

**Männerliga  
Thalwil**

\_\_\_ Ort:  
Gartenzimmer  
Claridenstrasse 7  
8800 Thalwil  
\_\_\_ Auskunft:  
Alexius Amstutz  
044 720 79 74

**Männerliga  
Langnau**

\_\_\_ Ort:  
Dachraum im alten  
Schulhaus Wolfgraben  
8135 Langnau  
\_\_\_ Auskunft:  
Jörg Häberli  
044 713 20 41

**Männerliga  
Baar**

\_\_\_ Ort:  
Pfarreizentrum St. Martin  
6340 Baar  
\_\_\_ Auskunft:  
Philipp Suter  
041 769 71 43

**Jungmännerliga  
Baar**

\_\_\_ Ort:  
Pfarreizentrum St. Martin  
6340 Baar  
\_\_\_ Auskunft:  
Philipp Suter  
041 769 71 43

Weitere Angaben zu den  
Männerligagruppen  
unter [www.mannzeit.ch](http://www.mannzeit.ch)

**MANNSEIN BEWUSST LEBEN**

Ein Seminarangebot mit verschiedenen Modulen.  
Sich mit dem eigenen Mannsein bewusst auseinandersetzen,  
das ist die Herausforderung eines jeden Mannes. Zusammen  
mit anderen Männern sich auf den Weg machen, der natürlich  
auch Spass machen darf. Konkrete männliche Solidarität er-  
fahren und erleben, dass MANN nicht alleine ist.  
Auch bei diesem MANNzeit-Angebot spielen die persönlichen  
Erfahrungen der Teilnehmer eine wichtige Rolle.

**Module, die zur Auswahl stehen,  
und nach Bedarf in Seminaren  
angeboten werden können:**

- \_\_\_ Mit dem eigenen Vater ins Reine kommen  
(Thema: Vater)
- \_\_\_ Freundschaften unter Männern  
(Thema: andere Männer)
- \_\_\_ Arbeit, die erfüllt  
(Thema: Arbeit)
- \_\_\_ Eine balancierte Partnerschaft leben  
(Thema: Frau)
- \_\_\_ Die ganzheitliche Dimension der Sexualität  
(Thema: Sexualität)
- \_\_\_ Das Väterliche in sich selbst entdecken  
(Thema: Kinder)
- \_\_\_ Himmel und Erde verbinden  
(Thema: Spiritualität)
- \_\_\_ Älter werden, Leben gewinnen  
(Thema: Gestaltung der Lebensphasen)
- \_\_\_ Versöhnt (Ver-sohnt) mit der Mutter  
(Thema Mutter)

\_\_\_ Wenn MANN spirituell Leben will  
Fünfteiliger Kursblock in Vorbereitung (Verfügbar ab 2006)

*Sind Sie als Veranstalter oder Teilnehmer daran interessiert?  
Weitere Infos unter [www.mannzeit.ch](http://www.mannzeit.ch).*



Seminar

# Mannzeit



2005 | 2006

**\_\_\_ Zeiten**

der Begegnung und des Austausches  
unter Männern

**\_\_\_ Orte**

der Stärkung und der Lebensfreude

**\_\_\_ Orientierung**

in persönlichen Lebensfragen

**\_\_\_ MANNzeit tickt anders.**

## Vater/Kind-Weekend 05

\_\_\_ Fr/Sa/So, 23./24./25. September 2005  
in Schönenberg, Zweierhof  
Auskunft: Jörg Häberli, 044 713 20 41  
joerg.haeberli@bluewin.ch

## Mystisches Männersingen

\_\_\_ Sa. 5. November 2005 in Baar, Pfarreiheim St.Martin  
13:30 bis ca. 20:30 (ohne Anmeldung)  
Auskunft: Philipp Suter, 041 769 71 43

## MANNzeit in Fribourg

\_\_\_ Mi. 9. November 2005 Cafeteria, Rue Techtermann 8a  
19:00 bis ca. 21:30  
Auskunft: Felix Strässle, 026 322 05 87  
*Ein Angebot der Katholischen Universitätsgemeinde*

## Herbst-Männerweekend 05

### MANNzeit in Hertenstein

\_\_\_ Sa/So, 12./13. November 2005  
Bildungshaus Stella Matutina  
Auskunft/Anmeldung: Alexius Amstutz, 044 720 79 74  
tram.amstutz@swissonline.ch

