

## ■ wir 2 - Ein Bindungstraining für Alleinerziehende Mehr Selbstsicherheit im Alltag

### wir2 – Bindung aufbauen

- Für Alleinerziehende mit Kindern bis 10 Jahre
- 20 Gruppensitzungen
- Nachweislich und nachhaltig wirksam

### wir2 – wirkt und stärkt

- Eltern-Kind-Bindung
- Gemeinsame Elternverantwortung trotz Paarkonflikt
- Soziale Kompetenzen für den Alltag
- Wohlbefinden der Kinder

### wir2 – für Alleinerziehende

- Kostenlos
- Wohnortnah



Désirée Dichtl

## ■ Amt für Familie Jugend Bildung

**Termin:** Herbst/Winter 2025/26

jeweils dienstags 20 – 21.30 Uhr

**Ort:** Vorwiegend werden die Termine Online über Zoom stattfinden; einige Termine erfolgen in Präsenz im Landratsamt Pfaffenhofen

## ■ Informationen und Anmeldung bei:

**Désirée Dichtl**

Tel.: 0172 8269749

Wir2.Bindungstraining@landratsamt-paf.de

wir2 ist ein Programm der

**WALTER  
BLÜCHERT  
STIFTUNG**

[www.wir2-bindungstraining.de](http://www.wir2-bindungstraining.de)

Landratsamt Pfaffenhofen a.d.Ilm

Herausgeber: Landkreis Pfaffenhofen a.d.Ilm  
Hauptplatz 22, 85276 Pfaffenhofen a.d.Ilm  
Tel.: 08441 27-0 | Fax: 08441 27-271  
poststelle@landratsamt-paf.de  
[www.landkreis-pfaffenhofen.de](http://www.landkreis-pfaffenhofen.de)

Fotos: © Landratsamt, Walter-Blüchert-Stiftung

Ausgabe 2025



**Alleinerziehend –  
na und?**  
Eltertraining wir2

**wir  zwei**

BINDUNGSTRAINING FÜR ALLEINERZIEHEND

**Für Alleinerziehende mit Kindern bis 10 Jahre.**

**Kostenlos. Wohnortnah. Wirksam.**



*„Ich hetze nur noch zwischen irgendwelchen Terminen hin und her. Von der Arbeit zur Kita, von der Kita zum Arzt. Von da wieder weiter. Und irgendwo dazwischen soll ich auch noch einkaufen, putzen und mit dem Kleinen spielen.“*

**Vielleicht sieht Ihr Leben nach der Trennung so aus. Mit solchen und ähnlichen Empfindungen sind Sie nicht allein.**

**Das Bindungstraining wir2 ist ein Angebot für alleinerziehende Mütter und Väter, die sich in einer belastenden Situation Unterstützung wünschen.**

**20 Gruppensitzungen können Ihnen dabei helfen, Balance herzustellen, Bindung aufzubauen und Beziehung zu stärken.**

**Damit es Ihnen und Ihren Kindern besser geht.**

### **Inhalt der 20 Sitzungen in vier Themenbereichen:**

Mütter & Väter	Kinder	Familie	Neue Lösungen für alte Konflikte
Wie geht es mir?	Wie geht es meinem Kind?	Welche Rolle spielt mein ehemaliger Partner?	Was tun in schwierigen Situationen?
Eigene Gefühle und Bedürfnisse klären	Erkennen von Bedürfnissen und Wünschen	Trennung von Elternverantwortung und Paarkonflikt	Erlernen von Alltagskompetenzen

**Neue Lösungen für alte Konflikte.**