

Verband allein erziehender Mütter und Väter e.V.



Info Juli / August / September 2016



Tel: 0251 – 277 133

Fax: 0251 – 277 132

Mail: vamv@muenster.de

[http: www.vamv-münster.de](http://www.vamv-muenster.de)

Achtermannstr. 19 48143 Münster

Business Center II , 4. Etage

**Mitglied im
Paritätischen
Wohlfahrtsverband**

Wir sind...

...unverheiratete, getrennt lebende, geschiedene oder verwitwete Mütter und Väter, die mit ihren Sorgen nicht allein bleiben wollen.

Die **Selbsthilfe** bei der Besprechung und Lösung von Problemen (Trennung, Kinderbetreuung, behördliche Angelegenheiten usw.) steht bei uns an erster Stelle. Darüber hinaus treffen wird uns zur **Freizeitgestaltung** - nach persönlichen Interessen - meistens mit unseren Kindern.

Wir sind ein **überparteilicher, konfessionell unabhängiger, gemeinnütziger** Verband und Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband.

Zur Beseitigung der auf vielen Gebieten vorhandenen Benachteiligungen der Einelternfamilien sind wir auch als **politische Interessenvertretung** tätig. Dafür sind wir mit den anderen Ortsverbänden im **Landesverband** und dieser wiederum mit anderen Landesverbänden im **Bundesverband** zusammengeschlossen.

Der VAMV vertritt seit 1967 die Interessen der bundesweit rund 2,7 Millionen **Alleinerziehenden**, zeigt Benachteiligungen auf und verhindert, dass sich **familienpolitische Maßnahmen** vorwiegend an Ehepaaren und Ehepaarfamilien orientieren. Der VAMV fordert die Anerkennung von Einelternfamilien als **gleichberechtigte Lebensform** und entsprechende gesellschaftliche Rahmenbedingungen. Er tritt für eine verantwortungsvolle gemeinsame Elternschaft auch nach Trennung und Scheidung ein.

Wenn Sie Kontakt aufnehmen wollen, rufen Sie an oder schreiben uns eine Mail.

Für ein Beratungsgespräch vereinbaren Sie bitte telefonisch einen Termin.

| | | |
|-----------------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Unser Büro ist erreichbar: | Montag – Freitag | 10:00 – 14:00 |
| | Dienstag | 15:00 – 18:00 |
| | Telefon | 0251 – 277 133 |
| | Mail | vamv@muenster.de |

| | | |
|---------------------------------|-----------------|-------------------|
| Weitere Kontaktpersonen: | Susanne Hupe | 0251 – 55 55 0 |
| | Helga Elshof | 02571 – 23 58 |
| | Martina Kemper | 0175 – 20 73 95 2 |
| | Martina Nötzold | 02505 – 62 39 48 |

Alleinerziehende Mütter und Väter, die sich und unsere Gemeinschaft stärken und mit uns gemeinsame Ziele erreichen möchten, sind herzlich willkommen. **Wir freuen uns über alleinerziehende mit Interesse an der Mitwirkung im Ortsverband Münster.**

Ebenso freuen wir uns über **Spenden** an folgendes Konto:

Sparkasse Münsterland Ost, IBAN: DE62 4005 0150 0028 0051 71
BIC: WELADED1MST

Inhaltsverzeichnis

VAMV Münster Infos

| | |
|--|---|
| DiNo – Kinderbetreuung | 4 |
| Internationales Frühstück | 5 |
| Treffpunkt „Prütt-Cafe“ | 5 |
| Zelten im Garten | 5 |
| Aufessen! – Rest(e)los glücklich | 6 |
| Ferienprojekt für Schulanfänger | 6 |
| Qi Gong | 7 |

VAMV Landesverband

| | |
|--|---|
| Kontaktadresse Landesverband | 8 |
| Online-Kampagne „alleinerziehend heisst“ | 8 |
| Jubiläums-Geschäftsbericht 2015 | 8 |
| Informationskampagne zur Beistandschaft | 9 |

VAMV Bundesverband

| | |
|--|----|
| Strategien für mehr Gelassenheit | 11 |
| Reform des SGB II: VAMV verhindert geplante Kürzung und fordert weiter Umgangspauschale | 14 |
| Für eine Gesellschaft ohne Kinderarmut | 16 |
| Kontaktadresse Bundesverband | 17 |

Mitgliedserklärung 18

Mitglied im VAMV – eine gute Sache! 19

Termine VAMV Münster 20

Aus postrechtlichen Bestimmungen dürfen wir keine Preise im Info veröffentlichen.

Infos VAMV Münster

DiNo – Kinderbetreuung

DiNo steht für „Dienst im Notfall“ und ist ein Projekt im Münsteraner Ortsverband alleinerziehender Mütter und Väter.

