

Dezember 2018

# Informationen für Einelternfamilien



## Schwerpunkte:

Kindererlebnistage in Pappenheim & Sommerfreizeit

Pressemitteilung "Bekämpfung der Kinderarmut"

Gesundheit Alleinerziehender

Was ist neu ab 2019

Seminarprogramm 2019

## Impressum

### Herausgeber:

VAMV LV Bayern e.V.  
Tumblingerstr. 24 RG  
80337 München

Tel. 089 / 32212 - 294  
(Mo bis Do 9 - 14 Uhr)  
Fax 089 / 32212 - 408

info@vamv-bayern.de  
www.vamv-bayern.de  
facebook.com/VAMV.Bayern/

### Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE76700205000007844600  
BIC: BFSWDE33MUE

**Redaktion:** Helene Heine, Helga Jäger, Anke John

**Umschlag-Gestaltung:** Núria Badia Comas

**Druck:** Onlineprinters GmbH, Neustadt a. d. Aisch

**Erscheinungsweise:** 2 mal jährlich, Verbandsbroschüre

Auflage: 3.000 Stück, Dezember 2018

Mitglied im



Paritätischen Wohlfahrtsverband LV Bayern e.V.

gefördert vom



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

|   |    |
|---|----|
| <b>Vorwort</b>  | 4  |
| <b>LV Bayern News</b>                                       |    |
| Helene Heine wird für ihr Engagement im VAMV geehrt         | 5  |
| Kindererlebnistage in Pappenheim                            | 6  |
| Sommerfreizeit im Bayerischen Wald                          | 8  |
| VAMV Mobil  | 10 |
| Das Bayerische Familiengeld                                 | 11 |
| Die neue Regierungskoalition                                | 12 |
| 100 Jahre Frauenwahlrecht                                   | 13 |
| Leserbriefe   | 14 |
| <b>Gesundheit Alleinerziehender</b>                         |    |
| Forschungsergebnisse versus Alltagsrealität                 | 17 |
| VAMV-Umfrage zum Thema Gesundheitsförderung                 | 23 |
| <b>Pressemitteilungen</b>                                   |    |
| Bertelsmannstudie zur Kinderarmut                           | 30 |
| Brückenteilzeit   | 31 |
| Gute-Kita-Gesetz  | 32 |
| Frauenbündnis gegen Altersarmut                             | 33 |
| Bekämpfung der Kinderarmut                                  | 34 |
| 13. Nationale Armutskonferenz                               | 35 |
| <b>Was ist neu ab 2019</b>                                  | 36 |
| <b>Broschüren, Berichte, Buchtipps</b>                      | 38 |
| <b>Veranstaltungs- und Seminarprogramm</b>                  | 43 |
| <b>Beratung</b>   | 47 |
| <b>Unterstützen Sie den VAMV durch Ihre Mitgliedschaft!</b> | 48 |
| <b>Beitrittserklärung / Fragebogen</b>                      | 49 |
| <b>Ortsverbands- und Kontaktstellenverzeichnis</b>          | 51 |

Liebe Leserinnen und Leser,

schon sind wir wieder im Endspurt des Jahres. Hoffentlich gestaltet sich bei Ihnen nicht auch die "staade Zeit" unter dem Motto "Advent, Advent, die Mutter rennt", sondern es findet sich auch Ruhe und Zeit für die Familie.

Wir als VAMV Landesverband Bayern haben in diesem Jahr wieder, neben Beratung und Information, auch einige, speziell auf die Bedürfnisse Alleinerziehender zugeschnittene Veranstaltungen angeboten.

Sehr beliebt bei den Alleinerziehenden ist unser Naturerlebnis Wochenende in Pappenheim. Hier werden die Kinder von einer Naturpädagogin und unseren Kinderbetreuern mitgenommen auf eine spannende Zeit in der Natur, während die Mütter eine kleine Auszeit genießen können. Ebenso beliebt ist unsere Sommerfreizeit auf dem Reiterhof im Bayerischen Wald. In diesem Jahr waren wir sehr schnell ausgebucht und mussten leider vielen Familien absagen, sodass wir uns entschlossen haben, im nächsten Sommer zwei Ferienwochen anzubieten.

In der Familienpolitik bewegt vor allem das neue bayerische Familiengeld die Gemüter. Nachdem der Streit mit dem Bundesministerium zur Anrechnung auf existenzsichernde Transferleistungen nach wie vor nicht beigelegt ist, haben wir immer noch eine zweigeteilte Situation in Bayern. Näheres dazu im Heft.

Nach den Landtagswahlen im Oktober sind wir nun gespannt, was die Regierungskoalition aus CSU und Freien Wähler für die Familien und speziell Einelternfamilien bringen wird.

Wir gratulieren Familienministerin Kerstin Schreyer, die seit ihrem Amtsantritt im März immer ein offenes Ohr für die Belange der Alleinerziehenden hat, zur Wiederernennung und freuen uns auf weiterhin gute Zusammenarbeit. Frau Staatssekretärin Carolina Trautner gratulieren wir ebenfalls zur ihrer Ernennung und wünschen viel Erfolg.

Unser herzlicher Dank für ein aktives Jahr gilt allen ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter\*innen, Kontaktstellenleiter\*innen, Frau Britze und Frau Neumaier (StMAS), Herrn Macari (Reg. v. Oberbayern), unseren Kollegen\*innen in den Landesverbänden und im Bundesverband und allen Mitgliedern für die gute Zusammenarbeit und ihr Engagement.

Im Namen des Landesvorstandes und des VAMV-Teams wünsche ich allen eine frohe und besinnliche Adverts- und Weihnachtszeit und einen guten Rutsch in ein glückliches und gesundes Jahr 2019.

Herzliche Grüße



Helene Heine  
Landesvorsitzende

## HELENE HEINE WIRD FÜR IHR ENGAGEMENT IM VAMV AUSGEZEICHNET

VAMV Pressemitteilung vom 20.11.2018



In einem feierlichen Festakt hat die Bayer. Sozialministerin Kerstin Schreyer am 15.11. unsere 1. Vorsitzende des Landesverbandes, Helene Heine für Ihre langjährige ehrenamtliche Arbeit im VAMV mit dem Bayerischen Ehrenamtsnachweis gewürdigt.

Sozialministerin Kerstin Schreyer re, Helene Heine VAMV LV li



Helene Heine



von li nach rechts: Christa Weigl-Schneider Paritätischer, Helene Heine VAMV, Kerstin Schreyer Bayer. Sozialministerin, Helga Jäger und Karina Hoff VAMV LV

Helene Heine war von 2004-2015 im Vorstand des VAMV Ortsverbandes Nordschwaben und leitet seit 2015 die Kontaktstelle in Donauwörth. Seit 2007 bis heute ist sie die 1. Vorsitzende des VAMV Landesverbandes Bayern e.V. und vertritt die Interessen der Alleinerziehenden auch im erweiterten Vorstand des VAMV Bundesverbandes. Frau Schreyer: „Nachdem ich in dem Fall selbst persönlich seit vielen Jahren beurteilen kann, wie aktiv Sie sind, möchte ich Ihnen auch dafür ganz herzlich danken!“

Beim Festakt in München lobte Kerstin Schreyer insgesamt den vielfältigen Einsatz ehrenamtlich Engagierter im Freistaat: Unsere bayerische Gesellschaft zeichnet sich dadurch aus, dass sie vor den Sorgen und Nöten ihrer Mitglieder nicht die Augen verschließt, sondern sich die Menschen hier füreinander einsetzen. Nahezu jeder Zweite engagiert sich in Bayern ehrenamtlich. Das ist großartig.“

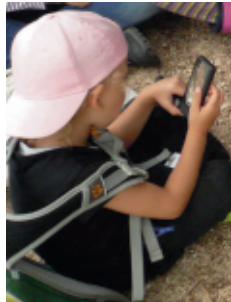
Fotos: Freie Wohlfahrtspflege Bayern

### KINDERERLEBNISTAGE 15. BIS 17. JUNI IN PAPPENHEIM

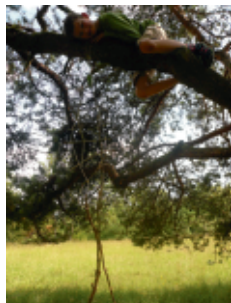
#### „Können Bäume sprechen und wer wohnt ganz oben?“ Ein Wochenende in der Natur, im Wald und auf der Wiese

Auch dieses Jahr waren die Kinder wieder unter der Seminarleitung von Isabel Maurus und den Kinderbetreuerinnen Tizia und Vanessa in der Natur unterwegs rund um das sehr schön gelegene Seminarhaus im Altmühltal. Mit dem Wetter hatten wir auch diesmal Glück, die Verpflegung war wie immer ausgezeichnet und die Mütter konnten auch heuer frei wählen, ob sie sich an den Unternehmungen beteiligen oder sich lieber erholen oder separat etwas unternehmen möchten. Damit haben wir wieder, wie auch letztes Jahr gerade die berufstätigen Mütter mit kleineren Kindern erreicht, die die Stunden ohne Alltagsstress und Haushalt sehr genossen und die „freie“ Zeit für Vernetzung, Austausch, Spaziergänge und Erholung genutzt haben. Den Samstagabend ließen wir mit Lagerfeuer und Stockbrot ausklingen.

Für die Kinder begannen die Erlebnistage mit einem Ausflug in den Wald und auf die Wiese. Die Eindrücke konnten mit allen Sinnen, nicht nur über die Augen, sondern auch über Geruch, Tastsinn und Geschmack erlebt werden. Ein kleines Experiment mit Eimer, Moos, Erde und Steine zeigte anschaulich, wie der Wald das Regenwasser reinigt. Während des Spaziergangs konnte jedes Kind kleine Schätze sammeln und auf der Wiese dann mit einer Lupe genauer betrachten und präsentieren.



Bei allen Spaziergängen ist die „Ameise Anton“ als Handpuppe wieder mit dabei, dem jedes Kind mal im Wechsel seine Stimme geliehen hat.



Am Nachmittag entstanden mit Naturmaterialien fragile Mobiles aus Stöckchen und Naturmaterialien, die in die Bäume gehängt wurden. Auf einer verwunschenen Lichtung bei strahlendem Sonnenschein gab es nach einer Schatzsuche dann ein ausführliches Picknick mit Kuchen und Getränken.



Am nächsten Tag stand ein Besuch der Weidenkirche an und während des Spaziergangs wurden zahlreiche Materialien aus der Natur gesammelt. Daraus entstanden Blütenarmbänder für die Kinder und für die Mütter wurden Tastboxen befüllt, die dann das Gefühlte erraten mussten.



**Buchtipp:** Peter Wohlleben „Hörst du wie die Bäume sprechen?“ Eine kleine Entdeckungsreise durch den Wald. (siehe Seite 42)

### SOMMERFREIZEIT 19. – 26. AUGUST 2018 IM BAYERISCHEN WALD

Zwölf Mütter und ein Vater mit insgesamt 18 Kindern machten sich im August auf den Weg nach Arrach/Kummersdorf im Bayerischen Wald. Wie schon so oft, konnten wir auf dem Reiterhof Mühlbauer eine entspannte und abwechslungsreiche Woche genießen.

Der Jahrhundertssummer hielt an und so konnten bei oft über 30 Grad und strahlendem Sonnenschein die verschiedensten Aktivitäten stattfinden.

Am Montag ging es schon mit den Reitstunden los. Vom Anfänger bis zum fortgeschrittenen kleinen Reiter hatten alle ihren Spaß. Auch einige Mütter nutzten die Gelegenheit, unter fachkundiger Anleitung von Melitta Mühlbauer ihr Glück auf dem Rücken der Pferde zu versuchen oder ihre Kenntnisse vom Vorjahr auszubauen. Die größeren Mädchen verbrachten die meiste Zeit im Stall, halfen beim Ausmisten und beim Versorgen der Pferde.

Unsere Kinderbetreuung wurde heuer durch eine Spende des Lions Club Kempten-Müßiggengel mitfinanziert. Herzlichen Dank dafür! In den Kinderbetreuungsstunden von Montag bis Freitag war für jeden Geschmack der Kinder von 3 bis 12 Jahren etwas bei.



Vom Kinderschminken, über Malen und Bügelperlenbilder gestalten bis zum Arbeiten mit Ton gab es immer was zu tun. Das Rumtoben auf dem Fußballplatz und der tägliche Spaziergang zum Spielplatz am Mooresee sorgten für Abwechslung.





Der gemeinsame Ausflug nach St. Englmar zum Waldwipfelweg und Naturlehrpfad mit anschließendem Austoben im Freizeitpark auf Sommerrodelbahnen und Achterbahn hat allen viel Spaß gemacht. Sehenswert und spannend zu begehen ist hier auch das "Haus am Kopf".



Wegen der anhaltenden Trockenheit und der entsprechenden Brandgefahr musste wir das Lagerfeuer leider ausfallen lassen. Stattdessen wurde Pizza gebacken. Alle Kinder durften beim Teig zubereiten helfen und ihre eigene kleine Pizza belegen, die es dann zum Abendessen für die Kleinen gab, während die Eltern den italienischen Abend bei Spaghetti Bolognese genießen konnten.



Herr Mühlbauer versorgte uns wie immer mit leckeren Mahlzeiten und bei dem herrlichen Wetter konnte man abends schön auf der Terrasse sitzen und ein Gläschen Wein oder ein schönes Bier genießen und gemütlich ratschen.

Es war wieder eine wunderschöne, entspannte Woche und wir freuen uns schon auf das nächste Jahr.

Und weil der Andrang in diesem Jahr so groß war, dass wir leider vielen Familien absagen mussten, werden wir 2019 zwei Ferienwochen anbieten.

Anmeldung ist ab Januar 2019 nach dem Erscheinen unseres Infohefts "Informationen für Einelternfamilien" Ausgabe Dez. 2018 möglich.

Fotos: Vanessa Decker VAMV

## VAMV MOBIL



### VAMV Mobil beim Elterntalk-Kongress in Ingolstadt

„Im Stadttheater Ingolstadt geht es treppauf, treppab, es herrscht ein heiteres Gemurmel. 220 Moderatorinnen und Moderatoren, Regionalbeauftragte und Trägervertretungen aus 46 Landkreisen und kreisfreien Städten Bayerns trafen sich beim 2. ELTERN TALK-Kongress der Aktion Jugendschutz Bayern in Ingolstadt am Samstag den 6. Oktober 2018“, so im Bericht zur Veranstaltung.

Der VAMV war beim Markt der Möglichkeiten dabei, stellte sein Angebot vor und mit Informationsmaterial und Kurzberatungen konnten viele Nachfragen von den interessierten Besucher\*innen beantwortet werden.

Informationen zum Projekt ELTERN TALK finden Sie unter <https://www.elterntalk.net/ueberuns.php>



### Petition im Landkreis Hof: Arbeit statt Armut - Kinderbetreuung in Randzeiten sicherstellen

Wir unterstützen die Initiative von Katharina Kuttig aus dem Landkreis Hof in Bayern, die sich der Initiative aus NRW angeschlossen hat und mit einer eigenen Petition für eine Kinderbetreuung in Randzeiten wirbt. Unterstützen Sie die Initiativen mit Ihrer Unterschrift!

Zur Petition:



## DAS BAYERISCHE FAMILIENGELD

### Aktuelles Stand September 2018

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) hat nun am 10. August 2018 bekannt gegeben, dass das Bayerische Familiengeld auf Leistungen nach dem SGB II angerechnet werden müsse. Das Familiengeld wird zwar weiterhin ausgezahlt, aber die Jobcenter in Bayern werden es momentan unterschiedlich handhaben.



Die 83 Jobcenter, die dem Bund direkt unterstehen, sind angewiesen, das Familiengeld anzurechnen. Bei den 10 Jobcentern der sog. Optionskommunen unter der Aufsicht der Bayerischen Landesregierung wird das Familiengeld nicht auf Sozialleistungen angerechnet. Dies betrifft die Städte Ingolstadt, Schweinfurt, Erlangen und Kaufbeuren sowie die Landkreise Würzburg, Ansbach, München, Miesbach, Günzburg und Oberallgäu.

Im Sozialrecht-Justament Nr. 9 vom September 2018 wird ein Musterwiderspruch gegen Bewilligungs- oder Änderungsbescheide, in denen Familiengeld angerechnet wird, zur Verfügung gestellt. Er ist zu finden unter <http://www.sozialrecht-justament.de/>

Die aktuelle rechtliche Unklarheit sorgt bei den Leistungsberechtigten für viel Unsicherheit, wir schließen uns daher der Forderung von Verbänden an, die Beteiligten von Bund und Land sollten für eine schnelle Rechtssicherheit sorgen im Sinne derjenigen, die das Geld am Dringendsten bräuchten – Alleinerziehende, Aufstocker\*innen und alle Familien im Hartz IV-Bezug.

Wenn Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen, nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wir beraten Sie gerne!

