

# Willkommen zu den Frankfurter Paartagen 2024!

In Zeiten von persönlichen und gesellschaftlichen Herausforderungen ist es besonders wichtig, auf sich zu achten – auf sich selbst, auf sich als Paar und als Familie. Beziehungen sind wertvoll, sie können beleben und stärken, aber sie brauchen auch Zeit und Aufmerksamkeit. Diese wollen wir Ihnen gerne ermöglichen und haben auch in diesem Jahr zahlreiche Angebote rund um das Thema Paare, Beziehung, Sexualität und Intimität für Sie zusammengestellt.

Lassen Sie sich anregen durch die vielfältige Mischung aus Vorträgen, Workshops und Unterhaltungen: Reden über Sexualität? Yoga zu zweit? Fair streiten? Tango ausprobieren? Stärkung bei Depression und Angst? Vergeben und Versöhnen? Glücklich als Paar im Patchwork? Eltern sein – Paar bleiben? Körperlichkeit zu zweit? Dies und noch vieles mehr finden Sie in unserem Programm. Schauen Sie, was für Sie dabei ist!

Wir freuen uns, Sie als Paar, mit Freunden und Freundinnen oder auch alleine zu begrüßen.

## Seien Sie herzlich willkommen!

Das Team der Paar-, Ehe- und Sexualberatung des Haus der Volksarbeit e.V., Frankfurt



Kommunikation,  
Sexualität,  
Streit-Training, Tango,  
Auszeit für Zwei,  
Körperlichkeit,  
Patchworkpaare,  
Vergeben und Versöhnen



FRANKFURTER  
PAARTAGE



[frankfurter-paar-tage.de](http://frankfurter-paar-tage.de)

### Veranstalter:

Paar-, Ehe- und Sexualberatung  
Haus der Volksarbeit e.V.  
Eschenheimer Anlage 21  
60318 Frankfurt am Main  
[www.hdv-ffm.de](http://www.hdv-ffm.de)

### Anmeldung:

Erforderlich, wenn im Programm vermerkt.  
Bitte über [www.frankfurter-paar-tage.de](http://www.frankfurter-paar-tage.de)

**Anmeldeschluss: 20.10.2024**

### Infos:

Telefon 069 1501-140  
Mo – Fr 09:00 – 15:00 Uhr

### Kosten:

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.

### Kooperationspartner:

Haus am Dom

Für die finanzielle Unterstützung danken wir dem Hessischen Ministerium für Familie, Senioren, Sport, Gesundheit und Pflege sowie dem Referat für Ehe- und Beziehungspastoral im Bistum Limburg, dem Gesamtverband der kath. Kirchengemeinden Frankfurt und dem Haus am Dom.

unterstützt durch



04. — 15.  
November '24

Vorträge, Workshops  
und Kulturelles

# Frankfurter Paartage

Zeit für mich,  
Zeit für dich  
und für uns

**Anmeldeschluss für die Workshops: 20.10.2024**

HAUS DER  
VOLKSARBEIT E.V.



ZENTRUM FÜR BERATUNG,  
ERZIEHUNG UND BILDUNG

Zuerst der Mensch

04.11. – 06.12.

### Foto-Ausstellung „Paar-Augenblicke“

Ort: Haus der Volksarbeit, Treppenhaus Haus A  
Ganztägig zugänglich

MO, 04.11. 17:30 – 20:00 Uhr

### Glückliche Patchworkpaare

Ort: Der Workshop findet online statt  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Ein Workshop für Paare, die Kinder mit in die Beziehung bringen: **Wie kann die neue Liebe gelingen?** Leitung: Katharina Grünewald, Dipl.-Psych., Patchworktherapeutin in eigener Praxis in Köln