DiNo hilft, wenn Mutter oder Vater plötzlich krank wird oder wenn Eltern aus anderen Gründen kurzfristig eine Kinderbetreuung brauchen. Bei DiNo arbeiten zuverlässige und erfahrene Betreuerinnen, die Ihre Kinder bei Ihnen zu Hause betreuen.

Bei Erkrankung des betreuenden Elternteils können die Krankenkassen auf Antrag die Kosten für den DiNo-Einsatz übernehmen. Voraussetzung ist, dass der behandelnde Arzt eine Haushaltshilfe verordnet und ein Kind unter 12 Jahren (bei einigen Kassen unter 14 Jahren) im Haushalt lebt.

In bestimmten Notfällen besteht die Möglichkeit der Kostenübernahme durch das Jugendamt.

Wenn Sie in einer Notsituation sind und eine gute Betreuung für Ihr Kind brauchen, rufen Sie einfach an und lassen Sie sich beraten.



VAMV Münster

Internationales Frühstück

Alleinerziehende Mütter unterschiedlicher Kulturen tauschen sich aus.

In Kooperation mit der Evangelischen Familienbildungsstätte lädt der VAMV Münster zu einem Frühstück mit anschließender Gesprächsrunde ein.

Es wäre schön, wenn jede Frau einen Beitrag zum internationalen Frühstück mitbringt.

Kinder sind herzlich willkommen! Für Kinderbetreuung ist gesorgt.

Wann: Sonntags, 27. 08. / 24. 09., 10:00
Wo: Evangelische Familienbildungsstätte, Friedrichstr. 10
Kontakt: Raisa Donhauser, VAMV Büro, 0251 - 277 133 /
vamv@muenster.de

Zelten im Garten

Juhu, Ferien! Habt ihr Lust auf einen Ausflug nach Altenberge?

Lagerfeuer und Stockbrot, im Zelt übernachten, draußen Frühstücken...

Schlafsäcke und Isomatten bringt ihr mit, wir sorgen für Zelte und Verpflegung.

Wann: Samstag - Sonntag, 13. - 14. 08. 16, 16:00 – 12:00
Infos: Martina Nötzold, 02505 – 62 39 48
Anmeldung: bis 08. 08. 16, VAMV Büro, 0251 - 277 133 /
vamv@muenster.de

Treffpunkt „Prütt-Cafe“

Geh mal wieder aus!

An diesem Abend haben wir einen Tisch reserviert im Prütt-Cafe. Dort treffen wir uns zum gemütlichen Austausch. Je nach Lust und Laune gehen wir danach vielleicht noch zusammen tanzen?

Wann: Samstag, 17. 09., 20:00
Wo: Prütt-Cafe, Bremer Str. 32
Infos: Martina Nötzold, 02505 – 62 39 48

Infos VAMV Münster

Aufessen! – Rest(e)los glücklich

Etwa die Hälfte der angebauten Nahrungsmittel werden auf ihrem Weg vom Acker auf den Teller vernichtet, anstatt uns Menschen als Lebensmittel zu dienen.

Wir essen gegen diese Vergeudung an! Eingeladen sind alle großen und kleinen Leute, die gerne zusammen kochen und speisen.

Bei Marktende werden verwertbare Reste (Obst, Gemüse, Brot) eingesammelt und anschließend gemeinsam gekocht und verspeist. **Mitmachen!**

Wann: Samstags, 02. 07. / 06. 08. / 03. 09., 15:00

Wo: Ska-Treff, Skaggerakstraße 2

Infos: Martina Nötzold, 02505 – 62 39 48

Ferienprojekt für Schulanfänger

Für Schulanfänger und Erstklässler gibt es in der Woche vom 18. bis 21. Juli ein ganz besonderes Ferienprojekt: „**Abenteuer im Märchenland**“.

Im Märchenland ist alles durcheinander geraten. Schneewittchen heiratet den Wolf und der Froschkönig frisst die sieben Geißlein. Die Kinder müssen helfen und alles wieder in Ordnung bringen!

In der Musik- und Theaterwerkstatt erfinden die Kinder kleine Märchen-Theater-Stücke. In der Filzwerkstatt stellen sie ihre eigenen Requisiten aus bunter Wolle her.

Am letzten Projekttag (Donnerstag, 21. Juli, um 14:00) präsentieren sie ihre gefilzten Sachen und selbst erfundenen Märchen und Geschichten.

Wann: Montag, 18. 07. bis Donnerstag, 21. 07., jeweils 8:00 – 14:00

Wo: Werkstatt für Kunst & Kultur, Schonebeck 76, 48329 Havixbeck

Infos: Annette Lenters (Leitung), 02534 – 64 57 79

Anmeldung: Kinderkulturwerkstatt Musifratz e.V. (Veranstalter),
0251 – 77 81 10 / info@musifratz.de

Infos VAMV Münster

Qi Gong

Gerade alleinerziehende Mütter und Väter kennen häufig nur zu gut die Erschöpfung durch die vielfachen und unterschiedlichen Anforderungen. Das Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung zu finden ist auch in unserer Gesellschaft mit Zeitdruck, Reizüberflutung und Mehrfachbelastungen möglich.

