

# MÄNNERSACHE

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserem Beratungsangebot.

Mehr Infos gibt es unter

[www.maennersache-ol.de](http://www.maennersache-ol.de)

Das Angebot ist für Ratsuchende kostenlos und wird finanziert durch Förderung der Stadt Oldenburg, Beiträge der Vereinsmitglieder, Unterstützung von Sponsoren sowie Einzelspenden.

## Spendenkonto

**MännerWohnHilfe e.V.**

IBAN: DE29 2806 1822 3130 2602 02

Gern können Sie den Verein auch als Mitglied unterstützen.

Träger der Beratungsstelle ist der Verein

**MännerWohnHilfe e.V.**

in Oldenburg.

Der Verein stellt seit mehr als 20 Jahren Männern aus Oldenburg in schwierigen Situationen befristet eine Wohnung zur Verfügung.

[www.maennerwohnhilfe.de](http://www.maennerwohnhilfe.de)



## KONTAKT

Gesprächstermine gibt es unter

**0176 21 444 373**

Sprechen Sie Namen und Telefonnummer auf den Anrufbeantworter.

Wir rufen zeitnah zurück.

Oder E-Mail an

[kontakt@maennersache-ol.de](mailto:kontakt@maennersache-ol.de)

## OFFENE TELEFONSPRECHSTUNDE

Die aktuellen Termine finden Sie hier:

[www.maennersache-ol.de](http://www.maennersache-ol.de)

Unsere Beratungsstelle liegt im Zentrum von Oldenburg am Pferdemarkt.



**BERATUNG**

**VON MANN ZU MANN**

# MÄNNER

**SACHE**

**Beratung und  
Unterstützung für Männer  
in Oldenburg**



## WAS

Beratung für Männer in Oldenburg. Von Mann zu Mann können wir Themen besprechen, die man im Alltag oft eher vermeidet.

Der Besucher hat Gelegenheit

- sich auszusprechen
- Orientierung zu gewinnen
- Lösungswege zu entwickeln

Die dafür benötigte Zeit ist individuell unterschiedlich.

Gegebenenfalls empfehlen wir anschließende Unterstützungsangebote.

Die Beratung ist für Ratsuchende kostenfrei. Es gelten Vertraulichkeit und Schweigepflicht. Termine gibt es nach Vereinbarung.

Im Einzelfall ist die Beratung auch telefonisch oder online möglich.



## FÜR WEN

Unser Angebot richtet sich an jeden Mann, der einen männlichen Begleiter für ein Stück seines Weges an der Seite haben möchte.

Alle Themen sind möglich...

- belastende Erfahrungen und Gedanken
- Wunsch nach positiver Veränderung
- Probleme in Partnerschaft und sozialen Beziehungen
- Konflikte am Arbeitsplatz
- Leben als Mann
- Rolle als Vater
- Verlust eines nahestehenden Menschen
- Erleben von Erniedrigung oder Gewalt
- Einsamkeit und Alleinsein

und vieles, vieles mehr...



## WIE

Wir pflegen eine partnerschaftliche und gleichgestellte Haltung in der Beratung.

Wichtige Elemente sind Wertschätzung, Akzeptanz, Empathie und Würdigung.

Die Bedürfnisse des Ratsuchenden bestimmen Thema und Tempo.

Wir unterstützen die Entwicklung der Fähigkeit, Veränderungsprozesse aktiv selbst zu gestalten.

Jeder Mann ist Experte in eigener Sache.

Somit entscheidet der Ratsuchende selbst, was er tun wird und was nicht.

Jeder behält im Prozess die Verantwortung für sein Handeln.

Die Autonomie der Beteiligten bleibt gewahrt.

# MÄNNER

SACHE

Vi.S.d.P.: Wolfgang Rosenthal, Donnerschweer Str. 10, 26123 Oldenburg  
Foto Vorderseite: tassapon – stock.adobe.com  
Foto Rückseite: Bonnie Bartusch Fotografie, Poststr. 1, 26122 Oldenburg