Weitere Informationen zum Familiengeld finden Sie unter



Als VAMV sprechen wir uns seit vielen Jahren für eine Kindergrundsicherung aus, (2018 in Höhe von 619 Euro im Monat), in der die kindbezogenen Transfers wie Sozialgeld, Kindergeld, Unterhaltsvorschussleistungen, Kinderzuschlag, Bafög usw. zusammengefasst werden. Die Kindergrundsicherung schafft soziale Gerechtigkeit und stellt eine direkte Förderung von Kindern aus einer Hand dar, unabhängig von Familienform und Einkommen der Eltern.

## DIE NEUE REGIERUNGSKOALITION

### Was bringt die neue Regierungskoalition von CSU und Freie Wähler für Familien in Bayern?

Am 5. November 2018, drei Wochen nach der Landtagswahl in Bayern hat die neue Regierungskoalition aus CSU und Freie Wähler den Koalitionsvertrag für die Legislaturperiode 2018–2023 unterzeichnet.

Was die Koalitionspartner vereinbart haben, hier in Kürze:

- das Bayerische Familiengeld soll fortgeführt werden. Gegenüber dem Bund wollen sie die Anrechnungsfreiheit bei SGB-II-Leistungen durchsetzen.
- 42.000 neue Betreuungsplätze sollen bis 2023 für Kinder bis 6 Jahren entstehen,
- 2.000 zusätzliche Tagespflegepersonen sollen in den nächsten fünf Jahren eine bessere Abdeckung in Rand- und Ferienzeiten ermöglichen,
- Die Kostenfreiheit der Kinderbetreuung soll deutlich spürbar ausgeweitet werden: Für alle drei Kindergartenjahre werden künftig monatl. 100 Euro/monatl. gewährt, ab 2020 soll es außerdem vom 2. Lebensjahr an ebenfalls 100 Euro/monatl. für Eltern geben, die tatsächlich für Krippe oder Tagesbetreuungsbeiträge mindestens in dieser Höhe zahlen.

Den vollständigen Koalitionsvertrag finden Sie unter



Kommentar einer Leserin auf Facebook:

„Ich finde es gut, dass etwas getan wird. Schade nur, dass wir nicht mehr viel davon haben. Mir fehlt dennoch die Unterstützung für Alleinerziehende oder Geringverdiener. Hier werden wieder alle gleichermaßen entlastet. Auch die, die über hohes Einkommen verfügen.“

### Gebührenfreie Kitas?

Gerade noch haben wir von den Hauptstädten Berlin und München die frohe Botschaft gehört, die Kinderbetreuung beitragsfrei zu stellen. In Berlin kam die Meldung Ende Juli als erstes Bundesland, dass die Kinderbetreuung ab dem bevorstehenden Kita-Jahr vollständig beitragsfrei wird. Die Stadt München meldete Anfang Oktober, dass die Kita-Gebühren ab September 2019 drastisch fallen sollen und Einkommensgrenzen nach oben verschoben werden.

Nun hat die Staatsregierung beschlossen, Kinder in jedem Kindergartenjahr mit jeweils 100 Euro zu fördern, ab 2020 auch für Krippenkinder vom zweiten Lebensjahr an, vorausgesetzt die Eltern geben tatsächlich so viel für die Kinderbetreuung aus. Viele Münchner werden aber dank der Stadt München künftig weniger als 100 Euro im Monat zahlen. Damit übernimmt die Stadt Kosten, die ansonsten der Freistaat getragen hätte?

Im Ergebnis bleibt – Familien werden in jedem Fall entlastet! Wir können nur hoffen, dass sich der Verwaltungsaufwand für die Eltern bei den verschiedenen Finanzierungen in Grenzen hält.

## 100 JAHRE FRAUENWAHLRECHT

### 100 Jahre nach Einführung des Frauenwahlrechts – Wo bleiben die Frauen in politischen Ämtern in Bayern?

Ilse Aigner, bisher Bau- und Verkehrsministerin, ist nun Präsidentin des Bayerischen Landtags und folgt damit der CSU-Politikerin Barbara Stamm, die nach 42 Jahren aus der Politik ausscheidet. Der neue Koalitionspartner Freie Wähler besetzt seine drei Ministerien Wirtschaft, Kultus und Umwelt mit drei männlichen Ministern.

In der neuen Regierung des Freistaats Bayern sind von den 13 Ministerposten nun vier Ministerien von Frauen besetzt: Kerstin Schreyer CSU (Familie und Soziales), Melanie Huml CSU (Gesundheit und Pflege), Michaela Kaniber CSU (Landwirtschaft) und neu hinzugekommen ist Judith Gerlach CSU (Digitales).

Quelle: Süddeutsche Zeitung vom 13. Nov. 2018

Bei der jüngsten Erhebung des Landesamts für Statistik waren gemeldet:

**6.558.701 weibliche Einwohner in Bayern (51%).**

## PARITÉ IN DEN PARLAMENTEN



Derzeit sind Frauen in keinem Parlament in Deutschland gleichberechtigt vertreten. Im Bundestag ist der Frauenanteil nach der letzten Wahl um 6 Prozentpunkte auf 31 Prozent gesunken und hat damit den Stand von vor 20 Jahren.

Nach dem vorliegenden amtlichen Endergebnis der Landtagswahl in Bayern ist der Frauenanteil von 28 % auf 26,8 % gesunken. In genauen Zahlen bedeutet das: Der Frauenanteil bei der CSU beträgt 21,1 %, bei den Freien Wählern 22,2 %, Grünen 44,7 %, bei der SPD 50 %, bei der AfD und bei der FDP jeweils 9 %.

„Das Ergebnis muss nicht weiter kommentiert werden: Es spricht für sich und wir fordern den Gesetzgeber auf, die Parteien endlich zur einer paritätischen Besetzung ihrer Wahllisten mit Frauen und Männern zu verpflichten.“, News in Aktionsbündnis - Parité in den Parlamenten ([www.aktionsbuenndnis-parite.de](http://www.aktionsbuenndnis-parite.de))

Aktionsbündnis:



Gleichstellungspolitik:



## LESERBRIEFE

### Leserbrief – Mütter mit erwachsenen Kindern

Das Ehegattensplitting feiert gerade sein 60-jähriges Bestehen, während der steuerliche Entlastungsbetrag für Alleinerziehende im Rahmen der Steuerklasse II immer noch zu niedrig ist, trotz einer Anhebung im letzten Jahr. Die steuerliche Benachteiligung ist daher nach wie vor ein hoch aktuelles Thema. Im August, nach den gerade veröffentlichten Zahlen des Statistischen Bundesamtes zur Situation der Alleinerziehenden in Deutschland und einem Radiointerview des VAMV dazu im BR 2 erreichte uns folgende Nachricht:

„... im Radio habe ich Ihr spannendes Interview gehört, leider nur teilweise. Ich wusste bisher auch nicht, dass es einen Verein für die Interessen alleinerziehender Mütter und Väter gibt. Ich selbst bin geschieden und unterstütze nahezu alleine meine beiden studierenden Kinder. Das Leben ist viel teurer als zu der Zeit, als ich studiert habe. Meine Freundin ist in der gleichen Situation mit drei Kindern. Wir sprechen oft darüber, wie wir keinerlei steuerliche Vergünstigung bekommen, weil unsere Kinder über 12 Jahre sind – aber gerade diese Zeit ist besonders kostspielig. Mein Sohn zahlt ...für sein Zimmer 600 Euro – meine Tochter... glücklicherweise weniger. Wir würden uns sehr freuen, wenn diese Problematik von irgendeiner Seite mal ins Licht der Öffentlichkeit gestellt würde.“

Unserer Bitte, einen Beitrag dazu für unsere Leser zu verfassen, ist die Autorin gerne nachgekommen, für den Artikel bedanken wir uns ganz herzlich! Sie spricht sicher vielen Alleinerziehende aus dem Herzen, die ihre erwachsenen Kinder in Ausbildung oder Studium weiter unterstützen:

### Leserbrief vom 5. August 2018

„Ich kann meine Kinder doch nicht hängen lassen...“

Meine beiden Kinder haben mit ihren Eltern einiges mitgemacht. Nach einer Krebserkrankung des Vaters blieben alle Verpflichtungen an mir, der Mutter, hängen. Auch nachdem der Vater wieder gesundheitlich auf einem guten Weg war, weigerte er sich, zum finanziellen Unterhalt der Familie verlässlich beizutragen. Schließlich trennte ich mich (Augen auf bei der Partnerwahl...)

Heute sind meine Kinder 20 und 22 Jahre alt, im Ausland haben sie sich von dem Leben mit ihren streitenden Eltern erholt. Sie sind erwachsen geworden und haben sich beide in ihr Studium geworfen. Mein jüngerer Sohn, dessen Abi nicht wirklich prickelnd war, hat hier in München bei einer bezahlbaren Privatuni einen Studienplatz angenommen. Das Studium ist berufsbegleitend und er arbeitet auch so viel, wie es neben dem Studium möglich ist. Fixkosten hat er für Wohnen und Lernen 1000,- Euro. Seine Versicherungen (Unfall, Haftpflicht, Zahnersatz) übernehme ich, wie auch für meinen älteren Sohn, komplett.

Er ist an einer staatlichen Hochschule, hat wenigstens keine Semestergebühren – und wohnt günstiger (was bei den Münchner Mieten ja nicht schwer ist). Beide Kinder unterstütze ich monatlich mit jeweils 400 Euro, zusätzlich zum Kindergeld, allen Versicherungsbeiträgen und immer wieder Beteiligung oder Übernahme von Extras, wie beispielsweise die Anschaffung eines neuen Laptops.

Das bedeutet, dass ich nun, mit über 60 Jahren, viel mehr arbeiten muss, als ich eigentlich möchte und kann – mein Blutdruck ist exorbitant. Da die Kinder vom Vater jeweils nur 100 Euro im Monat erhalten, sehe ich aber keine andere Möglichkeit.

Aber nicht nur die hohe Arbeitsbelastung ist ein Problem. In der Ausbildungszeit meiner Kinder kann ich auch nichts für meine Altersversorgung zurücklegen. Diese hat durch die Scheidung und die hohen Versorgungsansprüche meines Mannes sehr gelitten.

So bin ich kräftemäßig schon lange am Limit – an ein Privatleben ist nicht zu denken.

Ich bin froh, dass ich mich mit über 40 Jahren damals für eine freiberufliche Tätigkeit entschieden habe, die ich auch noch nach dem typischen Rentenalter weiterführen kann. Wäre ich Angestellte geblieben, wären meine Kinder und ich inzwischen Hartz IV Empfänger. Aber auch mit sehr viel Arbeitseinsatz und Wochenendarbeit könnte ich mein Leben und das Leben meiner Kinder nicht finanzieren, würde ich nicht regelmäßig bei mir an Studenten vermieten. Gott sei Dank ist das oft netter und lebendiger, als ich mir das vorgestellt habe. Allerdings nicht immer...

Da ich viel arbeite, auch an Wochenenden, habe ich so gut wie kein Privatleben, die Arbeit erschöpft mich und ich brauche die verbleibende Zeit, um mich einigermaßen wieder zu erholen. Da ich Kino oder Musik sehr liebe, aber seit Jahren nicht mehr am kulturellen Leben teilnehme, bin ich auch oft traurig, wie sich mein Leben entwickelt hat. Dann reiße ich mich aber wieder selbst zusammen und denke, dass ich mich wirklich sehr bewusst für meine Kinder entschieden habe und diese Verantwortung für mich so lange ich gesund bin an erster Stelle kommt.

Manchmal aber würde ich dann gerne 08/15mäßig alt werden, mit eigenem Wohnraum, ausreichender Rente und einem Partner, der sich fair an den Kosten für die Kinder beteiligt.

In meiner aktuellen Situation ist es für mich unverständlich, dass ich trotz der enormen finanziellen Zusatzbelastungen vom Staat keinerlei Steuererleichterung erwarten kann – gerade dann, wenn die Kinder richtig viel Geld brauchen und weiterhin als alleinstehende Frau in der kostspieligen Steuerklasse 1 bleiben muss. Und ich fühle mit allen Müttern mit, die ebenfalls ihr letztes Hemd für die Kinder gaben, geben und geben werden, damit ihre Kinder eine ordentliche Ausbildung abschließen können. Das ist ja auch eigentlich das, was sich unsere Gesellschaft wünscht und braucht.“

(Der Name der Autorin ist der Redaktion bekannt)

---

Zum Thema „**Alleinerziehende auf dem Land**“ ein empfehlenswerter Artikel in der Süddeutschen Zeitung vom 4. Okt. 2018: „Warum Alleinerziehende in Bayern Exoten im eigenen Land sind“ hier Nachzulesen.



### Leserbrief - „Reform der UVG-Leistungen bis 18 Jahre und deren Wechselwirkungen mit anderen Leistungen“

„Ich bin eine seit 14 Jahren alleinerziehende Mutter mit vier mittlerweile großen Kindern (14,17,19,20). Seit es das neue UVG-Gesetz gibt - der Vater meiner Kinder zahlte bisher nie - erfahre ich eine finanzielle Schlechterstellung um ca. 250 Euro bei ansonsten gleichbleibenden Sozialleistungen, wobei sich die Kürzungen auf die Berechnung des Wohngelds beziehen. Als Politikwissenschaftlerin weiß ich, dass das Übel in der Nichtumsetzung der Individualberechnung innerhalb des deutschen Sozialleistungssystem zu finden ist. Eine Verbesserung unserer Lebensqualität als alleinerziehende Familie hat sich also nicht eingestellt, im Gegenteil bislang. In Kürze erfährt unsere Familie aber eine erneute Veränderung - und hoffentlich Verbesserung - wenn eine meiner Töchter 18 wird und somit keine UVG-Leistungen mehr beziehen muss. Unterhaltsvorschuss wird als Einkommen der Kinder angerechnet - Wo gibt's denn sowas!“

(Der Name der Autorin ist der Redaktion bekannt)

Siehe dazu S. 39, Stellungnahme des VAMV zum Gesetzentwurf des Familienentlastungsgesetzes.

ANZEIGE



### Ihr Weg zur Mutter-/Vater-Kind-Kur

Gerade Mütter/Väter brauchen eine Gesundheitsleistung, die ganzheitlich ansetzt, ihre Lebenssituation kennt und in der Therapie berücksichtigt wird.

- **Wir beraten Sie kostenlos, individuell und persönlich.**
- **Wir stehen Ihnen mit unserer Erfahrung und unserem Handeln bei der Antragstellung zur Seite.**
- **Wir unterstützen Sie bei der Suche nach einem geeigneten Kurplatz.**

Kuren mit gleichermaßen betroffenen Müttern oder Vätern bieten besondere Chancen: Den Austausch mit Frauen in ähnlicher Lage, das Gespräch mit Fachkräften, denen die Problematik der oft so vielschichtigen Belastungen von Müttern vertraut ist.



**Bezirksverband Ober- u. Mittelfranken e. V.**  
**Kurberatung: 0911 / 45 08 - 131**



## FORSCHUNGSERGEBNISSE VERSUS ALLTAGSREALITÄT

### Ist Gesundheit nur die Abwesenheit von Krankheit?

Meinen wir, wenn wir von Gesundheit sprechen, nur die Abwesenheit von Krankheit oder ist es ein geistiges und körperliches Wohlbefinden? Ist es ein objektiv feststellbarer Zustand oder die Beschreibung eines individuellen Erlebens? Und was hat Gesundheit mit unserer ökonomischen Stellung zu tun? Wer bestimmt, was die Norm ist und wie wir sein und funktionieren sollen? Abweichungen von der Norm werden sehr schnell als „nicht normal, nicht gesund“ eingestuft.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit so: „Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.“ („Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.“)

„Die Alleinerziehenden“ sind keine homogene Gruppe, sondern bieten ein breites Spektrum an Lebensentwürfen und sozialer Lage, von der gut verdienenden Akademikerin bis hin zur Alleinerziehenden im Dienstleistungssektor mit niedrigem Gehalt und Aufstockung durch Hartz-IV-Leistungen, um den Lebensunterhalt für sich und ihre Kinder trotz Arbeit zu bestreiten.

„Alleinerziehend“ zu sein, bedeutet meist höhere alltägliche Belastungen durch die alleinige Zuständigkeit für den Haushalt, die Betreuung und Erziehung der Kinder bei oftmals gleichzeitiger Erwerbstätigkeit und geringen finanziellen und zeitlichen Ressourcen. Dies hat natürlich Auswirkungen auf die Gesundheit und das Gesundheitsverhalten.

### Gesundheitsberichterstattung des Bundes zur Gesundheit Alleinerziehender

Die Lebenserwartung sozial benachteiligter Bevölkerungsgruppen – und dazu zählen die Alleinerziehenden mit einem hohen Armutsrisiko – ist nach Daten des Robert-Koch-Instituts (2003 ff.) im Vergleich zu Beziehern hoher Einkommen um bis zu 11 Jahre verringert, das Risiko für chronische Erkrankungen und Depressionen um das Zwei- bis Dreifache erhöht. Im Alter sind sie wiederum doppelt so häufig in ihrer Alltagsgestaltung eingeschränkt wie Menschen mit hohem Sozialstatus. Alleinerziehende Mütter sind nicht nur durch finanzielle Probleme, sondern auch durch Zukunftsängste, Anzeichen von Überforderung und durch ein geringes Selbstwertgefühl stärker belastet als verheiratete Mütter<sup>1</sup>.