Qi Gong ist für alle da, unabhängig von Alter und Gesundheitszustand und heißt Verantwortung zu übernehmen für den eigenen Körper und das eigene Wohlbefinden. Qi Gong ist ein jahrtausendealtes chinesisches Heilsystem welches Ihre erschöpften Reserven wieder regenerieren kann.

In den Seminaren lernen Sie verschiedene Atem-, Bewegungs- und Vorstellungstechniken. Mal steht beim Üben mehr die Meditation im Vordergrund, mal geht es mehr um langsame, fließende Bewegungen. Der Körper wird beweglich und geschmeidig, der Geist findet Ruhe.

Im August gibt es in Münster wieder ein Wochenendangebot mit drei Seminaren à vier Stunden Qi Gong. Im Qi Gong gibt es grundsätzlich 3 Energiequellen, die eine ist das Üben, die zweite die Ernährung und die dritte ist die Atmung. Um die Atmung wird es an dem Wochenende gehen. Traditionell heißt es, dass 100 Krankheiten von dir abfallen, wenn die Meridiane durchlässig sind.

Die Ziele und Wirkungen sind zahlreich: Neben dem heilen und gesunden des Elementes Metall im menschlichen Körper (Nase, Lungen, Haut, aber auch alte Trauer) und dem stärken des Immunsystems geht es vor allem darum sich stark zu vitalisieren und sein Bewusstsein zu erweitern.

„Tuna Gong Atemschule“

Samstag, 27. 08. 2016, 11:00 – 15:00 und 16:00 – 20:00

Sonntag, 28. 08. 2016, 11:00 – 15:00

**Die Seminare können einzeln besucht werden.
Es ist möglich, nur einzelne Stunden mitzumachen.
Preise auf Anfrage; Ermäßigung für VAMV - Mitglieder!**

Infos und Anmeldung bis 10. 08. 2016 bei:

Jan Finke, zertifizierter Taiji und Qi Gong Lehrer

0163 – 16 47 518 / fangsong.janfinke@web.de / www.janfinke.de

VAMV Landesverband

Kontaktadresse Landesverband

VAMV Landesverband NRW e.V.

Rellinghauser Str. 18

45128 Essen

Tel.: 0201 – 82 774 – 70

Fax: 0201 – 82 774 - 99

info@vamv-nrw.de

www.vamv-nrw.de

www.facebook.com/vamvnrw

Online-Kampagne „alleinerziehend heisst“

20% der Familien in Deutschland sind Einelternfamilien. Dennoch kämpfen viele Alleinerziehende damit, nicht als "normale" Familie anerkannt zu werden. Dies zeigt sich unter anderem im Steuerrecht, wo sie gegenüber verheirateten Eltern deutlich benachteiligt werden. Die VAMV NRW Arbeitsgruppe Familienbilder macht sich dafür stark, dass Einelternfamilien als Familienform mehr gesellschaftliche Anerkennung und im Endeffekt auch politische Gleichstellung finden.

Im März wurde dazu zunächst die Social-Media Kampagne "alleinerziehend heisst" gestartet. Deren **Anliegen ist es, Alleinerziehenden Gesicht und Stimme zu geben, sodass sie den Begriff "alleinerziehend" jenseits negativer Stereotype persönlich für sich definieren können.**

Hier geht es zur Facebook-Seite: www.facebook.com/alleinerziehendheisst.de.
Hier geht es zur Kampagnen: www.alleinerziehendheisst.de

Jubiläums- Geschäftsbericht 2015

40 Jahre VAMV NRW – diesen runden Geburtstag feiern wir auch in unserem kürzlich erschienen Jubiläums-Geschäftsbericht. Werfen Sie einen Blick hinein und entdecken Sie die Themen, die den VAMV NRW im Jahr 2015 beschäftigt haben.

www.vamv-nrw.de/userfiles/Bilder_Inhaltsseiten/Publikationen/GB2015.pdf

Informationskampagne zur Beistandschaft

Der VAMV NRW hat mit Unterstützung des NRW-Familienministeriums eine Informationskampagne zur Beistandschaft gestartet. Alleinerziehende, die keinen Kindesunterhalt bekommen, sollen über die Möglichkeiten des Fachdienstes Beistandschaft in den Jugendämtern informiert werden, der bei der Durchsetzung von Kindesunterhaltsansprüchen helfen kann, und unter dem Slogan „Holen Sie sich Beistand!“ motiviert werden, diesen Service zu nutzen.

