern?
- ▶ Weißt du nicht so recht, wie du dich vor Überforderung schützen und wo du Kraft und Energie tanken kannst?

Erlebe beim Austausch mit anderen Vätern herzkranker Kinder, wie sie ihre Ressourcen finden und wie andere den Alltag mit einem herzkranken Kind bewältigen. Betrachte die Verantwortung im Alltag für Beruf und Familie einmal mit einem ganz anderen Blick. Diese Auszeit in der Natur soll dir dabei helfen, deine Batterien aufzuladen und für dich Hilfreiches zu lernen. Menschen lassen sich in der Natur nachweislich besser auf Neues ein.

Du kommst deinen Gefühlen und Bedürfnissen näher und du trainierst den Umgang mit belastenden Situationen. Für diese Väter-Auszeit konnten wir den erfahrenen Coach Gunter Beetz mit seinem Team gewinnen. Inmitten der Natur werden sie mit Spaß, magischen Momenten und neuen Methoden ein unterhaltsames, bereicherndes Seminar bieten.

## Die Väter-Auszeit findet komplett im Wald statt!

Ohne störende Einflüsse von außen werden alle Teilnehmer in Zelten übernachten (wer keine eigene Ausrüstung hat, kann diese vor Ort gegen eine kleine Gebühr leihen).

Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt: Der Draußenkoch Elias Eckel legt großen Wert auf Nachhaltigkeit und Qualität in der Ernährung. Deshalb werden von ihm nur regionale Bio – Lebensmittel und Kräuter aus dem Wald verwendet.

Die Anreise findet am Freitag, 31.05., bis 14:00 Uhr statt. Abreise wird am Sonntag nach einem letzten gemeinsamen Mittagessen gegen 14:00 Uhr sein.

In der gemeinsamen Zeit erwarten dich neben Orientierungsmodellen und Reflexionen auch Naturübungen und Diskussionen am Lagerfeuer. Alle Inhalte können individuell an die Bedürfnisse der Gruppe und der einzelnen Teilnehmer angepasst werden. Ob beim 1:1 Coaching, „therapeutischen Holzhacken“, Schnitzen, Entspannen... alles kann, nichts muss! Es ist deine Zeit!

Doch egal wie du deinen Weg durch das Wochenende gestalten wirst, am Ende hast du gelernt, deine gefestigte Haltung und Persönlichkeit als Stärke zu nutzen. Die Erfahrungen in der Natur werden dich in deinem Alltag stärken und deine eigene Selbstreflexion und dein Wachstum als Vater und Mensch unterstützen. Das ist ein wertvolles Geschenk nicht nur für dich, sondern für deine ganze Familie.



Fotos: Gunter Beetz

Hier einfach  
online anmelden



## Anmeldung, Kosten und Fristen

Die Unterbringung erfolgt in eigenen Zelten mit Schlafsack. ALLES findet im Wald, in der freien Natur statt!

Das Seminar findet 25 km südlich von Münster statt (Gemeinde Nordkirchen). Dieser besondere Ort in der Natur verfügt über eine entsprechende Infrastruktur und nachhaltige Sanitäreinrichtungen. Übernachtet wird im eigenen Zelt oder Bulli (Stellplätze sind vorhanden). Bitte bringt so viel wie nötig und so wenig wie möglich mit: Zelt, Isomatte, Schlafsack, Taschenlampe, Wetter angepasste Kleidung, Schnitzmesser. Außer der Kleidung können alle Ausrüstungsgegenstände vor Ort gegen Gebühr geliehen werden.

### Kosten

Teilnahmegebühr (Unterkunft, Verpflegung und Programm, exklusive Anreise) pro Person 80,00 €. Ohne Kinderbetreuung! Für Teilnehmer, die nicht Förderer des BVHK oder Mitglied einer seiner angeschlossenen Elterninitiativen / Mitgliedsvereine sind, erheben wir zusätzlich eine Sachkostenpauschale in Höhe von 50,00 €. Diese Gebühren decken nicht unsere tatsächlichen Kosten und sind nur möglich mit Spenden und Förderung von Krankenkassen o.ä. Die Zahlung ist ausschließlich per Lastschrift möglich und wird am 03.05.2024 von uns abgebucht.

### Rücktrittskosten

Ab 03.05.2024: 100% sofern die Plätze nicht anderweitig vergeben werden können. Ab 24.05.2024 keine Erstattung möglich.



### Anmeldung

Die Anmeldung kann einfach digital über unsere Internetseite [www.bvhk.de/termine](http://www.bvhk.de/termine) erfolgen.

Die Anmeldung ist erst verbindlich mit Eingang des Anmeldeformulars, der Foto/Videoeinwilligung sowie der vollständigen Zahlung des Teilnehmerbeitrages. Es besteht kein Rechtsanspruch auf Teilnahme.

Der BVHK bestätigt die Teilnahme zunächst vorläufig. Falls Corona-bedingt spezielle Regeln berücksichtigt werden müssen, behält sich der BVHK u.A. eine Absage vor.

### Veranstaltungsort

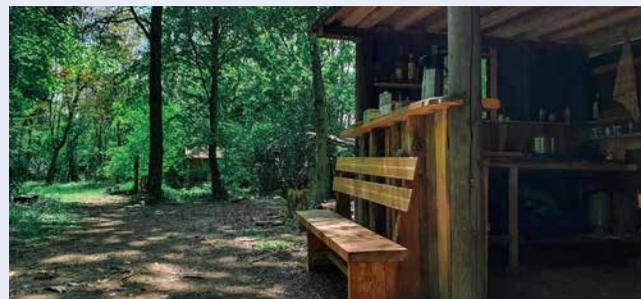
Waldgrundstück „Waldweisen“  
59394 Nordkirchen bei Münster  
25 km südlich von Münster, nähere Infos zur Anfahrt bei der Anmeldung

### Veranstalter

**Bundesverband Herzranke Kinder e.V. (BVHK)**  
Vaalser Str. 108, 52074 Aachen  
[veranstaltung@bvhk.de](mailto:veranstaltung@bvhk.de)

☎ 0241-912332 ✉ [info@bvhk.de](mailto:info@bvhk.de)  
🌐 [www.bvhk.de](http://www.bvhk.de)

Bleiben Sie über unsere Social-Media-Kanäle auf dem Laufenden.  
Sie finden uns auf: [f](#) [@](#) [▶](#)



Fotos: Gunter Beetz

Gestaltung: Andreas Basler, Aachen