Alleinerziehende empfinden neben ökonomischen und sozialen Belastungen oft gerade auch ihren allgemeinen Gesundheitszustand als beeinträchtigt. Der Bayerische Landesfrauenrat hatte bereits vor 10 Jahren hierzu eine Stellungnahme<sup>2</sup> veröffentlicht und bezog sich u.a. auf die Ergebnisse des Bundesgesundheits surveys des Robert-Koch-Instituts. Demnach gaben 85,4 % der allein erziehenden Mütter eine Krankheitshäufigkeit von zwei und mehr ausgewählten chronischen Krankheiten an, während der entsprechende Anteil bei verheirateten Müttern 77,6 % betrug. Alleinerziehende erkrankten häufiger an Nieren- und Lebererkrankungen, chronischer Bronchitis und Migräne. Nahezu die Hälfte der Alleinerziehenden klagte zudem über mäßige bis starke Schmerzen,

<sup>1</sup> Robert-Koch-Institut: Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Heft 14, Gesundheit alleinerziehender Mütter und Väter

<sup>2</sup> Pressemitteilung Bayer. Landesfrauenrat –LFR: „Alleinerziehende Mütter und gesundheitliche Belastungen“, 10/2009,

die sich vor allem in (Spannungs-)Schmerzen im Kopfbereich, im Nacken sowie in Armen und Beinen äußerten. Daneben weisen die Ergebnisse auf ein größeres Spektrum an allgemeinen Befindlichkeitsstörungen hin. So leiden Alleinerziehende häufiger unter Schwächegefühl, Grübelei, innerer Unruhe und Schlaflosigkeit und fühlen sich zudem durch die Stärke der einzelnen Beschwerden signifikant stärker beeinträchtigt.

### Zusammenhänge zwischen sozialer und gesundheitlicher Lage Alleinerziehender im Vergleich zu in Partnerschaft lebenden Eltern, Studie Robert-Koch-Institut Berlin 2017

Der Beitrag des Robert-Koch-Instituts 2017<sup>3</sup> zur Gesundheit von alleinerziehenden Müttern und Vätern in Deutschland ergab in seiner neueren Studie im Wesentlichen nicht sehr viel Neues, geht aber der Frage nach, wie gesund sind alleinerziehende Mütter und Väter im Vergleich zu in Partnerschaft lebenden Eltern und welche Zusammenhänge gibt es zu ihrem sozioökonomischen Status, dem Erwerbsstatus sowie der sozialen Unterstützung. Bei den Indikatoren wurde auf Daten der Studie „Gesundheit in Deutschland aktuell“ zurückgegriffen, wie z.B. die selbst eingeschätzte allgemeine Gesundheit, Depressionen, Rückenschmerzen, Adipositas, Rauchen, sportliche Aktivität und die Inanspruchnahme der Zahnvorsorgeuntersuchung.

Bei der Selbsteinschätzung zur Gesundheit gibt es erhebliche Abweichungen: So schätzen alleinerziehende Mütter häufiger ihren gesundheitlichen Zustand als schlecht ein als in Partnerschaft lebende. Auch die Einschätzung der emotionalen Grundstimmung sowie die gesundheitsbezogene Lebensqualität fallen bei alleinerziehenden Müttern schlechter aus. Alleinerziehende berichten häufiger von ärztlich diagnostizierten Depressionen und rauchen häufiger als in Paarhaushalten lebende Mütter und Väter. Dagegen zeigen sich in der körperlichen Gesundheit meist nur geringfügige Unterschiede.

### Die Lebensphase „alleinerziehend“ und ihr Einfluss auf die Gesundheit <sup>4</sup>

Mine Hanciooglu betrachtet aus einem anderen Blickwinkel die „Alleinerziehendenphase“ und unterscheidet in ihrer Dissertation zwischen Alleinerziehenden nach einer Scheidung/Trennung von denen, die nicht aus einer festen Partnerschaft in die Alleinerziehendenphase eintreten sowie zwischen kurzen und langen Alleinerziehendenphasen. Ihre Befunde legen dar, dass sich z.B. das Wohlbefinden der Mutter durch die Trennung stark verschlechtert, aber kurze Zeit danach wieder erholen kann. Wenn die Trennung für Mütter mit einer starken Verringerung des Einkommens und einem erheblicher Wohlstandsverlust verbunden ist, sind diese Mütter auch zugleich stark von den gesundheitlichen Folgen betroffen.

Die Analyse der Be- und Entlastungen während der Alleinerziehendenphase unterstreicht vor allem die positiven Effekte einer Erwerbstätigkeit. Hierbei scheinen allerdings insbesondere Frauen in Vollzeittätigkeit Lösungen für die Betreuung der Kinder gefunden zu haben, die so nicht allen zur

---

<sup>3</sup> Robert-Koch-Institut, Berlin, Journal of Health Monitoring 2017: Gesundheit von alleinerziehenden Müttern und Vätern in Deutschland.

<sup>4</sup> Mine Hanciooglu, Alleinerziehend und Gesundheit. Die Lebensphase „alleinerziehend“ und ihr Einfluss auf die Gesundheit. Dissertation, Ruhr-Uni Bochum 2014

Verfügung stehen. Alternative Betreuungsformen, z.B. durch soziale Netze, scheinen immer noch flexibler und verlässlicher zu sein, was in der Summe entlastend für die Mutter wirkte. Öffentliche Kinderbetreuung wird als nicht ausreichend oder zu unflexibel beurteilt, sie hätte nur dann eine entlastende Funktion, wenn sie umfassend ausgestaltet ist.

Die Autorin kommt zu dem Schluss, dass zur Verminderung sozialer Ungleichheit für Alleinerziehende je nach Lebenssituation zielgruppenspezifische Angebote und Maßnahmen entwickelt werden müssten. Um die Lebenslage von Alleinerziehenden aus einer ganzheitlichen Sichtweise zu verbessern, sind sowohl arbeitsmarktpolitische, steuer- und familienpolitische als auch gesundheitspolitische Maßnahmen in einem engen Kontext zu entwerfen.

## Was Frauen noch krank macht

### Ein Job, zwei Jobs, drei ... Leistungsdruck macht krank<sup>5</sup>

Steigende Mieten, steigende Lebenshaltungskosten, befristete Arbeitsverträge, Teilzeitarbeit und sinkendes Nettoeinkommen zwingen Millionen Deutsche, sich mit mehreren Jobs über Wasser zu halten. In der Hauptsache sind Frauen davon betroffen. Die Mehrfachbeschäftigungsquote beträgt bei Frauen 5,5 %, bei Männern sind es 3,9 %. Ein Drittel aller Mehrfachbeschäftigten hat einen monatlichen Bruttoverdienst von weniger als 1.500 € durch die Hauptbeschäftigung – das reicht nicht zum Leben! So kann z.B. eine Verkäuferin zwar die Miete bezahlen, aber zum Leben bleibt nicht mehr viel übrig. Für viele Alleinerziehende, die aus zeitlichen Gründen keinen Zweitjob annehmen können, bleibt dann oft nur der Weg zum Jobcenter und die Beantragung von Hartz-IV als Aufstocker\*in.

Bei Mehrfachjobs ist nicht nur die Gesamtarbeitszeit länger, auch die Fahrzeiten zu den verschiedenen Arbeitsstätten fällt ins Gewicht. Dazu kommt der Dauerstress, mehrere Jobs unter einen Hut zu bringen. Die Anspannung, das alles nicht zu schaffen und die Angst vor der Zukunft machen krank und hat gravierende Auswirkungen auf die Gesundheit. Nicht zuletzt können unter diesen Bedingungen auch die sozialen Kontakte, Freundschaften und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben darunter leiden, die ja gerade in Notzeiten so hilfreich sind für Alleinerziehende und die auch gepflegt werden müssen. So geht man dann halt mit Fieber und Husten in die Arbeit und nimmt evtl. das Risiko einer Folgekrankheit in Kauf. Wird schon nichts passieren ...

### Die unsichtbare Keule – emotionale Gewalt<sup>6</sup>

Kränkung, Zurückweisung, Erniedrigung und Missachtung sind nicht nur schmerzhaft, sie können auch dauerhaft krank machen. Die Folgen emotionaler Gewalt in Eltern-Kind-Beziehungen, Familien, Partnerschaften oder am Arbeitsplatz sind immens und werden immer noch massiv unterschätzt, so Bindungsforscher Karl Heinz Brisch von der LMU München. Unter den Frauen mit Gewalterfahrung sind viele heute alleinerziehend. Sie haben zwar die Partnerschaft hinter sich gelassen, aber die langfristigen Auswirkungen auf ihre psychische und körperliche Gesundheit spüren sie noch lange.

<sup>5</sup> Quelle: Quer, ver.di Frauen zeigen Format. Ausgabe 2/2017 zum Thema „Gesundheit!“

<sup>6</sup> Süddeutsche Zeitung vom 11.10.2016, Bericht der 15. Bindungskonferenz in München zum Thema ‚Emotionale Gewalt‘ und t-online vom 20.10.2017, „Psychische Gewalt - Wenn der Partner mit Worten schlägt“

Vor allem psychosomatische Probleme wie Schlafstörungen, Angstattacken können als Folge von längerer psychischer Gewalt auftreten. Hinzu können psychosoziale Probleme kommen, berichtet die Sozialpädagogin einer Beratungsstelle gegen häusliche Gewalt, wie z.B. ein geringes Selbstwertgefühl, das Opfer fühlt sich wertlos, zieht sich zurück oder bricht Kontakte ab.

„Niemand hält es aus, ständig von böartigen Bewertungen übersät zu werden“, sagt K.H. Brisch. „Das macht krank. Oder wütend“. Wie viel noch getan werden muss, damit frühe Bindungen und verlässliche Beziehungen als wesentliche Grundlage des Miteinanders anerkannt werden, erlebte der Bindungsforscher während einer Tagung mit Maori-Heilern in Neuseeland. Die Maori baten zu Beginn, drei Dinge zu benennen, die eine Gesellschaft den eigenen Kindern mitgeben solle. Die westlichen Bindungsforscher diskutierten ewig und fanden am Ende keinen gemeinsamen Nenner. Die Maori waren nach einer halben Minute einig:

Caring, Sharing, Loving – sich kümmern, teilen, lieben.

### Gesundheit von Kindern Alleinerziehender

Alleinerziehende versorgen ihre Kinder gut, das stellte bereits eine Studie von Holger Ziegler von der Uni Bielefeld 2011 fest.<sup>7</sup> Alleinerziehende müssen die Erziehung straff organisieren und das führt auch zu Konflikten. Aber und das ist das Fazit der Studie, „Alleinerziehende berichten zwar von vielen Belastungen, aber diese werden nicht an die Kinder weitergegeben.“ Die Aussicht auf eine gute Kindheit ist also in erster Linie stark von der sozio-ökonomischen Lage der Familie abhängig, weniger vom Status „Alleinerziehend“.

Dabei kann es für Kinder wesentlich besser sein, entspannt mit einem alleinerziehenden Elternteil aufzuwachsen, als in einer belasteten Partnerschaft. Allerdings ist Soziales und Gesundheitliches nicht zu trennen, belastende Lebensumstände und hier insbesondere „zu wenig Geld zum Leben“ wirkt sich unmittelbar auch auf die körperliche und psychische Gesundheit aus.

Die AOK-Familienstudie 2010<sup>8</sup> befasste sich mit der Frage, inwieweit deutsche Eltern spezifische Ziele bezüglich der Gesundheitserziehung ihrer Kinder verfolgen und diese im täglichen Familienleben umsetzen. Sie kommt zu dem Schluss, dass insbesondere tägliche Routinen, Rituale wie z.B. etwa beim zu Bett gehen oder beim Essen und tägliche Gelegenheiten zum Gespräch die Gesundheit von Kindern fördern. Tägliche Rituale im Zusammenspiel mit einem geregelten Tagesablauf verringern das Risiko für kindliches Übergewicht um den Faktor 0,6 und beugen Stress vor. Zudem können tägliche Rituale die Kinder ebenfalls vor Stressreaktionen wie etwa wiederkehrende Kopf- und Bauchschmerzen oder Schlafstörungen und Nervosität schützen.

Mütter wie Väter gaben bei der Gestaltung des Familienlebens den regelmäßigen gemeinsamen Mahlzeiten mit den Kindern die größte Bedeutung. Dabei ist in der weit überwiegenden Zahl der Familie das Abendessen die tägliche gemeinsame Mahlzeit. Die gesundheitlich bedeutsamste Mahlzeit für die Kinder sei jedoch das Frühstück, so die Studie. An zweiter Stelle folgen feste Regeln

<sup>7</sup> Dr. Holger Ziegler Uni Bielefeld, „Auswirkungen von Alleinerziehung auf Kinder in prekärer Lage“, Studie der Bepanthen-Kinderförderung

<sup>8</sup> AOK-Familienstudie 2010, Autor: Dr. Wolfgang Settertobulte, Gesellschaft für angewandte Sozialforschung, Wissenschaftl. Leitung: Prof. Dr. Klaus Hurrelmann und Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer“

für die Kinder, vor allem die tägliche Zeit vor dem Fernseher; etwas weniger wichtig, täglich eine bestimmte Zeit zusammen mit dem Kind zu haben. Dann folgen, regelmäßig an Elternabenden oder Veranstaltungen an der Schule oder Kita teilzunehmen, sich zusammen zu bewegen und Freunde, Verwandte oder Nachbarn zu haben, die sich gegenseitig helfen. Alleinerziehende Eltern setzen bezüglich des Familienlebens etwas andere Schwerpunkte. Ihnen ist weniger wichtig, feste Regeln zu haben und sie berichten lt. Studie weniger von einem sozialen Hilfenetzwerk.

Allen ist jedoch wichtig, mit den Kindern bestimmte Regeln zu vereinbaren. Die graduell größte Unsicherheit herrschte bei den Eltern darüber, ob sie bei der Ernährung ihrer Kinder richtig handeln, gefolgt von der Sexualaufklärung ihrer Kinder und ob sie bei der Bewältigung von Problemen bezüglich der psychischen Entwicklung ihrer Kinder das Richtige zu tun.

## Zur Gesundheitsprävention<sup>9</sup>

Zwar belegt die Bundesrepublik laut OECD-Statistik bei den Gesundheitsausgaben sowie bei der Zahl von Pflegekräften, Ärzten und Klinikbetten jeweils einen Spitzenplatz. Gemessen an der Lebenserwartung, der Sterblichkeit durch Herzinfarkt oder Diabetes sowie der Rate von Fettleibigkeit und Nikotinkonsum rangiert sie nur im mitteleuropäischen Mittelfeld. Höherer Aufwand bedeutet also nicht immer größere Wirkung. Unser Gesundheitssystem reicht nicht aus, um die gesundheitlichen Folgen sozialer Ungleichheit wirksam zu beeinflussen.

In den Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz nach § 20d Abs.3 SGB V vom 19.02.2016 werden Alleinerziehende explizit als Zielgruppe benannt:

„Insbesondere Alleinerziehende und ihre Kinder sind durch ihre Lebenslage häufig erheblichen psychosozialen und materiellen Belastungen ausgesetzt und sollten bei Präventions- und Gesundheitsförderungsaktivitäten daher besonders berücksichtigt werden.“

Gesundheitsstatus, gesundheitsbezogenes Verhalten und Akzeptanz präventiver Angebote werden entscheidend durch Einkommenssituation, soziale Absicherung, Bildung, Arbeitsbedingungen, Lebensstandard sowie psychosozialem Stress beeinflusst.

Die drei Punkte zu einem gesünderen Lebensstil?  
Verzicht auf Tabak- und Alkoholkonsum, gesunde Ernährung und Bewegung

Die drei Punkte, die für ein gesundes Leben allseits propagiert werden, lassen sich im vollgepackten Alltag dann doch nicht so leicht umsetzen. Und auch Kampagnen der Gesundheitsförderung können oft wenig daran ändern. Mehr soziale Sicherheit und weniger materielle Ungleichheit hingegen schon.

---

<sup>9</sup> Hans W. Höpp, Kardiologe u. Prof. Uni Köln, „Soziale Unterschiede: Ungleichheit ist ungesund.“ In: FAZ.net 14.05.2018 und Friedrich Schorb in „Gesundheit und Gesellschaft“ Ausgabe 2/18, 21. Jahrgang

Gesundheitsprävention versucht oft, den Lebensstil der Eliten für allgemeinverbindlich zu erklären: Alle sollen ihr Gewicht kontrollieren, auf ihre Ernährung achten, sich mehr bewegen und auf Alkohol, Tabak und andere Drogen weitgehend verzichten. Dabei handelt es sich bei diesen Themen weniger um die Ursachen gesellschaftlicher Ungleichheit, sondern um deren Symptome. Sozioökonomische Faktoren wie schlecht bezahlte Dienstleistungsjobs, Jobs mit hoher Verantwortung, wenig Selbstbestimmung oder fehlende gesellschaftliche Anerkennung des Jobs, sei es finanziell oder ideell, lassen sich nicht einfach individuell wegjoggen.