Die Beistandschaft ist ein Serviceangebot des Jugendamtes zur Durchsetzung von Kindesunterhalt. Alleinerziehende mit Problemen beim Kindesunterhalt können sich dort kostenlos beraten und unterstützen lassen, bis hin zur Vertretung vor Gericht bei einem Unterhaltsprozess. **Viele Alleinerziehende wissen nicht, dass es dieses Angebot überhaupt gibt!**

Unsere Bitte an Sie: Verbreiten, Weitersagen, Teilen!

Bitte unterstützen Sie uns dabei, möglichst viele Alleinerziehende zu erreichen. Denn: Die Zahlungssituation von Kindesunterhalt in Deutschland ist verheerend: **Etwa 70% der Einelternfamilien haben Probleme mit den Unterhaltszahlungen, über 1 Mio. Kinder von Alleinerziehenden erhalten überhaupt keine Unterhaltszahlungen.**

Auf Plakaten, Postkarten und Flyern wollen wir Alleinerziehende ermutigen, sich Beistand zu holen, wenn sie ihn brauchen! Die Materialien sind NRW-weit an Beratungsstellen und Familienzentren verteilt worden und über unsere Geschäftsstelle erhältlich.

Herzstück der Kampagne ist ein Erklärfilm, der über YouTube verbreitet wird. Er zeigt in knapp zwei Minuten mit leicht verständlichen Worten und Bildern, wie wichtig der Kindesunterhalt für das Haushaltseinkommen der Einelternfamilie ist, und wie der Fachdienst Beistandschaft die Alleinerziehende unterstützen kann, den Kindesunterhalt für ihr Kind durchzusetzen.

Hier geht es zum Youtube-Video www.youtube.com/watch?v=y2mByhmYuQw

Weitere Infos finden Sie unter folgendem Link:

www.vamv-nrw.de/cms/Projekte/artikel/Holen_Sie_sich_Beistand~717

Ein Kind hat Recht auf Unterhalt! In einer Paarfamilie betreuen und versorgen beide Elternteile ihr Kind gemeinsam. Nach einer Trennung oder Scheidung ändert sich an dieser Verpflichtung nichts – auch nicht für den Elternteil, bei dem das Kind nicht wohnt. Er leistet seinen Beitrag, indem er das Kind finanziell versorgt – und zwar in monatlichen Geldleistungen: dem Kindesunterhalt.

VAMV Landesverband

Der Unterhalt dient dazu, alltägliche Dinge für das Kind zu bezahlen wie Essen, Wohnen, Kleidung, Schulbedarf und Freizeitaktivitäten. Zahlt der getrennt lebende Elternteil keinen Unterhalt oder sind die Zahlungen zu niedrig oder unregelmäßig, fehlt ein wichtiger Teil des Haushaltseinkommens und dem Kind entstehen finanzielle Nachteile.

Der **Fachdienst Beistandschaft** bietet **Alleinerziehenden kostenlose Unterstützung bei der Geltendmachung des Kindesunterhalts**. Allerdings merken wir in unserer Beratungsarbeit immer wieder: Nicht alle Alleinerziehenden kennen dieses Angebot des Jugendamts.

In einer von uns in Kooperation mit dem Bundesverband alleinerziehender Mütter und Väter durchgeführten Umfrage unter Alleinerziehenden haben wir festgestellt:

- 25% der Alleinerziehenden ohne Beistandschaft kannten diese nicht.
- Weitere 11% wünschten keinen Kontakt zum Jugendamt.

Umfrageergebnisse: www.vamv-nrw.de/cms/Projekte/artikel/Beistandschaft_staerken_%E2%80%93_Ergebnisse_einer_Befragung_unter_Alleinerziehenden__Beistandschaft_und_Unterhalt%7E603

Deshalb ist es uns ein wichtiges Anliegen, dass Alleinerziehende von diesem Angebot erfahren und die Möglichkeit bekommen, sich Beistand zu holen, wenn sie ihn brauchen.

Gleichzeitig fordern wir auf der Grundlage unserer Ergebnisse aus der Befragung: Den Beiständen muss für ihre wichtige Arbeit der Rücken gestärkt werden.

Dies müsste geschehen durch:

- deutliche personelle Aufstockung des Fachdienstes
- systematische Einarbeitung und kontinuierliche Fortbildung - auch zu den "weichen" Themen wie Gesprächsführung und Konfliktmanagement
- einheitliche Qualitätsstandards
- wissenschaftliche Forschung zu den Themen "Woran liegt es, dass so wenig Kinder überhaupt Unterhalt bekommen?" und "Welche Methoden der Unterhaltsrealisierung sind am vielversprechendsten?"

Weitere Informationen rund um das Schwerpunktthema Beistandschaft im VAMV NRW finden Sie unter www.vamv-nrw.de/cms/Projekte/Beistandschaft_staerken%7E120.

