

## PENDELKINDER Open Mic

Der Pendelkinder-Podcast öffnet sein Mikro für neue Gedanken: Gedanken von getrennten Mamas und Papas, Gedanken von Pendelkindern und von Coaches. Gedanken für frisch getrennte Eltern und Eltern, die mit der Trennung auch Jahre danach nicht zurechtkommen.

Mit diesem Angebot möchte ich uns miteinander verbinden. Das Leben als getrennte Eltern ist nicht einfach und fordert viel von einem ab. Lasst uns gemeinsam mit diesem Podcast Gedanken austauschen, die uns gegenseitig Kraft, Mut und den Blick nach vorne schenken. Ich wünsche mir deine puren Gedanken, deine Erfahrungen, deine Gefühle, ohne dass ich dich mit Fragen in eine Richtung lenke. Ordne deine Gedanken zu einem der zahlreichen Themen von Trennungsfamilien und schicke sie mir als eingesprochene Audio-Datei und werde so ein wichtiger Hilfesteller für andere getrennte Eltern.

### So funktioniert's:

1. Nimm dein Handy, drücke auf die integrierte Aufnahmefunktion, spreche in das Handy-Mikrofon und stelle dich erste einmal vor.
2. Spreche deine Gedanken zu einem von Dir ausgewählten Thema in das Handy-Mikrofon.
3. Höre dir die Aufnahme zum Schluss, am besten mit Kopfhörern, an und beurteile, ob die Qualität gut genug ist.
4. Gehe auf [www.pendelkinder.de/podcast](http://www.pendelkinder.de/podcast). Dort findest du ein Formular, das du bitte mit der Audio-Datei ausgefüllt und unterschrieben an mich sendest.
5. Schicke deine Audio-Datei mit dem Formular an [verena@pendelkinder.de](mailto:verena@pendelkinder.de) (list die Datei zu groß, schicke sie bspw. kostenlos über die Internetseite WeTransfer (<https://wetransfer.com/>)).
6. Bevor deine Gedanken im Pendelkinder-Podcast online gehen, schreibe ich dir eine E-Mail mit der Folgen-Nummer bzw. dem Folgen-Namen in dem du erscheinst.
7. Du hast die Möglichkeit, mit den Hörern unter dem jeweiligen Podcast-Post auf Instagram und Facebook zu interagieren. Wenn Du das möchtest, gebe bitte im Formular deinen Account-Namen an, sodass ich dich verlinken kann.

### HINWEIS

Mit jeder Folge sollen die Hörer etwas Positives mitnehmen. Erzähle von Dingen, die Dir im Alltag Kraft geben. Berichte von deinen Learnings, die du aus der Trennung gezogen hast oder gebe uns einen Einblick in deinen Alltag als getrennter Papa bzw. getrennte Mama. Die Themen sind so vielfältig, wie es auch die jeweiligen Trennungsgeschichten sind.

Bitte beachte, dass dieser Podcast keine Plattform ist, um über den anderen Elternteil heranzuziehen. **Jede Folge soll stark machen und Mut geben.** Natürlich darfst du auch über deine schlechten Gefühle sprechen, die du aufgrund der Trennung hast. Mir ist es jedoch sehr wichtig, dass der Pendelkinder-Podcast nicht als Hetzerei missbraucht wird!

**Es werden keine Gedanken von mir zensiert. Jedoch behalte ich mir vor eine Folge aus moralischen Gründen nicht zu veröffentlichen.**



PODCAST FÜR GETRENNTE ELTERN

*Open Mic Community*

## Für wen ist dieses Angebot gedacht?

### GETRENNTE ELTERN

Du bist getrennt lebende Mama bzw. getrennt lebender Papa und möchtest deine Gedanken zu einem bestimmten Trennungsthema mitteilen. Du möchtest die Sichtweise eines Papas bzw. einer Mama während einer Trennung erzählen oder du hast ein Learning aus der Trennung gezogen, was anderen getrennten Eltern weiterhelfen kann? Natürlich sind auch Themen im Umgang mit unseren kleinen Pendelkindern sehr hilfreich. Wie geht Dein Kind mit der Trennung um? Was hast du gemacht, was deinem Pendelkind hilft die Trennung besser zu verarbeiten?

### PENDELKINDER

Du bist als Pendelkind groß geworden und möchtest von deinen Erfahrungen berichten, und damit anderen Eltern helfen? Was haben deine Eltern beispielsweise gut hinbekommen? Was weniger gut? Wie erging es Dir, während und in den Jahren nach der Trennung deiner Eltern? Bitte teile uns deine Gedanken mit und helfe frisch getrennten Eltern es besser oder vielleicht genauso gut hinzubekommen.

### COACHES & THERAPEUTEN

Du hast eigene Erfahrung zum Thema Trennung mit Kindern gemacht und bist dazu noch ein ausgebildeter Coach oder Therapeut? Dann nutze den Pendelkinder-Podcast um auf deine Arbeit aufmerksam zu machen, in dem Du deine Gedanken zu einem Trennungsthema mitteilst und ein paar gute Tipps und Tools mit auf den Weg gibst. Du kannst am Ende der Folge selbstverständlich auf dich und dein Produkt bzw. Dienstleistung aufmerksam machen, aber bedenke, dass der Podcast keine Verkaufsplattform ist und in erster Linie das Helfen im Vordergrund steht.

Ich werde dich vor Veröffentlichung deiner Folge per E-Mail informieren. Auf den Social-Media-Plattformen Instagram (@pendel.kinder) und Facebook (@pendelkinder) werde ich einen Post zur Veröffentlichung erstellen. Du hast die Möglichkeit, unter diesem Post mit den kommentierenden Hörern zu interagieren – wenn du das möchtest.

Natürlich werde ich auch weiterhin meine Gedanken bei Pendelkinder mitteilen. Hoffe aber, diesen Podcast mit der Open Mic Community zukünftig bunter und vielfältiger machen zu können und bin schon ganz gespannt was wir gemeinsam Positives erschaffen werden.

## KONTAKT

Pendelkinder SAV GmbH  
VERENA MEYE  
Ricarda-Huch-Straße 12  
61350 Bad Homburg

E. [verena@pendelkinder.de](mailto:verena@pendelkinder.de)  
W. [www.pendelkinder.de](http://www.pendelkinder.de)



Werde Teil der **Open Mic Community von Pendelkinder** und helfe mit deinen Erfahrungen anderen getrennten Eltern: für mehr glückliche und zufriedene Trennungsfamilien.

Ich freu mich von dir zu hören!  
Alles Liebe,

*Deine Verena*



[WWW.PENDELKINDER.DE](http://WWW.PENDELKINDER.DE)