Auch im Kleinen kann Prävention mehr tun:

Die Menschen einbeziehen und fragen, welche gesundheitlichen Probleme für sie relevant sind. Denn, dass das viele Sitzen das neue Rauchen ist, und dass man sich nach Feierabend lieber bewegen sollte, wissen wir alle, aber nach einem Acht-Stunden-Tag ist das oft leichter gesagt, als getan.

Wichtig ist für eine Umsetzung, Rahmenbedingungen zu schaffen, bei denen die Angebote und Zeiten der Gesundheitsprävention zu den Menschen passen. Erst dann werden Bewegungs-, Entspannungs- und Sportangebote auch tatsächlich als Gesundheitsvorsorge angenommen werden.

Was sich Alleinerziehende für ihre Gesundheitsförderung wünschen und was sie an Rahmenbedingungen bei den Sport- und Bewegungsangeboten benötigen, zeigt die folgende Umfrage des VAMV Landesverbandes Berlin (veröffentlicht in „Alleinerziehend und gesund sein?!“. Ausgabe 2018) Download unter <https://www.vamv-berlin.de/publikationen/>

Helga Jäger  
VAMV LV Projektleitung



## VAMV-UMFRAGE ZUM THEMA GESUNDHEITSFÖRDERUNG



Foto: pixabay.com

Der VAMV Landesverband Berlin e.V. hat Ende 2017/Anfang 2018 eine Umfrage unter Alleinerziehenden durchgeführt, um deren Erfahrungen und Bedarfe zu ermitteln, wenn es darum geht, Sport zu treiben und Entspannung zu finden. Die Ergebnisse bringen wichtige Hinweise für die Verantwortlichen in der Gesundheitspolitik, Angebote und Maßnahmen so zu entwickeln, dass sie auch wirklich auf die Alleinerziehenden zugeschnitten sind.

Wie bereits die erste Frage zeigt, ist zwar das Bedürfnis nach Bewegung und Entspannung groß, aber der Zeitfaktor, die fehlende Kinderbetreuung, aber auch die Kosten stehen einer konkreten Umsetzung häufig entgegen.

Auf die Frage, ob sportliche Aktivitäten lieber alleine oder mit Kind durchgeführt werden möchten, antworteten zwei Drittel, dass sie das am liebsten alleine machen würden, gefolgt von über der Hälfte, die sich das zeitgleich mit stattfindenden Angeboten für das Kind am selben Ort wünschen würden. Präferiert wurde hierfür ein Zeitfenster am Wochenende oder am frühen Abend zwischen 16-19 Uhr. Obwohl über ein Drittel sich eine möglichst hohe zeitliche Flexibilität bei der Wahrnehmung von Sport- und Entspannungsangeboten wünschen, favorisieren doch 43 % auch einen regelmäßigen Rhythmus zu einem festen Termin. Dies könnte darauf hindeuten, dass ein fester Termin auch die Selbstdisziplin und Motivation unterstützen kann.

Wohnortnahe Angebote für sportliche Aktivitäten sind wichtig, um die Wegstrecken zu minimieren und damit auch Zeit zu sparen. Die Umfrage zeigte, dass dafür max. 30 Minuten investiert werden würden. Auch die Investition in bereitgestellte Kinderbetreuung ist verständlicherweise angesichts der finanziellen Mittel der Alleinerziehenden begrenzt. Dies bedeutet, dass die finanzielle Förderung von Kinderbetreuung zu Sport- und Entspannungsangeboten für Alleinerziehenden als wichtige Investition bei der Gesundheitsprävention mit bedacht werden muss.

Wir bedanken uns ganz herzlich beim VAMV Landesverband Berlin e.V. für die freundliche Genehmigung zur Veröffentlichung der folgenden Umfrageergebnisse aus der Verbandsbroschüre 2018.

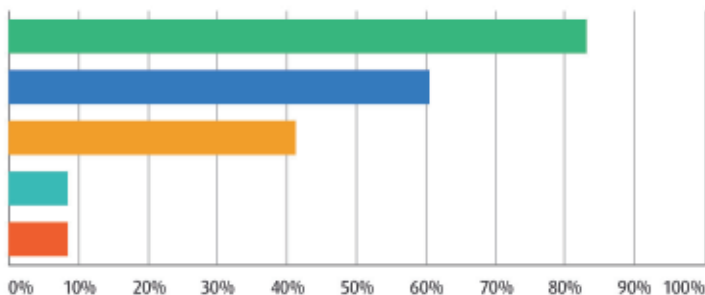
## Ergebnisse der Umfrage zur Gesundheitsförderung für Alleinerziehende






Der VAMV-Landesverband Berlin e.V. widmet sich auf verschiedenen Ebenen dem Thema „Gesundheitsförderung für Alleinerziehende“. Um möglichst viele Alleinerziehende direkt zu befragen und damit den Anliegen auf den Grund zu gehen, ist von unserem ehrenamtlichen Vorstand eine Online-Umfrage entwickelt worden, die von November 2017 bis Februar 2018 zur Beantwortung freigeschaltet war. Es beteiligten sich 202 Teilnehmer\*innen.

Überwiegend wurden alle Fragen von allen Teilnehmer\*innen beantwortet. Die prozentualen Berechnungen erfolgen dementsprechend mit Bezug auf die jeweilige Teilnehmerzahl. Es bestand bei einigen Fragen die Möglichkeit, nicht nur eine, sondern mehrere Antwortoptionen zu wählen. Die Ergebnisse finden Sie auf den nachfolgenden Seiten anschaulich mit Balkendiagrammen dargestellt und dazu genau aufgeschlüsselt.

### FRAGE 1

**Ich habe das Bedürfnis, mich zu bewegen oder zu entspannen, komme aber nicht dazu, weil**



|  |        |     |
|--|--------|-----|
|  mir neben Arbeit, Haushalt und Zeit für das Kind/ die Kinder einfach die Zeit dafür fehlt.                                 | 83,17% | 168 |
|  mir eine Kinderbetreuung fehlt.  | 60,40% | 122 |
|  ich mir die anfallenden Kosten, wie z. B. Kursgebühren oder den Mitgliedsbeitrag eines Fitnessstudios, nicht leisten kann. | 41,58% | 84  |
|  mir, wenn ich die Wahl habe, andere Unternehmungen, wie bspw. Kino oder Konzert, wichtiger sind als Sport und Entspannung. | 8,42%  | 17  |
|  Sonstiges  | 8,42%  | 17  |

ANTWORTOPTIONEN

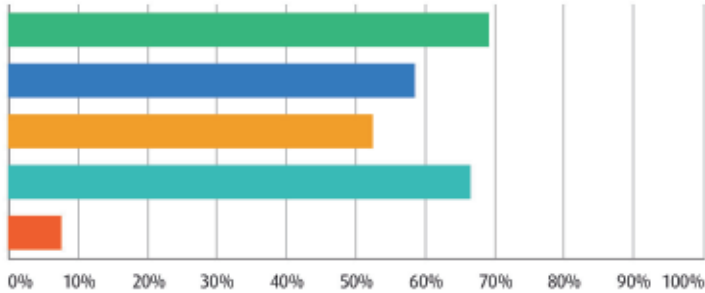
BEANTWORTUNGEN





Was mir besonders gut tut und fehlt, sind Möglichkeiten,

FRAGE 2

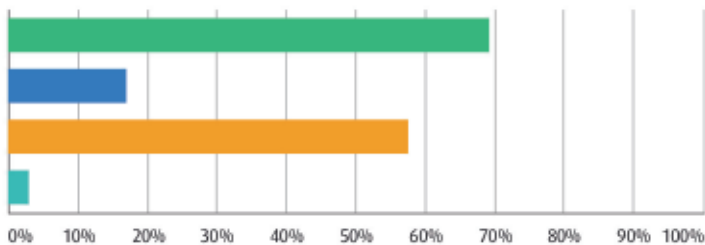


|  |                |     |
|--|----------------|-----|
| <span style="color: green;">■</span> mich sportlich zu betätigen.            | 68,81%         | 139 |
| <span style="color: blue;">■</span> mich zu entspannen.                      | 57,92%         | 117 |
| <span style="color: orange;">■</span> mit anderen gemeinsam aktiv zu sein.   | 52,48%         | 106 |
| <span style="color: teal;">■</span> Ruhe und Zeit für mich alleine zu haben. | 66,34%         | 134 |
| <span style="color: red;">■</span> Sonstiges                                 | 7,43%          | 15  |
| ANTWORTOPTIONEN  | BEANTWORTUNGEN |     |



Wenn ich die Möglichkeit hätte, mich sportlich zu betätigen, und ich die Wahl hätte, täte ich dies am liebsten

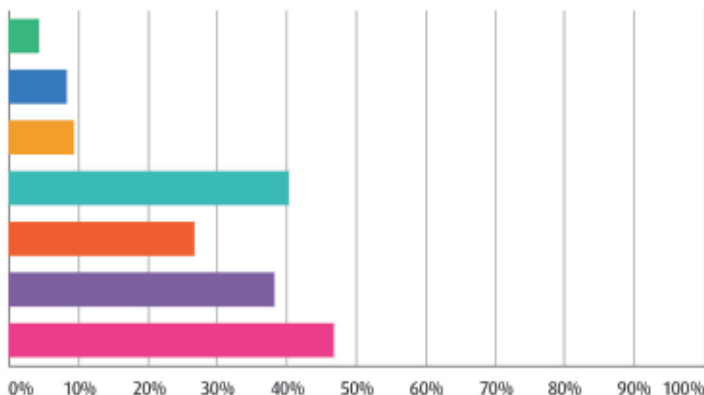
FRAGE 3



|   |                |     |
|---|----------------|-----|
| <span style="color: green;">■</span> ohne mein/e Kind/er.   | 68,81%         | 139 |
| <span style="color: blue;">■</span> gemeinsam mit meinem Kind / meinen Kindern.   | 16,83%         | 34  |
| <span style="color: orange;">■</span> zeitgleich mit meinem Kind / meinen Kindern in parallel am selben Ort stattfindenden Angeboten. | 57,43%         | 116 |
| <span style="color: teal;">■</span> Sonstiges   | 2,97%          | 6   |
| ANTWORTOPTIONEN   | BEANTWORTUNGEN |     |

## FRAGE 4

Für mich am günstigsten sind folgende Zeitfenster am Tag, um Sport oder Entspannungsangebote wahrzunehmen:



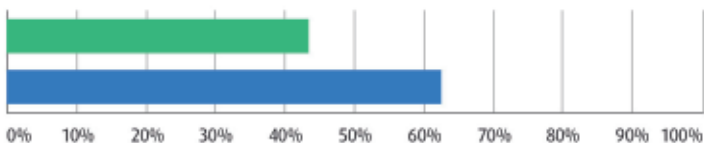
|   |        |    |
|---|--------|----|
| <span style="color: green;">■</span> irgendwann zwischen 7 und 10 Uhr.        | 4,48%  | 9  |
| <span style="color: blue;">■</span> irgendwann zwischen 10 und 13 Uhr.        | 8,46%  | 17 |
| <span style="color: orange;">■</span> irgendwann zwischen 13 und 16 Uhr.      | 9,45%  | 19 |
| <span style="color: teal;">■</span> irgendwann zwischen 16 und 19 Uhr.        | 40,30% | 81 |
| <span style="color: red;">■</span> irgendwann zwischen 19 und 22 Uhr.         | 26,87% | 54 |
| <span style="color: purple;">■</span> das ist von Tag zu Tag unterschiedlich. | 38,31% | 77 |
| <span style="color: pink;">■</span> am Wochenende.                            | 46,77% | 94 |

ANTWORTOPTIONEN

BEANTWORTUNGEN

## FRAGE 5

Am passendsten sind für mich Angebote, die



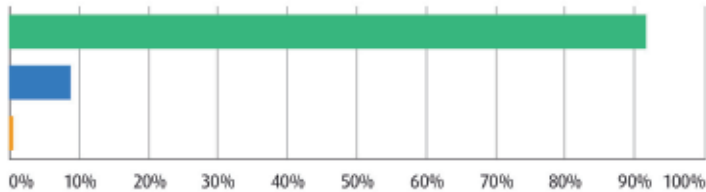
|   |        |     |
|---|--------|-----|
| <span style="color: green;">■</span> regelmäßig an einem bestimmten Termin stattfinden. | 43,07% | 87  |
| <span style="color: blue;">■</span> ich zeitlich flexibel wahrnehmen kann.              | 62,38% | 126 |

ANTWORTOPTIONEN

BEANTWORTUNGEN

**FRAGE 6**

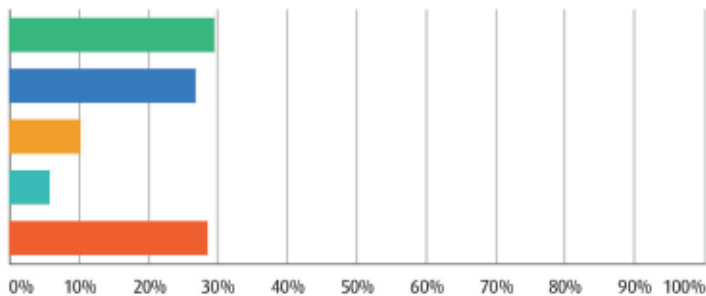
Für Wegstrecken zu einem solchen Angebot (hin und zurück) könnte ich max. investieren:



|                 |        |                |
|-----------------|--------|----------------|
| 30 Minuten.     | 91,58% | 185            |
| 60 Minuten.     | 8,42%  | 17             |
| 90 Minuten.     | 0,50%  | 1              |
| ANTWORTOPTIONEN |        | BEANTWORTUNGEN |

**FRAGE 7**

Für eine bereitgestellte Kinderbetreuung könnte ich max. investieren:

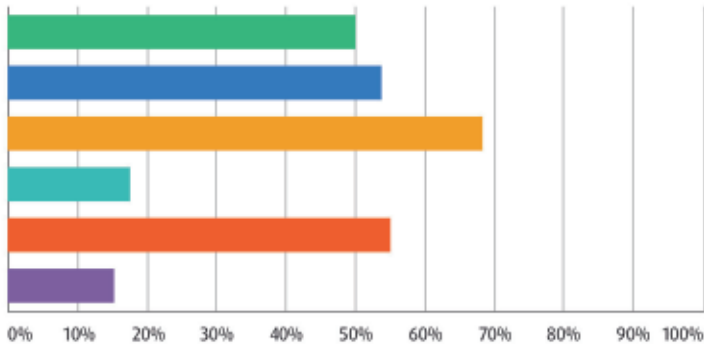


|                                  |        |                |
|----------------------------------|--------|----------------|
| 3 EUR/h.                         | 29,29% | 58             |
| 5 EUR/h.                         | 26,26% | 52             |
| 7 EUR/h.                         | 10,10% | 20             |
| 10 EUR/h.                        | 6,06%  | 12             |
| Ich hätte dafür kein Geld übrig. | 28,28% | 56             |
| ANTWORTOPTIONEN                  |        | BEANTWORTUNGEN |



## Besonders gut tun mir Bewegungsangebote

### FRAGE 8

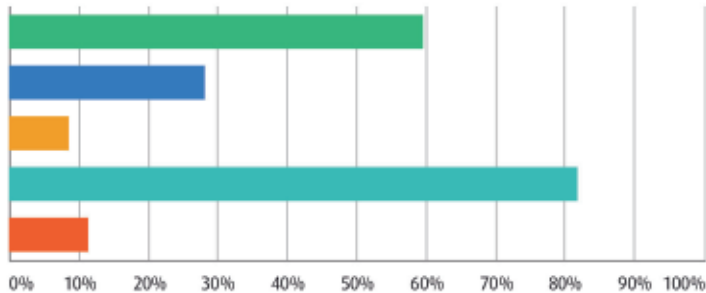


|  |                       |     |
|--|-----------------------|-----|
| zur Musik (wie Tanz, Zumba o.Ä.).              | 50,00%                | 101 |
| zur gezielten Stärkung der Rückenmuskulatur.   | 53,47%                | 108 |
| für Körper und Geist (wie Yoga, Pilates o.Ä.). | 68,32%                | 138 |
| zur Selbstverteidigung.                        | 17,33%                | 35  |
| an der frischen Luft.                          | 54,95%                | 111 |
| Sonstiges                                      | 15,35%                | 31  |
| <b>ANTWORTOPTIONEN</b>                         | <b>BEANTWORTUNGEN</b> |     |



## Besonders gut tun mir Entspannungsangebote, wie

FRAGE 9

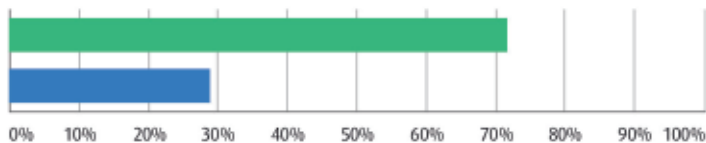


|   |        |                |
|---|--------|----------------|
| <span style="color: green;">■</span> Sauna oder Hamam.  | 59,20% | 119            |
| <span style="color: blue;">■</span> autogenes Training. | 28,36% | 57             |
| <span style="color: orange;">■</span> Feldenkrais.      | 8,46%  | 17             |
| <span style="color: teal;">■</span> Massagen.           | 81,59% | 164            |
| <span style="color: red;">■</span> Sonstiges            | 10,95% | 22             |
| ANTWORTOPTIONEN   |        | BEANTWORTUNGEN |



## Ihre Ideen & Good-Practice-Beispiele

FRAGE 10



|   |        |                |
|---|--------|----------------|
| <span style="color: green;">■</span> Mir fällt gerade nichts ein.   | 71,81% | 135            |
| <span style="color: blue;">■</span> Haben Sie Beispiele aus eigener Erfahrung oder auch Ideen, wie Alleinerziehenden die Wahrnehmung von Sport- und Entspannungsangeboten erleichtert bzw. möglich gemacht werden kann? Dann freuen wir uns, diese aufzunehmen und auch anderen Alleinerziehenden als „good practice“ zugänglich zu machen! | 28,19% | 53             |
| ANTWORTOPTIONEN   |        | BEANTWORTUNGEN |

## BERTELSMANNSTUDIE ZUR KINDERARMUT

### Alleinerziehende fordern Kindergrundsicherung

Die aktuelle Studie der Bertelsmannstiftung belegt, dass Kinder in Einelternfamilien mit 62 Prozent deutlich häufiger dauerhaft oder wiederkehrend in Armut leben als Kinder in Paarfamilien mit 12 Prozent. „Um kein Kind zurückzulassen, brauchen wir endlich eine Kindergrundsicherung in Höhe von 619 Euro pro Monat!“, fordert Erika Biehn, Bundesvorsitzende des Verbands alleinerziehender Mütter und Väter e.V. (VAMV).