Strategien für mehr Gelassenheit

Was eigentlich zwei Eltern gemeinsam schultern sollten, muss von einem alleine geleistet werden - Alleinerziehend sein ist eine riesige Herausforderung, mit **Dauerstress und wenig Zeit für sich. Ist das immer so – oder kann es auch anders sein?** Mit einer Studie ist Klaus Heywinkel, (48, Trainer / Coach für Zeitmanagement, geschieden, zwei Kinder) der Frage nachgegangen, welche Unterschiede es in der Art und Weise gibt, wie alleinerziehende Mütter mit ihrer Zeit umgehen. Das Ziel: **Herausfinden, ob es gute Strategien gibt, die den Zeitdruck mindern und mehr Zeit für „sich selbst“ lassen. Um die gute Nachricht direkt vorweg zu nehmen: Es gibt solche Strategien!**

Die Studie basiert auf einem Online-Fragebogen mit 63 Fragen. Teilgenommen haben über 400 alleinerziehende Frauen. Danke an den VAMV, der die Studie im letzten Jahr aktiv unterstützt hat. Ein Teil der Teilnehmerinnen wurde auf die Studie aufmerksam, weil der VAMV für die Teilnahme bei der Studie geworben hat.

Der Fragebogen gliedert sich in sechs Blöcke: Daten zur Person, Berufstätigkeit, Kinder, Zeitverwendung, Zeitzufriedenheit und Lebenssituation / eigene Fähigkeiten. Im Mittelpunkt der Auswertung standen die Fragen aus den Blöcken 5 und 6: **Was machen die Teilnehmerinnen, die eine hohe Zeitzufriedenheit angeben und ihre Lebenssituation eher positiv bewerten, anders als die Anderen?**

Die Fragen in diesen Blöcken sind natürlich nicht zufällig entstanden, sondern greifen auf Thesen oder Modelle von bekannten Autoren zurück: Stephen R. Covey – „Die 7 Wege zu Effektivität“, Lothar Seiwert – „Wenn du es eilig hast, gehe langsam“, Oriah Mountain Dreamer – „Die Einladung“, David Allen – „Wie ich die Dinge geregelt kriege“, Nico Rose – „Lizenz zur Zufriedenheit.“

Im Zentrum steht die These, dass es vier Säulen für mehr Gelassenheit gibt:

- Der Fähigkeit sich selber gut motivieren zu können – auch zu Aufgaben, die man nicht so mag
- Das Wissen darüber, wie die eigenen Tage gut geplant werden können – und sich jeden Tag die Zeit für diese Planung zu nehmen
- Das Wissen darüber, wie die eigenen Batterien wieder aufgeladen werden können und sich auch die Zeit dafür zu nehmen
- Klarheit über die eigenen Lebensziele

Zu jeder dieser 4 Säulen gab es Fragen im Fragebogen – und die Antworten darauf wurden in Bezug gesetzt zu Antworten aus den anderen Frageblöcken. Die 4 Säulen stehen nicht isoliert für sich, sondern beeinflussen sich gegenseitig.

So wird jemand, der regelmäßig seine Akkus auflädt und damit in der Regel ausreichend Energie hat, eher seine Pläne umsetzen oder sich zu Dingen motivieren können. Im Folgenden genannt: „die Erfolgreichen“.

VAMV Bundesverband

Gefühlter Zeitdruck: Stress oder Zeitdruck ist keine absolute Größe, sondern eine ganz persönliche Empfindung. Die „Erfolgreichen“ stimmen der Aussage „Ich fühle mich häufig unter Zeitdruck“ mit 47% deutlich seltener zu als die Übrigen mit 93%, empfinden also im Durchschnitt deutlich weniger Zeitdruck.

Zeitzufriedenheit: Es wurde für viele Bereiche abgefragt, ob die Zeit dafür als ausreichend bewertet wird oder nicht – z.B. für „Kinder“, „Freunde“ oder „Arbeit“. In vielen der abgefragten Bereiche sind die „Erfolgreichen“ zufriedener mit der zur Verfügung Zeit. Besonders eindrucksvoll ist der Unterschied bei der Bewertung, ob die Zeit „für sich“ ausreichend ist: 41% der „Erfolgreichen“ geben an, dass die Zeit „für sich“ ausreichend sei – bei den Übrigen sind es nur 9%.

Zeit für sich: Die deutlich höhere Zufriedenheit mit der Zeit „für sich“ drückt sich auch in Stunden aus: Die „Erfolgreichen“ gönnen sich jeden Tag unter der Woche ungefähr eine Stunde mehr Zeit „für sich“ (2:54 zu 1:58 Stunden). Im Gegenzug verbringen sie täglich ca. 40 Min. weniger Zeit mit ihren Kindern. Spannenderweise bewerten trotzdem 44% der „Erfolgreichen“ die Zeit, die sie mit ihren Kindern verbringen können, als ausreichend – bei den Übrigen sind es nur 21%.