MO, 04.11. 18:00 – 21:00 Uhr

### Paarsein und Körperlichkeit

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Ein Workshop für Paare, die gemeinsam darüber nachdenken und erfahren wollen, wie sie ihr körperliches Miteinander erleben. Mit Stefanie Bussebaum und Annerose Voigt, Paartherapeutinnen der Paar-, Ehe- und Sexualberatung

DI, 05.11. 18:00 – 20:30 Uhr

### Daran könnte es liegen...!

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Es gibt Faktoren, die wichtig sind für eine stabile Paarbeziehung. Welche Faktoren sind das? Und haben Sie Lust, zu zweit diesen Blick auf Ihre Beziehung zu werfen? Workshop mit Daniela Lukacic und Sylvia Mosler, Paartherapeutinnen der Paar-, Ehe- und Sexualberatung

MI, 06.11. 18:00 – 21:00 Uhr

### Hast Du was gesagt? Nein, das war gestern!

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Von den Tücken der Kommunikation. Workshop mit Bärbel Gathof und Daniela Lukacic, Paartherapeutinnen der Paar-, Ehe- und Sexualberatung

DO, 07.11. 12:30 – 13:00 Uhr

### spiritueller Impuls: Offen für Vielfalt

Ort: Haus der Volksarbeit, Kapelle

Gestaltet von Burkhard Cramer von Queer + Katholisch, Gottesdienst-Gemeinschaft Frankfurt am Main

DO, 07.11. 19:30 – 21:00 Uhr

### Von Höhen und Tiefen in der Beziehung

Ort: Haus am Dom, Domplatz 3, Frankfurt  
Kooperation: Haus am Dom



Zu Beginn sind Liebesbeziehungen meist von positiven Gefühlen und Intimität geprägt, im Laufe der Zeit entwickeln sich aber auch Höhen und Tiefen. Wann ist ein Beziehungstief kritisch für den Fortbestand der Beziehung? Und wie kann das Beziehungsmiteinander im gemeinsamen Alltag gut gestaltet werden? Vortrag und Diskussion mit Dr. Janina Larissa Bühler, Juniorprofessorin für Persönlichkeitspsychologie und Diagnostik an der Universität Mainz. Paartherapeutin und Autorin des Buches „Mehr Ich. Mehr Du. Mehr Wir.“

FR, 08.11. 18:00 – 20:30 Uhr

### Neues Kapitel – Paarbeziehung nach dem Auszug der Kinder

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Der Auszug der Kinder aus dem Elternhaus ist für viele Paare ein bedeutender Lebensabschnitt und eine Herausforderung. Austauschrunde für Paare, deren Kinder das Haus verlassen haben oder werden. Mit Volker Jatzko, Paartherapeut der Paar-, Ehe- und Sexualberatung

SA, 09.11. 10:00 – 13:00 Uhr

### Eltern sein – Paar bleiben

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich  
Mit Kinderbetreuung / Anmeldung erforderlich.

Die Zeit nehmen wir uns! Der Alltag ist voll mit Terminen – Arbeit, Kinder, Haushalt – und die Paarbeziehung bleibt auf der Strecke. Wie gelingt ein Ausstieg aus dem Hamsterrad? Ein Angebot von Elisabeth Knirim, Dipl. Päd., Physiotherapeutin, Familienberaterin und Norbert Rudnik, System. Therapeut, Dipl. Soz.

SA, 09.11. 15:00 – 19:00 Uhr

### Wir lieben uns – wir streiten uns

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Ein Fair-Streit-Training für Paare, Eltern und Liebende. Workshop mit Andrea Marschall-Schneider, Systemische Familien- und Paarberatung, Viernheim

SO, 10.11. 10:00 – 12:00 Uhr

### Paar-Yoga – Gemeinsam entspannen

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich  
Einführungsworkshop mit Chris Bodner, Yoga-Trainerin

SO, 10.11. 10:00 – 14:00 Uhr

### Wir lieben uns – wir streiten uns

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Ein Fair-Streit-Training für Paare, Eltern und Liebende. Workshop mit Andrea Marschall-Schneider, Systemische Familien- und Paarberatung, Viernheim