Eine Erwerbstätigkeit der Mütter schützt Kinder vor Armut, so ein weiteres Ergebnis der Studie. Bei Alleinerziehenden um so mehr, je höher der Arbeitsumfang ist. „Gerade für Alleinerziehende sind aber die Rahmenbedingungen für eine gute Vollzeitstelle nicht da: Alleinerziehende wollen eine gute Arbeit, von der sie leben können und eine Kinderbetreuung, die zu ihren Arbeitszeiten passt. Stattdessen sitzen sie nach einer Trennung häufig in der Teilzeitalle oder kleben in einem Minijob. Für eine bessere Vereinbarkeit braucht es einen Anspruch auf ergänzende Kinderbetreuung im Haushalt der Familien sowie eine Stärkung der Arbeitszeitsouveränität von Beschäftigten“, unterstreicht Erika Biehn.

„Die aktuelle Familienpolitik kann ganz offensichtlich Kinderarmut nicht vermeiden“, bemängelt Biehn. „Alleinerziehende fallen bei den Leistungen für Familien durchs Raster. Verbesserungen werden vielfach von der rechten in die linke Tasche geschoben und kommen nicht an. Wir fordern deshalb ein Umdenken hin zum Kind, alle kindbezogenen Leistungen sollten gebündelt werden: Eine solche Kindergrundsicherung holt jedes Kind aus der Armut, unabhängig von der Familienform und dem Einkommen der Eltern. Außerdem brauchen wir eine Zeitpolitik, die auch Alleinerziehenden ausreichend Zeit mit ihren Kindern ermöglicht“, fordert Biehn.

Die Studie hat herausgearbeitet, welche Armut hat negative Folgen auf die Kinder: Mangelnde soziale und kulturelle Teilhabe koppelt Kinder von der Gesellschaft ab und mindert ihr Wohlbefinden und ihre Lebenszufriedenheit. Kinder in Armut sind seltener in Vereinen aktiv, Freundschaften zu pflegen ist für sie schwerer.

Berlin, 28.Juni 2018



## BRÜCKENTEILZEIT

### Raus aus der beruflichen Sackgasse – für alle!

Die bundesweit agierenden Familienverbände fordern eine zügige Umsetzung des Gesetzesentwurfs zur sogenannten „Brückenteilzeit“ und mahnen dringend Nachbesserungen für Familien an. Der Bundesrat befasst sich morgen mit dem geplanten Rückkehrrecht nach befristeter Teilzeit auf die ursprüngliche Wochenarbeitszeit.



Fast jede zweite Frau ist hierzulande in Teilzeit beschäftigt, damit nimmt Deutschland im europäischen Vergleich einen der Spitzenplätze ein. Viele dieser Frauen haben sich auf Grund familiärer Sorgearbeit für Kinder oder pflegebedürftige Angehörige für die Reduzierung ihrer Arbeitszeit entschieden. Hieraus ergeben sich allerdings viele Nachteile, etwa in Form von niedrigeren Gehältern und bei der Altersabsicherung. Damit die reduzierte Arbeitszeit nicht dauerhaft zur beruflichen Sackgasse wird, hat die Bundesregierung bereits zum zweiten Mal die Weiterentwicklung des Teilzeitrechts in einem Koalitionsvertrag festgeschrieben. Beschäftigte in Unternehmen mit mehr als 45 Arbeitnehmer\*innen sollen einen Anspruch auf ein Rückkehrrecht auf den vorherigen Arbeitszeitstandard nach Teilzeitbeschäftigung erhalten. Bis zu einer Unternehmensgröße von 200 Beschäftigten soll dies für höchstens eine\*n von 15 Beschäftigten gelten.

#### Die Familienverbände erklären:

„Mit der Weiterentwicklung des Teilzeitrechts hat die Große Koalition erneut eine wichtige Initiative für die Beschäftigten in Deutschland auf die Agenda gesetzt! Bisher erweist sich eine Reduzierung der Arbeitszeit allzu oft als Falle. Die eigentlich nur vorübergehend geplante Teilzeitbeschäftigung wird dann zur beruflichen Sackgasse.“

Von dem geplanten Rückkehrrecht profitieren vor allem Frauen: Sie übernehmen immer noch viel häufiger als Männer die private Sorge für Kinder oder pflegebedürftige Angehörige und reduzieren dafür ihre Arbeitszeit. Das Rückkehrrecht entspricht aber auch dem Wunsch vieler Männer, die mehr Familienverantwortung übernehmen wollen, aber aus Angst vor der Teilzeitfalle bislang davor zurückschrecken. Im Sinne aller Beschäftigten und ihrer Familien fordern wir die zügige Umsetzung der Brückenteilzeit!“

#### Allerdings, so die Verbände weiter:

„Viele Frauen arbeiten in kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) und können damit nicht vom geplanten Rechtsanspruch Gebrauch machen. Zur Stärkung ihrer Zeitsouveränität fordern wir die Ausweitung des Rückkehrrechts auf möglichst alle Beschäftigten in allen Betriebsgrößen.“

Um die Geschlechtergerechtigkeit auf dem Arbeitsmarkt voranzutreiben, muss daneben noch ein grundsätzliches Problem angegangen werden: Männer verdienen für gleiche und gleichwertige Arbeit heute immer noch deutlich mehr als Frauen. Niedrigere Löhne und Gehälter sind ein zentraler Grund für die hohe weibliche Teilzeitquote. Solange der Gender-Pay-Gap besteht, bleibt die Benachteiligung von Frauen bestehen – daran kann auch eine Brückenteilzeit nichts ändern.“

Berlin, 05.07.2018

### "GUTE-KITA-GESETZ"

#### Das „Gute-Kita-Gesetz“ ist leider kein gutes Kita-Gesetz



Anlässlich des „Gute-Kita-Gesetzes“, das morgen im Bundeskabinett verabschiedet werden soll, bedauern die in der Arbeitsgemeinschaft der dt. Familienorganisationen zusammengeschlossenen Verbände, dass die Regierung mit ihrem Gesetzentwurf ihre Ziele verfehlt.

„Mit gutem Vorsatz hat sich die Familienministerin einmal auf den Weg gemacht, die Angebote der Kindertagesbetreuung in ganz Deutschland zu verbessern. Das ist auch dringend nötig, damit die Kindertagesbetreuung den an sie gestellten Anforderungen an die frühkindliche Bildung wirklich gerecht werden kann. Der vorliegende Entwurf eines „Gute-Kita-Gesetzes“ zeigt aber, dass die Bundesregierung kein klares Ziel vor Augen hat“, so der Vorsitzende der AGF, Stefan Becker.

Die Familienorganisationen vermissen in dem Entwurf gleich mehrere Elemente, die in den letzten Monaten in der Diskussion gewesen seien. So sei es gerade angesichts der unterschiedlichen Ausgangsbedingungen in den Bundesländern erforderlich, verbindliche, bundesweit einheitliche und wissenschaftlich fundierte Standards als gemeinsames Ziel einzuführen. Eine Forderung, die von 34 Organisationen, Verbänden, Kitaträgern und Gewerkschaften gemeinsam getragen wird. Mit dem Vorschlag der Regierung bliebe jedoch völlig unklar, ob die bisherigen Regelungen auch wirklich dazu führen können, dass sich die zum Teil erheblichen Unterschiede verringern.

Nötig seien dafür bessere Steuerungsmöglichkeiten des Bundes und höhere finanzielle Mittel. Mehrere Studien und auch die eigenen Arbeitsergebnisse, die Bund und Länder im letzten Jahr gemeinsam erzielt haben, zeigen einen deutlich höheren finanziellen Gesamtbedarf. Eine aktuelle Studie der Bertelsmann Stiftung geht von 6,7 Mrd. Euro/jährlich zusätzlich zu den geplanten Bundesmitteln für Bund, Länder und Kommunen aus. Zudem bestimmt der Gesetzentwurf ein Auslaufen der Förderung im Jahr 2022. „Dies sei geradezu eine Einladung an die Bundesländer, in die übliche „Projektitis“ zu verfallen, ohne dass eine dauerhafte Anhebung der Qualität erreicht wird. Wirklich gute Kitaangebote zu schaffen und zu erhalten ist jedoch eine Daueraufgabe und keine, die Ende 2022 erledigt ist“ betont Stefan Becker. Es sei aus Sicht der Verbände geradezu zwingend notwendig, dass sich der Bund dauerhaft mit mindestens fünf Mrd. Euro jährlich beteiligt.

In diesem Zusammenhang positionieren sich die Familienverbände auch klar für eine Priorität der Verbesserung der Kitaqualität vor der generellen Abschaffung von Kitabeiträgen. Da kein Kind vom Besuch einer Kita aus finanziellen Gründen ausgeschlossen werden darf, begrüßen die Familienorganisationen jedoch die geplante Verbesserung der sozialen Staffelung der Elternbeiträge.

Letztlich sei es noch sehr kritisch, dass die Finanzierung über eine Veränderung des Länderfinanzausgleichs erfolgen soll. Auf diesem Wege nehme sich der Bund jede Möglichkeit, steuernd tätig zu werden – daran würden auch die individuellen Zielvereinbarungen mit den Bundesländern nichts ändern. Zumal das Gesetz gar nicht in Kraft treten könne, solange nicht alle Bundesländer eine solche Zielvereinbarung unterschrieben hätten.



„Insgesamt“, so Stefan Becker abschließend, „ist die Zielrichtung des Gesetzes richtig, aber es reicht nicht aus, den Bundesländern einen Topf mit zu wenig Geld und einen sogenannten „Instrumentenkoffer“ hin zu stellen, ohne auch nur annäherungsweise lenken zu können, was mit den Mitteln letztendlich passiert.“

Berlin, 18.09.2018

Deutscher Familienverband (DFV) · evangelische arbeitsgemeinschaft familie (eaf) · Familienbund der Katholiken (FDK)  
Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) · Verband binationaler Familien und Partnerschaften (jaf)

## FRAUENBÜNDNIS GEGEN ALTERSARMUT

### Offener Brief an Rentenkommission

Das Frauenbündnis gegen Altersarmut hat sich in einem offenen Brief an die Rentenkommission „Verlässlicher Generationenvertrag“ für eine Rentenpolitik ausgesprochen, die den Arbeits- und Lebenssituationen von Frauen und Männern gleichermaßen gerecht wird. Zentrale Forderungen sind eine Stabilisierung des Rentenniveaus bei mindestens 50 Prozent, gleiche Mütterrente für alle, eine Mindestrente sowie ein besserer Zugang von Frauen zur betrieblichen Altersvorsorge.



Der VAMV ist zusammen mit dem Deutschen Frauenrat, der Bundesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros, dem Katholischen Deutschen Frauenbund, dem Deutschen Landfrauenverband, dem Verband berufstätiger Mütter, dem Deutschen Gewerkschaftsbund, der Vereinten Dienstleistungsgewerkschaft sowie dem Sozialverband Deutschland aktiv.

Überdurchschnittlich häufig werden Alleinerziehende ihren Lebensunterhalt im Alter nicht aus eigenen Mitteln bestreiten können. Neun von zehn Alleinerziehenden sind Frauen. Familienbedingte Erwerbsunterbrechungen, ungenügende Vereinbarkeit von Sorge- und Erwerbsarbeit, Teilzeit, Niedriglöhne, der Gender Pay Gap, Minijobs und dementsprechend kleinere Einkommen führen dazu, dass die Rentenanwartschaften von Frauen geringer sind als die von Männern. Bereits derzeit haben geschiedene Frauen ab 65 ein um etwa 15 Prozent niedrigeres Nettoeinkommen als verwitwete Frauen.

Deshalb ist der VAMV im dem Bündnis aktiv und setzt sich für Rahmenbedingungen ein, die allen Frauen eine eigene Existenzsicherung ermöglichen, jetzt und im Alter: auf dem Arbeitsmarkt, in der Infrastruktur für Familien sowie in der Rentenabsicherung.

News vom 06. September 2018



offener Brief

### BEKÄMPFUNG DER KINDERARMUT

#### Bekämpfung von Kinderarmut sollte Priorität haben!

Höheres Kindergeld, steigende Steuerfreibeträge – das wird viele Familien freuen. Unter ihnen auch einzelne Alleinerziehende, sofern das Einkommen so hoch ist, dass sie von den angekündigten Steuervorteilen profitieren.

Anlässlich der heutigen Anhörung des Finanzausschusses zum Familienentlastungsgesetz, erklärt Miriam Hoheisel, Bundesgeschäftsführerin des Verbands alleinerziehender Mütter und Väter e.V. (VAMV): „10 Euro mehr Kindergeld und ein extra hoher Kinderfreibetrag ab 2019 – bei den meisten Alleinerziehenden wird trotzdem nicht mehr Geld im Portmonee ankommen. Denn im gleichen Zuge wie das Kindergeld steigt, sinkt der Unterhaltsvorschuss oder die SGB II-Leistung. Familienförderung über höhere Steuervorteile kommt bei all den Alleinerziehenden mit kleinen Einkommen nicht an. Der Kinderfreibetrag wird über dem Existenzminimum eines Kindes liegen, statt dessen Höhe abzubilden. Das ist großzügig, aber nicht notwendig. Im Gegenteil: Bereits jetzt krankt die Familienförderung an einem 3-Klassen-System: Kinder in Familien mit hohem Einkommen profitieren weiter von Steuerentlastungen von bis zu knapp 300 Euro pro Monat, Kinder in Familien mit mittleren und kleinen Budget erhalten das Kindergeld in Höhe von 204 Euro, bei Kindern in Familien mit niedrigen oder ohne Einkommen kommt gar keine zusätzliche Förderung an, wenn ihre Familie auf SGB II angewiesen ist.“



Die Bekämpfung von Kinderarmut sollte Priorität haben, nicht Steuergeschenke für Familien, die diese gar nicht dringend benötigen. Bei der kommenden Reform des Kinderzuschlags ist es dringend, diesen für Alleinerziehende zu verbessern. Wegen der schlechten Abstimmung von Unterhaltsvorschuss, Kinderzuschlag und Wohngeld steht manche Alleinerziehende mit weniger Geld da als zuvor. Hier Lösungen umzusetzen, darf nicht am Geld scheitern!