Es wurde auch die finanzielle Situation abgefragt – also das monatlich zur Verfügung stehende gesamt Netto (Einkommen, Kindergeld, Unterhalt, Transferleistungen...). Die Antwort war als Eingruppierung in vorgegebene Einkommensgruppen zu geben. Das Ergebnis: Die „Erfolgreichen“ liegen doppelt so oft in den oberen Einkommensbereichen ab 2.000 € (31% zu 15%). Von den „Erfolgreichen“ bewerten 29% ihre finanzielle Situation als sehr belastend, bei den Übrigen sind es 56%.

Die Zahlen zu Arbeitszeiten und Einkommen belegen folgenden Zusammenhang: Alleinerziehende in den mittleren und unteren Einkommensgruppen arbeiten überproportional viel. Während eine Teilnehmerin mit einem Netto zwischen 2.000 und 2.500 € dafür 36,5 Stunden in der Woche arbeitet, müssen diejenigen in der Einkommensklasse zwischen 1.000 und 1.500 € mit 43,7 Stunden dafür fast genauso viel arbeiten. Weniger qualifizierte Tätigkeiten mit geringeren Löhnen werden durch Mehrarbeit kompensiert, um den Lebensunterhalt bestreiten zu können. Die Teilnehmerinnen der höchsten Einkommensgruppe haben zu 77% ein Studium absolviert – in den übrigen Einkommensgruppen sind es deutlich weniger.

Gut ist, wenn man **Motivationsstrategien** hat. Mehr als jede zweite Teilnehmerin mit einer guten Motivationsstrategie hat Klarheit über ihre Lebensziele – ohne wirksame Motivationsstrategie ist es nur jede Dritte. Zu wissen, wie die eigenen Tage gut geplant werden können – und sich tatsächlich jeden Tag die Zeit für diese Planung zu nehmen – wirkt sich günstig aus: Sie sind häufiger mit der Zeit, die für die verschiedenen Bereiche zur Verfügung steht, zufrieden, fühlen sich nicht ganz so häufig unter Zeitdruck. In Summe wenden sie unter der Woche täglich weniger Zeit für die Bereiche Kinder und Haushalt auf – und etwas mehr Zeit „für sich“.

VAMV Bundesverband

Es gibt das treffende Bild vom Holzfäller, der keine Zeit hat die Axt zu schärfen – weil er ja Bäume fällen muss. Im übertragenen Sinne schärfen die Teilnehmerinnen, die sich Zeit zum Aufladen der eigenen Akkus nehmen, ihre Axt. Sie sorgen dafür, gesund und leistungsfähig zu bleiben.

Die Eigenschaft, gut für sich selber zu sorgen und regelmäßig die eigenen Akkus aufzuladen, hat nach den Zahlen der Studie äußerst positive Auswirkungen:

- gleiches Einkommen mit weniger Arbeitszeit
- die finanzielle Situation wird seltener als sehr belastend empfunden
- gezieltere Weiterbildung.
- mehr Zeit „für sich“ (täglich 90 Minuten)
- mehr Zeitzufriedenheit mit der Zeit, die zur Verfügung steht
- positivere Bewertung der Lebenssituation und eigener Fähigkeiten

Während Planungsmethoden oder Motivationsstrategien erlernbar sind, geht es bei den Lebenszielen eher darum, sich die eigenen bewusst zu machen. Die Studie belegt, dass es Sinn macht und zu sehr positiven Effekten führt. Teilnehmerinnen mit Klarheit über die eigenen Lebensziele verbringen jeden Tag 15 Minuten weniger Zeit mit ihren Kindern und quittieren das mit einer größeren Unzufriedenheit (61% wünschen sich mehr Zeit für ihre Kinder). Sie investieren unter der Woche jeden Tag 25 Minuten weniger Zeit in den Haushalt – und erreichen damit einen leicht höheren „Zufriedenheitsfaktor“ („Die Zeit für Haushalt ist ausreichend“) als die ohne Klarheit in den Lebenszielen (34% zu 27%). Die Lebenssituation und eigene Fähigkeiten werden von ihnen höher bewertet – z.B. mit deutlich geringerem „gefühlter Zeitdruck“ oder einer größeren „Fähigkeit, die eigenen Akkus aufzuladen“.