## MANNzeit in Fribourg

\_\_\_ Di. 4. April 2005 Cafeteria, Rue Techtermann 8a  
19:00 bis ca. 21:30  
Auskunft: Felix Strässle, 026 322 05 87  
*Ein Angebot der Katholischen Universitätsgemeinde*

## Frühling-Männerweekend 06

### MANNzeit in Engelberg

\_\_\_ Sa/So, 22. / 23. April 2006, Kloster Engelberg, Engelberg  
Auskunft/Anmeldung: Alexius Amstutz, 044 720 79 74  
tram.amstutz@swissonline.ch

## Herbst-Männerweekend 06

### MANNzeit in Hertenstein

\_\_\_ Sa/So, 11./12. November 2006, Bildungshaus Stella  
Auskunft/Anmeldung: Alexius Amstutz, 044 720 79 74  
tram.amstutz@swissonline.ch

*Ergänzende Angaben zu den MANNzeit-Angeboten unter  
www.mannzeit.ch*

# MANNzeit ist Zeit, in der Männer

## ... sich austauschen

und dabei erfahren, dass jeder einzelne Beitrag wertvoll ist

## ... sich erholen

und ihrer Seele eine Atempause gönnen

## ... sich stärken

im Entschluss, immer wieder neu Schritte zu wagen

## ... miteinander singen

und dabei die Verbundenheit spüren

## ... gemeinsam unterwegs sind

z.B. in „Tandem-spaziergängen, und dabei  
im Zweiergespräch Möglichkeiten entdecken  
und ermutigende Impulse erhalten

## ... sich bewegen

und damit Geist und Körper fördern

## ... sich besinnen und beten

und sich von der Vorstellung befreien,  
immer alles im Griff haben zu müssen.

Die «**mask**» männerarbeitsponsorenkasse unterstützt die Förderung von Angeboten, die unter «MANNzeit» gemacht werden. «mask» ist ein Trägerverein im Sinne Art.60 des ZGB mit Sitz in Thalwil. Er trägt u.a.  
\_ Weiterbildungskosten von Männern, die sich für die Männerarbeit einsetzen  
\_ Mieten von Versammlungs- und Veranstaltungsräumen  
\_ Werbekosten und Internetauftritt  
\_ Defizitgarantien für «MANNzeit»-Veranstaltungen  
Vorsteher: Alexius Amstutz, Claridenstrasse 7, 8800 Thalwil  
Kassier: Yves De Kinkelin, Feldstrasse 30, 8800 Thalwil  
Die «mask» wird von den ref. Kirchgemeinden Thalwil und Langnau, den kath. Pfarreien Baar und Thalwil unterstützt.

## Vertrauliche Gespräche und Einzelbegleitung für Männer

\_\_\_ die persönliche Fragen mit einem unabhängigen Mann besprechen wollen  
\_\_\_ die sich den Herausforderungen ihres Alltages stellen  
\_\_\_ die wissen, dass einsames Kämpfen ausbrennen lässt  
\_\_\_ die ihre persönliche Spiritualität entdecken wollen

## \_\_\_ Men's walk

Bewegung & Gespräch. Fitness für Körper und Geist in einem. Mit einem Begleiter in frischer Luft ca. eine Stunde unterwegs sein, dein Thema, hören, erzählen, Antworten auf Fragen suchen ... eine neue Lebenskultur entdecken und pflegen. (Die Gespräche können auch in einem anderen geeigneten Rahmen stattfinden. Sie unterstehen der Schweigepflicht gegenüber Drittpersonen)

Nach Absprache mit:

### \_\_\_ Alexius Amstutz

Claridenstrasse 7, 8800 Thalwil  
Telefon 044 720 79 74  
tram.amstutz@swissonline.ch

*Vater zweier erwachsener Töchter, Hausmann, Pädagoge, Mentor und (geistlicher) Begleiter (P.J. Kantenich-Institut Simmern D), langjährige Erfahrung in Männerarbeit.*

### \_\_\_ Jörg Häberli

Hintere Grundstrasse 3, 8135 Langnau a. Albis  
Telefon 044 713 20 41  
joerg.haeberli@bluewin.ch  
*Reformierter Pfarrer, Begleiter der Männergruppe Langnau, Vater-Kind-Wochenende*

### \_\_\_ Philipp Suter

Asylstrasse 2, 6340 Baar  
Telefon 041 769 71 43  
philipp.suter@pfarrei-baar.ch  
*Vater von drei Töchtern, Religionspädagoge, Erwachsenenbildner und med. Masseur, Begleiter der Männergruppen in Baar, Organisator und Leiter von Männerveranstaltungen*