Wir bedauern, dass der Entlastungsbetrag für Alleinerziehende außen vor geblieben ist. Dieser muss angehoben werden, um Alleinerziehende vergleichbar wie Ehepaare zu entlasten. Insgesamt wünschen wir uns den Mut für eine grundlegende Reform: Der VAMV plädiert für einen Systemwechsel hin zu einer Kindergrundsicherung in Kombination mit einer Individualbesteuerung, damit kein Kind im Dschungel der familienpolitischen Leistungen verloren geht.“

Berlin, 05.11.2018

Die Stellungnahme des VAMV zum Gesetzentwurf eines Familienentlastungsgesetzes steht zum Download bereit auf [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de) unter Presse & Aktionen - Stellungnahmen

## 13. NATIONALE ARMUTSKONFERENZ

### Menschen mit Armutserfahrung und Verbände fordern wirksame Bekämpfung von Kinderarmut

Anlässlich des 13. Treffens der Menschen mit Armutserfahrung fordern die Nationale Armutskonferenz und die im „Ratschlag Kinderarmut“ zusammengeschlossenen Verbände die Bundesregierung auf, „mit großer Priorität wirksam und zielgerichtet die Armut von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien zu bekämpfen“.

„Mehr als drei Millionen Kinder und Jugendliche erfahren jeden Tag Ausgrenzung und Armut. Besonders betroffen sind Kinder, die in Familien von Alleinerziehenden leben. Knapp 40 Prozent leben mit Sozialleistungen“, berichtet Erika Biehn, Vorsitzende des Verbands alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV). „Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass viele Betroffene ihr letztes Hemd geben, um das Nötigste für Ihre Kinder finanzieren zu können. Das können und wollen wir nicht weiter hinnehmen!“ (...)

„Zwar wird jetzt eine Erhöhung des Schulbedarfspakets angekündigt, aber wiederum gibt es keine ordentliche Bedarfsermittlung“, kritisiert Barbara Eschen, Sprecherin der Nationalen Armutskonferenz. „Wir wissen aus Studien der Diakonie, dass bis zu 200 Euro für Schulmaterial fällig sind. Es reicht nicht aus, die bisherigen 100 Euro Pi mal Daumen zu erhöhen, ohne nachzurechnen, was wirklich nötig ist.“ Außerdem müssten das schulische Mittagessen und der ÖPNV für Schulkinder kostenlos werden.

Wesentliche Probleme würden sich durch die bisherige Konstruktion der Familienförderung ergeben, so Alexander Nöhring, Geschäftsführer des Zukunftsforums Familie, der familienpolitische Fachverband der Arbeiterwohlfahrt. „Bisher bekommen nicht die ärmsten Familien die stärkste Hilfe. Ein undurchschaubares Dickicht aus Kindergeld, Kinderfreibetrag, Basiselterngeld, Kinderregelsatz, Kinderzuschlag und Unterhaltsvorschuss sorgt dafür, dass gerade in Armut lebende Familien ihre sozialen Rechte nicht durchsetzen können. Wir müssen die Familienförderung vom Kopf auf die Füße stellen: Dafür brauchen wir ein einheitliches Existenzminimum für alle Kinder und besondere und unbürokratische Hilfen für die, die sie am dringendsten benötigen“, so Nöhring.

„Um Kindern eine gerechtere Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen, muss das Recht auf ihr soziokulturelles Existenzminimum gesichert sein. So gibt es auch die UN-Kinderrechtskonvention in den Artikeln 26 und 27 vor. Sprudelnde Steuereinnahmen durch die positive wirtschaftliche Lage in Deutschland und die dadurch vorhandenen Verteilungsspielräume müssen konsequenter für eine grundlegende Reform der Familienförderung genutzt werden“, betont Holger Hofmann, Bundesgeschäftsführer des Deutschen Kinderhilfswerkes.

Heinz Hilgers, Präsident des Deutschen Kinderschutzbundes, fasst zusammen: „Bisher wurde viel angekündigt – aber wenig umgesetzt. Leistungen müssen alle Familienformen erreichen, egal ob verheiratet oder nicht, Alleinerziehende ebenso wie Familien mit vielen Kindern. Besonders wichtig ist die Infrastruktur vor Ort – vom Schwimmbad über Sozialarbeit bis hin zu Anlaufstellen für Kinder, Jugendliche und Eltern, die nicht mehr weiter wissen.“

Berlin, 07.11.2018

## NEUREGELUNGEN 2019

Mit dem im Juni beschlossenen Familienentlastungsgesetz gibt es die folgenden Änderungen bei Kindergeld und Kinderfreibetrag (siehe auch die Pressemitteilung des VAMV Bundesverbandes dazu vom 5. Nov. 2018)



### Kindergeld

Das Kindergeld wird ab 1. Juli 2019 um 10 Euro pro Monat und pro Kind erhöht. Die Erhöhung erfolgt automatisch und unabhängig vom Einkommen der Eltern. Für das erste Kind gibt es dann 204 Euro, für das dritte 210 Euro und für jedes weitere Kind 235 Euro (alles pro Monat).

### Kinderfreibetrag und Grundfreibetrag

Der Kinderfreibetrag wird stufenweise angehoben: Für 2019 und 2020 um je 192 Euro auf dann 7.812 Euro insgesamt.

Damit einher geht auch eine Erhöhung des Grundfreibetrags: Er soll um 132 Euro auf 9.168 Euro erhöht werden. Für 2020 ist eine weitere Anhebung vorgesehen, so dass der Freibetrag bei 9.408 Euro liegt.

### Kinderzuschlag

Der Kinderzuschlag soll als dritte Maßnahme des „Familienentlastungsgesetzes“ von 170 auf bis zu 183 Euro erhöht und reformiert werden. „Zudem werde die Sozialleistung künftig nach und nach abschmelzen, wenn das Einkommen der Eltern steigt, aber nicht gleich komplett wegfallen“, so Familienministerin Giffey der Zeitung Die Welt am 15.10.2018.

### Unterhaltsvorschuss (UVG)

Durch die „Erste Verordnung zur Änderung der Mindestunterhaltsverordnung“ vom 28.09.2017 (BGBl I 3525) wurde der Mindestunterhalt minderjähriger Kinder zum 01.01.2018 und 01.01.2019 neu festgesetzt. Dementsprechend ergeben sich für die Höhe der Unterhaltsvorschussleistung (Mindestunterhalt minus Erstkindergeld in Höhe von 194 Euro) ab 01.01.2019 folgende Beträge:

|  |          |
|--|----------|
| Zahlbetrag 1. Altersstufe (für Kinder bis unter 6 Jahren):         | 160 Euro |
| Zahlbetrag 2. Altersstufe (für Kinder von 6 bis unter 12 Jahren):  | 212 Euro |
| Zahlbetrag 3. Altersstufe (für Kinder von 12 bis unter 18 Jahren): | 282 Euro |

Die Erhöhung des Mindestunterhalts zum 01.01.2019 hat auch unmittelbar Auswirkungen auf die neue Düsseldorfer Tabelle 2019.

### Mindestunterhalt ab 2019

Der Mindestunterhalt beträgt ab 1. Januar 2019 jeweils in der niedrigsten Einkommensgruppe bis 1900 Euro Nettomonatseinkommen für Kinder der ersten Altersstufe (0 bis 5 Jahre) 354 Euro statt bisher 348 Euro. Für Kinder der zweiten Altersstufe (6 bis 11) sind es dann 406 Euro statt bisher 399 Euro und für Kinder der dritten Altersstufe (12 bis 17) 476 Euro statt bisher 467 Euro. 12- bis 17-Jährige in der oberen Einkommensgruppe von 5101 bis 5500 Euro netto erhalten künftig 762 statt bisher 748 Euro.

## Neue Mütterrente

Im neuen Rentenpaket sieht der Kompromiss zwischen den Parteien nun Folgendes vor: Alle Mütter ab 2019 profitieren von der Mütterrente. Wer seine Kinder vor 1992 bekommen hat, bekommt 2 ½ Punkte für Erziehungszeiten anerkannt. Eltern mit nach 1992 geborenen Kindern bekommen drei Erziehungsjahre, also drei Entgeltpunkte monatlich.

## Regelsätze in der Grundsicherung und Sozialhilfe

Die Regelbedarfsätze für die Sozialhilfe, Grundsicherung für Arbeitssuchende (Arbeitslosengeld II), Grundsicherung im Alter oder bei Erwerbsminderung steigen um 2,02 Prozent. Diese Regelsätze gelten ab Januar 2019 (Veränderung gegenüber 2018 in Klammern):

|  |                     |                     |
|--|---------------------|---------------------|
| Alleinstehende / Alleinerziehende                            | 424 Euro (+ 8 Euro) | Regelbedarfsstufe 1 |
| Paare je Partner / Bedarfsgemeinschaften                     | 382 Euro (+ 7 Euro) | Regelbedarfsstufe 2 |
| nicht-erwerbstätige Erw. unter 25 Jhr. i. Haushalt d. Eltern | 339 Euro (+ 7 Euro) | Regelbedarfsstufe 3 |
| Jugendliche von 14 bis 17 Jahren                             | 322 Euro (+ 6 Euro) | Regelbedarfsstufe 4 |
| Kinder von 6 bis 13 Jahren                                   | 302 Euro (+ 6 Euro) | Regelbedarfsstufe 5 |
| Kinder von 0 bis 5 Jahren                                    | 245 Euro (+ 5 Euro) | Regelbedarfsstufe 6 |

Zusätzlich werden die tatsächlichen Kosten für Unterkunft und Heizung übernommen, soweit sie angemessen sind. Die Leistungen orientieren sich am Niveau der Mieten auf dem örtlichen Wohnungsmarkt.

## Mindestlohn

Der Mindestlohn wird in zwei Schritten auf zunächst 9,19 Euro im Jahr 2019 und anschließend 9,35 Euro im Jahr 2020 erhöht.

## Krankenkassenbeiträge

Gesetzlich Versicherte werden bei den Krankenkassenbeiträgen entlastet: Vom 1. Januar 2019 an müssen die Arbeitgeber wieder die Hälfte des Zusatzbeitrages übernehmen. Bisher hatten die Arbeitnehmer den Zusatzbeitrag allein schultern müssen.

## Brückenteilzeit

Nach dem Gesetz für eine sog. Brückenteilzeit sollen Teilzeitbeschäftigte vom 1. Januar 2019 an wieder leichter in Vollzeit zurückkehren können. Nach dem Gesetz sollen alle Beschäftigten in Betrieben ab 45 Arbeitnehmern ein Recht auf eine befristete Teilzeitphase – ohne besondere Gründe – bekommen, die zwischen einem und fünf Jahre dauern kann. Voraussetzung ist, dass das Arbeitsverhältnis länger als sechs Monate besteht und keine schwerwiegenden betrieblichen Gründe dagegen sprechen.

### BROSCHÜREN



#### **Betreuungslücken schließen – Chancen und Möglichkeiten ergänzender Kinderbetreuung**

Dokumentation der VAMV-Fachtagung, am 26. Mai 2018 in Stuttgart

Der VAMV hat bei dieser Fachtagung mit Expert\*innen aus Wissenschaft und Verwaltung erörtert, was auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene noch passieren muss, damit Alleinerziehende das Elternsein mit einer existenzsichernden Berufstätigkeit vereinbaren können. Betreuungslücken bedeuten für viele Alleinerziehende oft das Aus für einen sicheren Job oder eine langandauernde Abhängigkeit von zusätzlichen Sozialleistungen. Dass es auch anders geht, haben drei Modellprojekte des VAMV zwischen 2014 und 2017 gezeigt. Konkrete Handlungsempfehlungen wurden vorgestellt und mit den Referentinnen und weiteren Podiumsteilnehmern diskutiert.

Vorträge: Antje Beierling, Projektleiterin des VAMV NRW, Prof. Dr. Uta Meier-Gräwe, Mitglied des wissenschaftlichen Beirats für die Evaluation der VAMV-Modellprojekte

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V. – VAMV (Hg.), Berlin 2018, 48 Seiten.

Einzel Exemplare sind beim VAMV Landesverband erhältlich, Versandpauschale 2,50 € / Stck., [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de) unter Unser Angebot - Broschüren und Materialien



#### **Aufwachsen in Armutslagen. Zentrale Einflussfaktoren und Folgen für die soziale Teilhabe**

Neue Studie der Bertelsmann Stiftung zur Kinderarmut.

Die Studie vergleicht systematisch das Armutsrisiko in Paarfamilien mit Alleinerziehenden und korreliert dies mit der Müttererwerbstätigkeit. Danach leben Kinder in Einelternfamilien mit 62 Prozent deutlich häufiger dauerhaft oder wiederkehrend in Armut als Kinder in Paarfamilien mit 12 Prozent. Das Armutsrisiko von Kindern hängt bei Alleinerziehenden noch wesentlich stärker an der Erwerbstätigkeit der Mütter. Wenn Vereinsmitgliedschaft und andere Freizeitaktivitäten weiterhin stark vom

Einkommen der Eltern abhängen, dann reicht das Bildungs- und Teilhabepaket hier offensichtlich nicht.“ Jörg Dräger, Vorstand der Bertelsmann Stiftung.

Silke Tophoven, Torsten Lietzmann, Sabrina Reiter, Claudia Wenzig, Bertelsmann Stiftung, Gütersloh Juni 2018

## BERICHTE

**Stellungnahme des VAMV zum Gesetzentwurf des Familienentlastungsgesetzes**

Berlin, 31. Oktober 2018. Anlässlich der Anhörung zum Familienentlastungsgesetz im Finanzausschuss des Bundestages am 5.11.2018 nimmt der VAMV zum Gesetzesentwurf Stellung. Grundsätzlich begrüßt der VAMV zwar, dass die Bundesregierung die staatliche Unterstützung für Familien mit Kindern verbessern möchte. Kritisch sieht der VAMV allerdings, dass die geplanten Verbesserungen nicht alle Familien erreichen werden, insbesondere Alleinerziehende werden wenig profitieren. 10 Euro mehr Kindergeld und ein höherer Kinderfreibetrag ab 2019 - bei den meisten Alleinerziehenden wird trotzdem nicht mehr Geld im Portmonee ankommen. Denn im gleichen Zuge wie das Kindergeld steigt, sinkt der Unterhaltsvorschuss oder die SGB II-Leistung. Familienförderung über höhere Steuervorteile kommt bei all den Alleinerziehenden mit kleinen Einkommen nicht an. Insgesamt bedauert der VAMV, dass der vorliegende Gesetzesentwurf lediglich das bestehende System des Familienleistungsausgleichs fortschreibt, statt den grundsätzlichen Reformbedarf anzugehen. Der VAMV plädiert für einen Systemwechsel raus aus dem Steuerrecht, weg von einer Förderung nach Familienform hin zu einer Kindergrundsicherung.

Die Stellungnahme des VAMV zum Gesetzentwurf eines Familienentlastungsgesetzes steht zum Download bereit: [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de) unter Presse & Aktionen - Stellungnahmen

**Wann zahlen Kinder für ihre Eltern?**

In der Beratung taucht immer wieder mal die Frage auf: Muss mein Kinder für den Unterhalt aufkommen, wenn z.B. Mutter oder Kindsvater sich die Pflege nicht leisten können?

Erst einmal springt das Sozialamt ein, aber nicht ewig. Die Behörde versucht, Geld vom Nachwuchs zurückzuholen. Doch wo liegt die Grenze? „Niemand muss wegen des Elternunterhalts um seinen Lebensstandard bangen,“ sagt J. Hauß, Fachanwalt für Familienrecht. Kinder dürfen mittlerweile mehr Geld für sich behalten, bevor sie ihre Eltern finanziell unterstützen müssen. Betroffene sollten aber in jedem Fall nachrechnen lassen. Verwandte in gerader Linie sind zum Unterhalt verpflichtet, also auch Kinder gegenüber ihren Eltern, so sieht es § 1601 des BGB vor. Ein zerrüttetes Verhältnis zwischen Eltern und Kinder ändert jedoch nichts an der Unterhaltspflichtung.

Aber wieviel müssen sie schultern, wer muss mitzahlen, wie wird gerechnet, was ist noch geschützt, rechnet das Sozialamt immer richtig und was ist noch ratsam? – All das und weitere Details beantwortet der Artikel in der SZ vom 21. November 2018, zu finden unter [www.sueddeutsche.de](http://www.sueddeutsche.de) - Wirtschaft.



### Neue Ergebnisse des Statistischen Bundesamtes zur Situation der Alleinerziehenden

Am 2. August 2018 hat sich das Statistische Bundesamt in einer Pressekonferenz mit den besonderen Herausforderungen für Alleinerziehende beschäftigt und neue Daten veröffentlicht.

Sie brachten allerdings nicht allzu viel Neues, die finanzielle Situation hat sich nicht wesentlich gebessert, „Alleinerziehende sind überdurchschnittlich häufig

armutsgefährdet und knapp zwei Drittel der Personen in Alleinerziehenden-Haushalten hatten nicht die finanziellen Mittel, unerwartete Ausgaben von knapp 1000 Euro zu bestreiten“.