Fazit: Es gibt sehr vieles, was politisch oder gesellschaftlich verändert werden könnte, um Alleinerziehenden ihre Aufgabe zu erleichtern. Um solche Veränderungen zu bewirken bedarf es starker Kräfte, um dem Anliegen von Alleinerziehenden Gehör zu verschaffen. Dazu zählen Interessenvertretungen / Verbände wie der VAMV. **Neben diesen Veränderungen „im Großen“ gibt es Dinge, die jede Alleinerziehende für sich selber tun kann, um mehr persönliche Zufriedenheit zu erreichen.**

Der Autor Stephen Covey beschreibt in seinem Buch „Die 7 Wege zur Effektivität“ das **Prinzip „pro-aktiv sein“**. Nach seiner Auffassung hat jeder Mensch nur bedingt Einfluss darauf, was ihm im Leben passiert. Aber was jeder Mensch vollständig selber in der Hand hat ist die Art und Weise, auf das, was ihm passiert, zu reagieren. Die hier vorgestellten 4 Säulen sind eine gute Möglichkeit, so für sich selber zu sorgen, dass Sie trotz Ihrer Situation als Alleinerziehende mehr Gelassenheit und weniger Stress erleben. Die Zeit, die Sie möglicherweise aufwenden, um sich mit den 4 Säulen auseinander zu setzen, investieren Sie in den wichtigsten Menschen in Ihrem Leben: **Sie investieren in sich selbst.**

Gesamte Ergebnisdokumentation: www.zeitkuenstler.de/veroeffentlichungen.

Reform des SGB II: VAMV verhinderte geplante Kürzung und fordert weiter Umgangspauschale

Die Kürzung von Sozialgeld im Haushalt aller Alleinerziehenden für jeden einzelnen Tag des Umgangs mit dem getrennt lebenden Elternteil ist Beschluss der Koalition vom Tisch – sofern nicht beide Elternteile SGB II Leistungen beziehen. Laut Plänen der Bundesregierung im Zusammenhang mit dem Neunten Gesetz zur Änderung des Zweiten Buches Sozialgesetzbuch (SGB II) – Rechtsvereinfachung für die Verwaltung und Leistungsbeziehenden, sollte das Sozialgeld regelmäßig zwischen den Eltern aufgeteilt werden, auch dann wenn der umgangsberechtigte Elternteil nicht selbst hilfebedürftig im Sinne des Grundsicherungsrechts und nicht auf das Sozialgeld für das Kind angewiesen ist. Diese Regelung hätte eine deutliche Verschlechterung für sehr viele Kinder alleinerziehender Eltern dargestellt. Für ein Kind im Alter von 6 - 14 Jahren sieht das Sozialrecht 9,- € pro Tag vor. Würde das Sozialgeld für nur zwei Wochenenden bzw. vier Tage im Monat gestrichen, müsste die Alleinerziehende bereits eine Kürzung von 36,- € verkraften.

Anlässlich der Anhörung im Bundestag am 30.05. hatte der VAMV zusammen mit 15 weiteren Verbänden öffentlich die Einführung einer Umgangspauschale für Kinder getrennter Eltern im SGB II gefordert. **Eine alleinerziehende Mutter hatte mit einer Online-Petition über 39.000 Unterschriften gegen die geplanten Kürzungen gesammelt** und diese vor der Anhörung an Kerstin Griese (SPD), Vorsitzende des zuständigen Sozialausschusses, überreicht. In der Anhörung brachten die geladenen Sachverständigen ebenfalls massive Kritik gegenüber der tageweisen Aufteilung des Sozialgeldes vor.

Die Verbände gaben in ihrer Erklärung zu bedenken, **dass eine tageweise Kürzung von Sozialgeld einen finanziellen Anreiz für die Reduzierung von Umgangstagen darstellen würde**. Das unterläuft die von der Familienpolitik angestrebte Förderung partnerschaftlicher Elternschaft. Dem Kindeswohl kann es nicht zuträglich sein, wenn Eltern wegen der damit verbundenen Aufteilung des Sozialgeldes den Umgang (neu) verhandeln (müssen).

Der Bedarf von Kindern kann realistisch nicht tageweise berechnet werden. Zum einen fallen doppelte Kosten zum Beispiel für Kleidung und Ausstattung an und zum anderen werden laufende Kosten wie zum Beispiel Versicherungen, Vereinsbeiträge oder das Handy im Haushalt der Alleinerziehenden auch bei tageweisen Abwesenheiten des Kindes nicht eingespart. Solange das Kind einen Lebensmittelpunkt hat, wird der Elternteil dort primär für die Organisation des kindlichen Alltags und die Bedarfsdeckung verantwortlich sein.

VAMV Bundesverband

Damit haben Alleinerziehende nicht nur die Hauptverantwortung, sondern auch die größeren Ausgaben sowie Anschaffungen zu tätigen, für die der volle Sozialgeldsatz verlässlich zur Verfügung stehen muss. Dies gilt unabhängig davon, ob der andere Elternteil selbst SGB II – Leistungen bezieht oder nicht.

Der andere Elternteil im SGB II braucht aber auch Mittel, um das Kind während des Umgangs versorgen zu können. **Dieser für die Existenzsicherung notwendige Mehrbedarf für Kinder mit Umgang muss vom Gesetzgeber anerkannt werden.** Nur durch eine **Umgangspauschale** kann die Existenz dieser Kinder sichergestellt werden.