SO, 10.11. 19:00 – 21:00 Uhr

### Cha Cha cubanisch

Ort: Tanzschule Dross, Hanauer Landstr. 155 – 157 / Zugang über die Ferdinand-Happ-Straße 36 (Hof), Frankfurt  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Der einfache Start für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse. Tauchen Sie mit Cha Cha in die Welt der cubanischen Tänze ein! Einführungsworkshop mit Diereck Dross, Tanzlehrer

MO, 11.11. 18:30 – 21:30 Uhr

### Kleine Auszeit für Zwei

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Mit Achtsamkeit entschleunigen, Atem schöpfen und die Paarbeziehung stärken. Workshop mit Tanja Duda, Achtsamkeitstrainerin, Paartherapeutin der Paar-, Ehe- und Sexualberatung und Andreas Rittirsch, Systemischer Paar- und Familientherapeut

DI, 12.11. 19:30 – 21:00 Uhr

### Wie redet man als Paar über Sexualität?

Ort: Haus am Dom, Domplatz 3, Frankfurt  
Kooperation: Haus am Dom



Sexualität und Partnerschaft sind zwei Komponenten, die man nicht voneinander trennen kann. Allerdings sind wir oft nicht in der Lage, darüber zu sprechen. Carsten Müller gibt Einblicke in die Besonderheit des Themas und in konkrete Methoden, um die eigene (Paar-)Sprache zu finden. Vortrag und Diskussion mit Carsten Müller, Sexual- und Paartherapeut (Duisburg), Spiegelbestseller-Autor, Kolumnist für den Spektrum-Verlag

MI, 13.11. 17:30 – 20:00 Uhr

### Stärkung der Partnerschaft in Zeiten der Depression und Angst

Ort: Haus der Volksarbeit  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Begleitete Austauschrunde für Paare, bei denen ein\*e Partner\*in depressive oder ängstliche Krisen durchlebt (hat), und der\*die andere manchmal nicht weiß, wo ihm\*ihr der Kopf steht. Leitung: Katharina Klotzbücher, Familien- und Paarberaterin, und Lena Kontny, Paartherapeutin der Paar-, Ehe- und Sexualberatung

MI, 13.11. 19:30 – 21:30 Uhr

### Tango Argentino – Führen & Folgen

Ort: Tanzschule Dross, Hanauer Landstr. 155 – 157 / Zugang über die Ferdinand-Happ-Straße 36 (Hof), Frankfurt  
Ein Angebot nur für Paare / Anmeldung erforderlich

Der einfache Start für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse. Mit diesem Workshop lösen Sie Ihr schnellstes Ticket nach Buenos Aires! Einführungsworkshop mit Diereck Dross, Tanzlehrer

DO, 14.11. 19:30 – 21:00 Uhr

### Vergeben & Versöhnen in Liebesbeziehungen

Ort: Haus am Dom, Domplatz 3, Frankfurt  
Kooperation: Haus am Dom



Konflikte, Kränkungen und Verletzungen sind unvermeidliche Bestandteile jeder Liebesbeziehung. Doch wie lassen sich diese Herausforderungen konstruktiv bewältigen? Vortrag und Diskussion mit Prof. Dr. Agostino Mazziotta, Dipl.-Psych., Master of Counseling in Ehe-, Familien- und Lebensberatung, System. Sexualtherapeut, Prof. für Diversität und Community Work an der FH in Münster

FR, 15.11. 19:30 – 21:00 Uhr

### „How sweet it is, to be loved by you“

Ort: Haus der Volksarbeit

Der Frankfurter Jazzchor „O-Töne“ singt und swingt einen Abend lang rund um die Höhen und Tiefen der Liebe und des Paarlebens. Leitung: Carsten Porchert / Piano: Andreas Neuwirth / Texte: Hans-Peter Schupp