Foto: colin00B/pixabay.com

Die wichtigsten Ergebnisse im Überblick:

- Jede fünfte Familie mit mindestens einem minderjährigen Kind ist die Familie eines alleinerziehenden Elternteils.
- In Ostdeutschland und in Großstädten ist der Anteil der Alleinerziehenden hoch.
- Alleinerziehende Mütter haben jüngere und mehr Kinder als alleinerziehende Väter.
- Mütter mit kleinen Kindern schränken unabhängig von der Familienform ihre Erwerbstätigkeit deutlich stärker ein als Väter. Alleinerziehende Väter arbeiten mehr als doppelt so häufig Vollzeit wie alleinerziehende Mütter.
- Mehr als die Hälfte der alleinerziehenden Mütter, die nicht-erwerbstätig sind, wünscht sich Arbeit.
- Das verfügbare Pro-Kopf-Einkommen in Haushalten von Alleinerziehenden ist um knapp ein Fünftel niedriger als in Haushalten von zwei Erwachsenen mit Kind/-ern.
- Personen in Haushalten von Alleinerziehenden sind überdurchschnittlich häufig armutsgefährdet. Unerwartete höhere Ausgaben sind für die Mehrheit der Alleinerziehenden ein Problem.
- Alleinerziehende sind überproportional häufig von Überschuldung betroffen.

Das Medieninteresse zu den Veröffentlichungen war sehr groß und zahlreiche Anfragen gaben dem VAMV Bundesverband [www.vamv.de](http://www.vamv.de) und den Landesverbänden Gelegenheit, die Anliegen der Alleinerziehenden in die Öffentlichkeit zu bringen und ihre Situation näher zu erläutern. Der VAMV konnte insbesondere auf seine Forderung nach einer Kindergrundsicherung, bessere Kinderbetreuung, auch in den Randzeiten, erforderliche Veränderungen in der Arbeitswelt und die Steuerproblematik aufmerksam machen.

Aus Bayern gab es Beiträge im ZDF Heute Journal, im Morgenmagazin des Bayerischen Rundfunks, in der Rundschau des Bayerischen Fernsehens, in der SZ und in der Augsburgener Allgemeinen.



## Bericht der Bundesregierung über die Wirkungen der Reform des Unterhaltvorschussgesetzes ein Jahr nach dem Inkrafttreten zum 1. Juli 2017

Durch die Reform des Unterhaltvorschusses stieg laut Bericht die Zahl der berechtigten Kinder insgesamt von 414.000 (2014) auf fast 714.000 (Ende März 2018). Bundesweit sind knapp 200.000 Kinder im Alter von über zwölf Jahren (neu) anspruchsberechtigt.

| <u>Bayern</u>          | <u>2014</u> | <u>2015</u> | <u>2016</u> | <u>2017</u> |
|------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Fallzahl (31.12.)      | 42.232      | 41.449      | 40.595      | 63.850      |
| Einnahmen (Mio. EUR)   | 28,3        | 28,3        | 29,3        | 30,9        |
| Ausgaben (Mio. EUR)    | 79,7        | 80,8        | 81,8        | 112,4       |
| <b>Rückgriffsquote</b> | <b>36%</b>  | <b>35%</b>  | <b>36%</b>  | <b>27%</b>  |

Erfahrungen mit dem Ausbau, verschiedene Maßnahmen zur Verbesserung des Rückgriffs und zu gesetzlichen Änderungen sind in dem Bericht (24 Seiten) zu finden unter <https://www.bmfsfj.de> ausführlicher dargestellt.

### Wussten Sie schon, dass ...

- **Väter, die in Elternzeit gehen**, verbringen einer Studie zufolge auch noch Jahre später mehr Zeit mit ihren Kindern und machen mehr im Haushalt. Sie verrichten täglich ungefähr eine halbe Stunde mehr Hausarbeit als Väter und verbringen in den ersten sechs Lebensjahren am Wochenende täglich rund eineinhalb Stunden mehr Zeit mit den Kindern, als Väter, die durchgehend gearbeitet haben.

Quelle: Süddeutsche Zeitung vom 18.10.2018

- **42 Prozent der Frauen** der Meinung sind, dass die Gleichstellung von Frauen und Männern noch nicht realisiert ist?
- **sich 50 Prozent der Frauen** eine gleichgestellte Rollenteilung im beruflichen und privaten Bereich wünschen?
- **52 Prozent der alleinerziehenden Mütter** wechselnde Arbeitszeiten haben?
- **68 Prozent der Frauen** der Meinung sind, dass sie ihren Lebensunterhalt im Alter nicht von der eigenen Rente bestreiten können?

Quelle: BayLFR-Infos November 2018

### BUCHTIPPS

#### Besser essen nebenbei: Gesund genießen ohne Diät

Gute Ernährung ist überraschend einfach!

Nicht weniger, sondern besser essen lautet die Devise! Superfood ist nicht immer super und Pommes sind besser als ihr Ruf. Dieses Buch entlarvt hartnäckige Ernährungsmythen mit wissenschaftlich fundierten Antworten und liefert zudem zahlreiche Tricks, um mühelos auf eine gesunde Ernährung umzustellen. 30 praktische Rezepte helfen, die guten Vorsätze im Handumdrehen in die Tat umzusetzen.



Stiftung Warentest, von Kathrin Burger (Autorin)  
ISBN: 978-3-86851-475-9, 2018 Stiftung Warentest Berlin, 214 Seiten, Broschüre 16,90 €

#### Hörst du, wie die Bäume sprechen? Eine kleine Entdeckungsreise durch den Wald

Den Wald erleben, staunen und Spaß haben mit Peter Wohlleben! Haben Bäume eine eigene Sprache? Müssen Baumkinder in die Schule gehen? Warum haben Waldtiere Angst vor Menschen? Peter Wohlleben beantwortet Fragen, die ungewöhnlich, originell und oft sehr lustig sind. Seine leicht verständlichen und fast immer überraschenden Antworten lassen Kinder das Leben im Wald mit ganz anderen Augen sehen. Der begnadete Erzähler schöpft dabei aus seiner jahrzehntelangen Erfahrung als Förster und Naturschützer und stützt sich darüber hinaus auf neueste wissenschaftliche Erkenntnisse. Ein Plädoyer für mehr Achtsamkeit, Naturschutz und Nachhaltigkeit von Bestsellerautor Peter Wohlleben, bekannt aus Funk, TV und Printmedien.



Autor: Peter Wohlleben  
ISBN: 978-3-7891-0822-8, 2017 Verlag Friedrich Oettinger GmbH, 128 Seiten, 16,99 €

#### Das große Buch vom Mutigsein

Drei liebevoll illustrierte Bilderbuchgeschichten für kleine Angstmäuse und große Mutbären.

„Im großen Buch vom Mutigsein erwarten Euch drei wundervolle Tiergeschichten. Es geht um Angst in der Dunkelheit, Angst vor dem Unbekannten, Angst vor Gewittern und unheimlichen Geräuschen – die typischen Ängste aus den Kinderzimmern also. Mit zauberhaften Illustrationen und durchdachten Geschichten wird auf das „Mutig Sein“ eingegangen. Die Tiere erleben in den Geschichten gruselige Abenteuer und lernen, dass nicht immer alles so ist, wie es scheint.“ (Rezension von rabenmutter.de), Alter: ab 3 Jahren



Autoren: Jane Chapmann, Tim Warnes  
ISBN 978-3-7855-7498-0, 2012, Verlag Loewe 3. Auflage 2018, 96 Seiten, Hardcover 12,95 €

VAMV Landesverband Bayern e.V.  
Tumblingerstr. 24/Rgb.  
80337 München

Tel.: (089) 32212-294  
Fax: (089) 32212-408  
info@vamv-bayern.de  
www.vamv-bayern.de  
facebook.com/VAMV.Bayern/

Verband alleinerziehender  
Mütter und Väter  
Landesverband Bayern e.V.



## Veranstaltungs- und Seminarprogramm

### Für

Alleinerziehende Mütter, Väter und ihre Kinder  
Ehrenamtlich Aktive aus den Ortsvereinen und Kontaktstellen  
GruppenleiterInnen aus Kontaktstellen und Treffpunkten  
Mitglieder des VAMV und solche, die es werden wollen

### In

Bildungs- und Erholungshäusern in Bayern  
Räumen der Ortsvereine und Kontaktstellen (z.B. bei Tagesseminaren)

Weitere Informationen zu allen Seminaren unter:  
[www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de), Rubrik Seminare und Veranstaltungen

## Termine Ortsverband München

### Treffs

- Jeden 2. Freitag im Monat von 17 – 19 Uhr **Feierabendtreff**
- Jeden 3. Sonntag im Monat von 14 – 17 Uhr **Wohlfühl-Café** mit wechselnden Wohlfühlangeboten
- Jeden 4. Sonntag im Monat von 9.30 - 13 Uhr **Brunch** im Familienzentrum Neuaubing
- **Offener Treff in Neuperlach** "Alleinerziehend ABER nicht allein", Sonntags 10-13 Uhr, die genauen Termine bitte erfragen: [karina.hoff@web.de](mailto:karina.hoff@web.de)

### Gruppen & Seminare

- **Gemeinsam Stark** - in Anlehnung an das Konzept "Starke Eltern, Starke Kinder",  
Freitag 15.02.19 v. 17.30-19 Uhr, Samstag 16. u. 23.02.19 v. 15-18 Uhr

### Veranstaltungen & Feste

- **Faschingsfest** "Willkommen im Dschungel", Samstag 23.02.2019 von 15 - 17 Uhr

Die Treffs und Workshops sind alle mit Kinderbetreuung.

Info und Anmeldung: Tel. 089/6927060, [info@vamv-muenchen.de](mailto:info@vamv-muenchen.de), [www.vamv-muenchen.de](http://www.vamv-muenchen.de)

Fachseminar 16. März 2019

### SICH GESUND UND GÜNSTIG ERNÄHREN - GEHT DAS?

|                |   |
|----------------|---|
| Referentin     | Fachberaterin Lebensmittel und Ernährung<br>Verbraucherzentrale Bayern e.V.                     |
| Ort            | Jugendherberge Augsburg   |
| Zeit           | Samstag 16.03.2019, 10 - 15 Uhr   |
| Kosten         | VAMV-Mitglieder 10 €, Kinder ab 3 Jahren 5 €<br>Nichtmitglieder 15 €, Kinder ab 3 Jahren 7,50 € |
| Anmeldeschluss | 15. Februar 2018  |

#### Nähere Beschreibung

Was ist gesund, was ist ungesund? Diese Frage ist gar nicht so einfach zu beantworten. Sie essen besonders viel Spinat zur Blutbildung, wärmen niemals Pilze auf, strafen Kartoffeln als Dickmacher, futtern Schokolade und Traubenzucker für die Nerven... stimmt das denn? Lassen Sie sich überraschen, wie wenig Wahrheit oft in Ernährungstipps steckt.

Einkaufen im Supermarkt ist für viele mittlerweile mit Stress verbunden. Oft fällt es schwer, die Lebensmittelkennzeichnung zu entziffern oder das gesamte Sortiment zu überschauen. Wer qualitäts-, gesundheits- und preisbewusst einkaufen möchte, braucht Hilfe bei der Auswahl.

Wir erzählen Ihnen so manches Ernährungsmärchen, laden Sie ein zu einem entspannten Bummel durch Produkte im Supermarkt, machen auf Tricks und Fallen aufmerksam und sind nebenbei auch noch den Dickmachern auf der Spur.

Workshop 24. bis 26. Mai 2019

### RHYTHMUS, DER VERBINDET

Trommelworkshop für jederman und jede Frau

|                |   |
|----------------|---|
| Workshopleiter | Clemens Künneth   |
| Ort            | Jugendherberge Possenhofen  |
| Zeit           | Freitag 18 Uhr bis Sonntag 12 Uhr   |
| Kosten         | VAMV-Mitglieder 60 €,<br>Kinder 3 bis unter 6 J. 10 €, Schüler bis 12 J. 40 €<br>Nicht-Mitglieder 100 €, Kinder 3 bis unter 6 J. 15 €, Schüler bis 12 J. 60 € |
| Anmeldeschluss | 4. April 2019   |

#### Nähere Beschreibung

„Rhythmus steckt in uns allen“ davon ist der erfahrene Rhythustrainer und Workshopleiter Clemens Künneth überzeugt. In spielerischer und entspannter Atmosphäre lernen die Teilnehmenden die Trommel und einfache Spieltechniken kennen sowie Möglichkeiten damit zu kommunizieren. Schritt für Schritt werden mehrstimmige Rhythmen und einfache Wege zur Improvisation vorgestellt.

Zur Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich, aber auch TeilnehmerInnen mit Erfahrung sind willkommen. Bei diesem Workshop stehen Spaß und Neugier, das Zuhören und Ausprobieren, die Gruppe und das Zusammenspiel im Vordergrund.

Infos über Clemens Künneth: [www.rhythmusoase.de](http://www.rhythmusoase.de)

18. bis 25. August und 25. August bis 1. September 2019

### SOMMERFREIZEIT AUF DEM REITERHOF MÜHLBAUER

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Ort</b>            | Reiterhof Mühlbauer im Bayerischen Wald  |
| <b>Kosten</b>         | Mitglieder: € 195*; Kinder 3 bis unter 5 Jahre € 35*; 5-16 Jahre € 98*<br>Nichtmitglieder: € 235*; Kinder 3 bis unter 5 Jahre € 35*; 5-16 Jahre € 120*<br>inkl. Halbpension und Kinderbetreuung für Kinder v. 3 bis 12 Jahren<br>(berücksichtigt wird das Alter der Kinder bei Reiseantritt)<br>*Alle Preise verstehen sich pro Woche! |
| <b>Anmeldeschluss</b> | 3. Juli 2019   |

#### Nähere Beschreibung

Wunderschön im Bayerischen Wald gelegen, bietet der einfach ausgestattete Reiterhof Mühlbauer und seine Umgebung eine Vielzahl an Freizeitmöglichkeiten (Reiten, Schwimmen, Wandern) oder einfach nur Zeit zum Relaxen und sich Erholen. Die Familie Mühlbauer kümmert sich engagiert um ihre Gäste, ebenso die Kinderbetreuung des VAMV Landesverbandes, die wie immer, die kleinen Gäste von drei bis 12 Jahren mit einem abwechslungsreichen Angebot liebevoll betreut. (Kinderbetreuung Mo - Fr, gesamt 25 Std.)

Eine Reitstunde (45 min.) kostet 15,- €, weitere Infos zum Reiterhof Mühlbauer unter [www.kummersdorf.pferdecke.de](http://www.kummersdorf.pferdecke.de)

## VORANKÜNDIGUNG

Wochendendseminare in Kooperation mit dem Eltern-Kind-Programm e.V. (EKP)  
nur VAMV-Mitglieder (Nicht-Mitglieder melden sich bitte direkt über [www.ekp.de](http://www.ekp.de) an)

27. - 29. September 2019

### "HERBSTZEIT - MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN"

Berghof Agatharied

04. - 06. Oktober 2019

### "GEMEINSAM DURCH DICK UND DÜNN"

Ein Wochenende zum Thema Achtsamkeit für Familien mit Kindern ab 8 Jahren - Maria Beinberg

## TEILNAHME

### Wo finden die Seminare statt?

Die Seminare finden in Bildungs- und Erholungshäusern in Bayern statt, sie liegen meist im Grünen und nicht nur die Kinder nutzen gern die Möglichkeit, nach draußen zu gehen. Rüsten Sie bitte sich selbst und die Kinder wetterfest aus: je nach Witterung Regenkleidung, Gummistiefel oder auch Schneeanzug und feste Stiefel, im Sommer Sonnenschutz. Für Tagesseminare nutzen wir in der Regel die Räume der Ortsverbände oder Kontaktstellen.

### Wie können Sie sich anmelden?

Sie können sich online über unsere Homepage [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de) anmelden. Wenn Sie uns anrufen oder eine E-Mail schicken, senden wir Ihnen gerne den entsprechenden Flyer mit Anmeldeformular zu.

### Können Sie auch teilnehmen, wenn Sie (noch) kein Mitglied bei uns sind?

Aber sicher! Alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern sind uns stets willkommen. Mitglieder und ehrenamtliche Mitarbeiter/innen genießen jedoch einen ermäßigten Teilnahmebeitrag.

### Können Sie Ihr/e Kind/er mitbringen?

Selbstverständlich bieten wir in der Regel zu jedem Seminar Kinderbetreuung an.

### Können Sie eine Förderung für die Teilnahmegebühren beantragen?

Ja, unter bestimmten Voraussetzungen können Sie für bestimmte förderfähige Seminare des VAMV LV Bayern einen Zuschuss beantragen. Für genauere Information z.B. Einkommensgrenzen wenden Sie sich rechtzeitig an die Geschäftsstelle. Wir helfen Ihnen gerne bei der Antragsstellung.

---

## Spenden Sie für uns -

und unterstützen damit unser Seminar- und Veranstaltungsangebot für Alleinerziehende, damit wir auch weiterhin kostengünstig bleiben und alle Veranstaltungen mit Kinderbetreuung anbieten können. Ihre Spende investieren wir z.B. in die Ausstattung unserer Spielkisten oder in ein kleines Honorar für unsere KinderbetreuerInnen.

[www.vamv-bayern.de/vamv-landesverband-bayern-e-v/mitmachen-unterstuetzen/](http://www.vamv-bayern.de/vamv-landesverband-bayern-e-v/mitmachen-unterstuetzen/)

[www.gut-fuer-muenchen.de/projects/52669](http://www.gut-fuer-muenchen.de/projects/52669)



Foto: Tumisu / pixabay.com

Unser Fachberatungsteam steht unseren Mitgliedern telefonisch in folgenden Bereichen zur Verfügung:

**Familienrecht**

Dr. jur. Eva Schönberger  
Fachanwältin im Familienrecht, Wessling



**Arbeitsrecht**

Michael Kudlek  
Fachanwalt im Familien- und Arbeitsrecht, Dillingen



**ALG-II (Hartz IV)**

Holger Wolfgang Henkel  
Rechtsanwalt, München



**Sozialrecht**

Dieter Voigt  
Rechtsanwalt, Augsburg



Mehr Informationen über die Beratungsinhalte finden Sie auf unserer Homepage [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de), unter der Rubrik Service.

Zur Terminierung der Beratungsgespräche bitten wir um rechtzeitige Vereinbarung mit unserer Geschäftsstelle unter 089 / 32212 - 294.

Wir bitten um Verständnis dafür, dass die jeweilige telefonische Beratung auf die Dauer von 15 Minuten beschränkt ist, da nur so gewährleistet werden kann, dass viele Mitglieder den Service nutzen können.

Pro Anruf wird eine Unkostenbeteiligung in Höhe von 8,- € berechnet.

# Unterstützen Sie den VAMV durch Ihre Mitgliedschaft!

Seit 1976 unterstützt der VAMV Landesverband Alleinerziehende in Bayern durch Beratung, Information, engagierte Lobbyarbeit und durch ehrenamtliches Engagement der Kontaktstellen und Ortsverbände in Bayern. Durch Ihre Mitgliedschaft können Sie ein Stück dazu beitragen.

## WER kann Mitglied werden?

Jede Person, die den Zweck des Verbandes unterstützen möchte. Es können auch juristische Personen (z.B. Vereine, soziale Organisationen) Mitglied werden. Die Mitgliedschaft ist möglich als aktive - und/oder als Fördermitgliedschaft.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt für aktive Mitglieder derzeit 41,00 Euro im Jahr.

Als Fördermitglied unterstützen Sie den Verband auf ideelle und/oder materielle Weise. Der Mitgliedsbeitrag beträgt mindestens das Doppelte eines aktiven Mitglieds.

## WAS bieten wir an für Mitglieder?

- Sie erhalten unser zweimal im Jahr erscheinendes „Info-Heft für Einelternfamilien“ mit wichtigen Infos für Alleinerziehende und Angebote des Verbandes, aktuelle Infos und Pressemitteilungen in unserem Newsletter und auf Facebook,
- Sie erhalten alle unsere Einzelbroschüren kostenlos wie z.B. „alleinerziehend - Tipps und Informationen“, Wegweiser für den Umgang, Elternvereinbarung, Dokumentationen und vieles mehr,
- Sie können sich telefonisch von uns beraten lassen über Themen wie Sorgerecht, Umgang, Unterhalt, Trennung und Scheidung,
- Sie erhalten bei Bedarf eine telefonische Rechtsberatung (gegen einen geringen Unkostenbeitrag) in Fragen des Familienrechts, Arbeitsrechts, Sozialrechts und für den Bereich ALG-II,
- Sie haben bei unseren Veranstaltungen und Seminarangeboten als Mitglied günstigere Teilnahmegebühren,
- Sie werden zu unserer jährlichen Mitgliederversammlung eingeladen und können die Politik des Verbandes aktiv mitgestalten.

## WIE können Sie Mitglied werden?

Unter [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de) finden Sie unser Beitrittsformular oder schicken Sie uns eine E-Mail an [info@vamv-bayern.de](mailto:info@vamv-bayern.de).

Wir und 393.000 Einelternfamilien mit 543.000 Kindern in Bayern sagen **DANKE!**





VAMV Verband Alleinerziehender  
Mütter und Väter  
Landesverband Bayern e.V.  
Tumblingerstraße 24  
80337 München

Tel.: 089 / 32212-294  
Fax: 089 / 32212-408  
info@vamv-bayern.de  
www.vamv-bayern.de

## BEITRITTSERKLÄRUNG

Hiermit trete ich dem Verband alleinerziehender Mütter und Väter Landesverband Bayern e.V. bei.

Name / Vorname: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Straße / PLZ / Ort: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Telefon / Mobil / E-Mail: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_ Familienstand: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Namen & Geburtsdaten der Kinder: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 41,00 € jährlich (= 3,42 € monatlich) - ab 2019 48,00 € jährlich  
und ist als Geldzuwendung steuerlich abzugsfähig. (Ermäßigung auf Antrag möglich)

Der Jahresbeitrag wird mit Lastschriftverfahren eingezogen. Hiermit ermächtige ich den VAMV LV Bayern e.V., den jährlichen Mitgliedsbeitrag sowie ggf. Seminarkosten und Unkostenbeiträge für Rechtsberatung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem Zahlungsempfänger (Name siehe oben) auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Konto –Nr.: \_\_\_\_\_ BLZ \_\_\_\_\_ Bank \_\_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_ IBAN \_\_\_\_\_

Auszug aus der Satzung (von der Satzung habe ich Kenntnis genommen):

- „Der Verband verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige und mildtätige Zwecke im Sinne der Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung in der jeweils gültigen Fassung“
- „Der Austritt eines Mitgliedes ist nur zum Ende des Geschäftsjahres (= Kalenderjahr) möglich. Er muss schriftlich bis 30. September des Jahres gegenüber dem Vorstand erfolgen.“

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

Wir versichern, dass Ihre Angaben vertraulich behandelt werden. Die Verarbeitung und Speicherung Ihrer Daten erfolgt nach den aktuellsten datenschutzrechtlichen Bestimmungen (DSGVO).

# Beitrittserklärung / Fragebogen

## HERZLICH WILLKOMMEN!

Wir freuen uns, dass Sie sich für eine Mitgliedschaft beim VAMV entschieden haben.

Bitte nehmen Sie sich noch zwei Minuten Zeit und füllen Sie diesen Fragebogen aus. Sie helfen damit, die Arbeit des Verbandes mit dem Bedarf und den Interessen seiner Mitglieder abzustimmen. Als Selbsthilfverband sind wir gerade auch auf Ihre aktive Mitarbeit angewiesen, auf Ihre Ideen, Kenntnisse, Fähigkeiten und Kontakte, die Sie in den Verband einbringen. Auf diese Weise möchten wir die Qualität der Arbeit im Interesse aller Alleinerziehenden sichern und inhaltlich verbessern.

**Bitte kreuzen Sie die zutreffenden Zeilen und Aussagen an und ergänzen Sie nach Bedarf!**

### Vom VAMV habe ich erfahren durch:

- Internet                       Bekannte (Name/Ort) \_\_\_\_\_
- Beratungsstelle \_\_\_\_\_

### Ich interessiere mich vor allem für folgende Themen:

- Regelung des Sorgerechtes
- Umgangsregelung und Unterhalt nach Trennung und Scheidung
- Finanzielle Hilfen für Familien
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Politische Aktivitäten
- sonstige: \_\_\_\_\_

### Ich würde gerne ehrenamtlich beim VAMV mitarbeiten und kann mich mit entsprechender Erfahrung und /oder Kontakten in folgenden Themenbereichen einbringen:

- Treffen für Alleinerziehende organisieren / eine Kontaktstelle aufbauen
- Mithilfe bei Veranstaltungen
- Existenzsicherung von Kindern/Unterhalt
- Gesundheit und Erziehung
- Politische Aktivitäten (Kontakte)
- Kinderbetreuungssituation in Bayern
- Schullaufbahn, alternative Schulformen
- Finanzielle Hilfen
- Öffentlichkeitsarbeit und Werbung
- Vereinsarbeit (z.B. im Vorstand oder in Arbeitsgruppen)
- Familienrechtliche Fragen und Probleme (z.B. Unterhalt, Sorgerecht etc.)

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

# Ortsverbands- und Kontaktstellenverzeichnis

**Kontaktstellenleiter/innen** engagieren sich ehrenamtlich vor Ort für die Interessen der Alleinerziehenden und organisieren z.Tl. regelmäßige Treffen oder gemeinsame Unternehmungen. Sie bieten niederschwellige ehrenamtliche Beratung an, verweisen an professionelle Beratungsstellen in der Nähe, hören zu und geben als Alleinerziehende Tipps und Infos. Weitere Hinweise zu Angeboten der Kontaktstellen finden Sie auf [www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de)

Der **Ortsverband München** und der **Landesverband Bayern** ist mit hauptamtlichen Fachkräften besetzt und bietet sozialpädagogische sowie rechtliche Beratung an.

## ORTSVERBÄNDE UND IHRE KONTAKTSTELLEN

### VAMV OV MÜNCHEN

Silberhornstr. 6  
81539 München  
Tel. 089/6 92 70 60  
Fax 089/69 37 29 26  
[info@vamv-muenchen.de](mailto:info@vamv-muenchen.de)  
[www.vamv-muenchen.de](http://www.vamv-muenchen.de)

### 81243 MÜNCHEN

**München West**  
Petra Rink  
Mob. 0176/ 64 63 49 16  
[Petra.Rink@gmx.de](mailto:Petra.Rink@gmx.de)  
[www.alleinerziehend-in-muenchen.de](http://www.alleinerziehend-in-muenchen.de)

### 81737 MÜNCHEN

**München Perlach**  
Karina Hoff  
Tel. 089/89 35 99 65  
(ab 19 Uhr)  
[karina.hoff@web.de](mailto:karina.hoff@web.de)

### 82067 EBENHAUSEN/

**SCHÄFTLARN**  
**München Süd**  
Dr. Cornelia Harrer  
Tel. 08178/41 72 (Do. u. Fr.)  
[Cornelia-andrea@web.de](mailto:Cornelia-andrea@web.de)

### KONTAKTSTELLEN LANDESVERBAND BAYERN

Tumblingerstraße 24  
80337 München  
Tel. 089/32212-294  
Fax. 089/32212-408  
Mo - Do 9 - 14 Uhr  
[info@vamv-bayern.de](mailto:info@vamv-bayern.de)  
[www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de)

### 82205 GILCHING

**Lkr. Starnberg**  
Susanne Tietjens  
Tel. 08105/27 69 54  
Fax 08105/77 37 33  
[susanne.tietjens@diakoniefbf.de](mailto:susanne.tietjens@diakoniefbf.de)  
[www.mutterkindhaus.de](http://www.mutterkindhaus.de)

### 82319 STARNBERG

Martina Rusch  
Kinderschutzbund  
Starnberg e.V.  
Söckinger Str. 25  
Tel. 08151/97 99 99  
[info@kinderschutzbund-starnberg.de](mailto:info@kinderschutzbund-starnberg.de)

### 83022 ROSENHEIM

Judith Santer  
Kinderschutzbund  
Rosenheim e.V.  
Färberstraße 19  
Tel. 08031/1 29 29  
[info@kinderschutzbund-rosenheim.de](mailto:info@kinderschutzbund-rosenheim.de)

### 84069 SCHIERLING

**Lkr. Regensburg**  
Sylvia Rathay  
Tel. 09451/35 03  
[Rathay-Sylvia@web.de](mailto:Rathay-Sylvia@web.de)

### 84478 WALDKRAIBURG

Sandra Ambros  
Familien- u. Müttertreff  
Tel. 08638/88 15 74  
Mobil: 0177/2 12 91 26  
[sandrasusi49@hotmail.com](mailto:sandrasusi49@hotmail.com)

### 85560 EBERSBERG

Eva-Maria Berninger  
Gleichstellungsbeauftragte  
Tel. 08092/823-127 (Mo-Do)  
[eva-maria.berninger@lra-ebbe.de](mailto:eva-maria.berninger@lra-ebbe.de)

### 85777 FAHRENZHAUSEN

**Lkr. Freising**  
Antonia Jage  
Mobil: 0170 / 4540488  
[antonia.jage@web.de](mailto:antonia.jage@web.de)  
(Dienstag, 18.00 bis 20.00)

### 86609 DONAUWÖRTH

Helene Heine  
Tel. 0906/24 42 38  
[vamv-nordschwaben@web.de](mailto:vamv-nordschwaben@web.de)

### 86637 WERTINGEN

**Lkr. Dillingen a. d. Donau**  
Claudia Wagner  
Tel. 08272/64 38 00  
[claudia\\_lara@t-online.de](mailto:claudia_lara@t-online.de)

### 86899 LANDSBERG a. LECH

Melanie Dorn-Peter  
Mobil: 0174/5 88 88 63  
(15 - 18 Uhr)  
[mentale\\_staerke@gmx.de](mailto:mentale_staerke@gmx.de)

### 87600 KAUFBEUREN

**Lkr. Ost-Allgäu**  
Franz-Siegfried  
Arndt-Buchgraber  
Mobil: 0176/96 17 61 77  
[arndt-buchgraber@gmx.de](mailto:arndt-buchgraber@gmx.de)

### 89407 DILLINGEN

**Lkr. Dillingen a.d. Donau**  
Elke Jenewein  
Tel. 09071/7 09 93 26  
[elke.jenewein@web.de](mailto:elke.jenewein@web.de)

### 91054 ERLANGEN

Maria Yeddes  
Zentrum für Alleinerziehende  
Grünes S.O.f.A. e.V.  
Tel.: 09731/20 89 14  
[verein@sofaerlangen.de](mailto:verein@sofaerlangen.de)  
[www.sofaerlangen.de](http://www.sofaerlangen.de)

### 91522 ANSBACH

Erika Wantschke  
Tel. 0981/4 81 68 85  
[ewantschke@aol.com](mailto:ewantschke@aol.com)  
(Mo 15-16 Uhr)

### 92353 POSTBAUER-HENG

**Lkr. Neumarkt i.d. Opf.**  
Wolfgang Götz  
Tel. 09180/13 31  
Mobil: 0176/62 04 52 84  
[renomiles@freenet.de](mailto:renomiles@freenet.de)

### 93096 KÖFERING

**-EGGLING**  
**Lkr. Regensburg**  
Elke Bräutigam  
Mobil 0176/24871129  
[elke8468@aol.com](mailto:elke8468@aol.com)

### 93128 REGENSTAUF

**Lkr. Regensburg**  
Bärbel Lindner  
Mehrgenerationenhaus  
Bahnhofstraße 15  
Tel. 09402/78 46 23  
Mo-Do 8-12 Uhr  
[mehrgenerationenhaus@regenstauf.de](mailto:mehrgenerationenhaus@regenstauf.de)

### 93309 KELHEIM

**Lkr. Kelheim**  
Renate Eder  
Tel. 09441/6 11 67  
[renateeder@web.de](mailto:renateeder@web.de)

### 93336 ALTMANNSTEIN

Maria Leichtfuß  
09446/9 18 48 61 (ab 15 Uhr)  
[maria.leichtfuss@live.de](mailto:maria.leichtfuss@live.de)

### 94065 WALDKIRCHEN

**Lkr. Freyung - Grafenau**  
Rosemarie Grünzinger  
Tel. 0175/1 93 98 29  
(Mo-Do 17-19.30 Uhr)  
[gruerose66@t-online.de](mailto:gruerose66@t-online.de)

### 95326 KULMBACH

Johanna Baumgart  
Andrea Wiedel  
Tel. 0171/8 07 68 66  
[kontaktstelle.kulmbach@gmail.com](mailto:kontaktstelle.kulmbach@gmail.com)  
(ab 18 Uhr)

### 95447 BAYREUTH

Andrea Wiedel  
Tel. 0921/16 31 81 23  
[info@wiedel-training.de](mailto:info@wiedel-training.de)

### 96047 BAMBERG

Michelle Thuß  
Kinderschutzbund  
Bamberg e.V.  
Lange Straße 36  
Tel. 0951/2 81 92  
(Di-Do 9-14 Uhr)  
[dksb@kinderschutzbund-bamberg.de](mailto:dksb@kinderschutzbund-bamberg.de)

### 97070 WÜRZBURG

Nadine O'Halloran  
[halloran@gmx.net](mailto:halloran@gmx.net)

### 97253 GAUKÖNIGSHOFEN

**Lkr. Würzburg**  
Susann Köhler  
[vamv-franken@web.de](mailto:vamv-franken@web.de)  
0160/3469237



VAMV LV Bayern e.V.  
Tumblingerstr. 24 / RG  
80337 München

Tel. 089 / 32212-294  
(Mo. bis Do. 9 - 14 Uhr)  
Fax 089 / 32212-408

[info@vamv-bayern.de](mailto:info@vamv-bayern.de)  
[www.vamv-bayern.de](http://www.vamv-bayern.de)  
[facebook.com/VAMV.Bayern/](https://facebook.com/VAMV.Bayern/)