Eine Umgangspauschale hätte neben der Deckung des Mehrbedarfes den Vorteil einer tatsächlichen **Entlastung der Verwaltung**. Tageweise Berechnungen des Bedarfes von Monat zu Monat sowie nachträgliche Neuberechnungen im Haushalt der Alleinerziehenden würden entfallen.

Die Bundesagentur für Arbeit bestätigte während der Anhörung im Bundestag, dass die Jobcenter Umgangstage derzeit nicht abfragen. **Eine einheitliche Regelung, die lediglich in ein Gesetz umgewandelt werden müsste, gibt es derzeit also nicht.** Die Rechtsprechung des Bundessozialgerichtes zur sogenannten temporären Bedarfsgemeinschaft gibt laut dem Deutschen Juristinnenbund ebenfalls keine bestimmte Regelung vor. Gelöst werden muss allein das Problem der verfassungsfesten Existenzsicherung von Kindern in Trennungsfamilien

Trotz der Kritik der Verbände hat die Koalition entschieden, es bei der aktuellen Rechtslage zu belassen. Langfristig werde aber ein Änderungsbedarf gesehen, heißt es aus der SPD. **Damit wird eine Unterdeckung des Existenzminimums der betroffenen Kinder in Haushalten von Alleinerziehenden auch zukünftig in Kauf genommen.**

Der Gesetzgeber hat alle Freiheiten, eine gute neue existenzsichernde Lösung für Kinder mit Umgang im Sozialrecht zu verankern. Aus Sicht des VAMV ist er dazu verpflichtet, denn bei Kindern in Armut lässt sich nicht noch weiter sparen. Die nächste Gelegenheit hat er bei der anstehenden Neufassung der sozialrechtlichen Regelbedarfe.

Der VAMV wird weiterhin eine Mangelverwaltung zwischen Eltern auf Kosten der Kinder ablehnen und sich für die Einführung einer Umgangskinderpauschale stark machen.

Die Verbändeerklärung finden Sie unter www.vamv.de/fileadmin/user_upload/bund/dokumente/Pressemitteilungen/Verbaende_Erklaerung_Umgangsmehrbedarf_300516.pdf

VAMV Bundesverband

Für eine Gesellschaft ohne Kinderarmut

Jedes fünfte Kind in Deutschland ist von Armut bedroht. Etwa drei Millionen Jungen und Mädchen leben in Familien, die weniger als 60% des durchschnittlichen Netto-Einkommens zur Verfügung haben. 1,8 Millionen Kinder leben in Haushalten, die Hartz IV beziehen. Von diesen Kindern lebt mehr als die Hälfte bei einem alleinerziehenden Elternteil (zu 95% Frauen). 1,3 Millionen Minderjährige leben ohne Unterstützung, obwohl teilweise Anspruch darauf bestünde. Aktuell nutzen etwa 350.000 Kinder und Jugendliche die Angebote der Tafeln, die weit über die Lebensmittelausgabe hinausgehen. Zudem wachsen fast eine halbe Million Kinder in Deutschland nur knapp über der Armutsgrenze auf (Statistisches Bundesamt).

Mehr als 30 Verbände und Nichtregierungsorganisationen sowie Experten aus Wissenschaft und Kirchen appellieren in einem Aufruf an die Politik, Armut und Ausgrenzung von Kindern und Jugendlichen wirksam zu bekämpfen. In ihrem Aufruf "Wir wollen eine Gesellschaft, der jedes Kind gleich viel wert ist!" fordern die Unterzeichner eine eigenständige und einheitliche Geldleistung für alle Kinder und Jugendlichen, die deren finanzielles Existenzminimum und gesellschaftliche Teilhabe wirklich absichert.

Es sei zu tiefst ungerecht, wenn Eltern mit höheren Einkommen für ihre Kinder mehr Unterstützung erhalten, als Eltern mit mittlerem oder niedrigem Einkommen. Wer auf Grundsicherungsleistungen wie Hartz IV angewiesen sei, erhalte faktisch kein Kindergeld, da es mit den Regelleistungen verrechnet wird. Auch der bürokratische Kindergeldzuschlag erreiche nur wenige bedürftige Familien mit Kindern, argumentieren die Unterzeichner. Eine einheitliche und eigenständige Geldleistung würde zudem viele Kinder und Jugendliche aus dem diskriminierenden und stigmatisierenden Bezug der Grundsicherungsleistungen herausholen.

Der VAMV unterstützt den Aufruf und hat diesen unterzeichnet.

Die VAMV-Bundesvorsitzende Solveig Schuster erklärt hierzu: "Wir unterstützen den Aufruf, weil Bildung und Beruf, Chance und Teilhabe, Gesundheit und Wohlergehen weder von Herkunft, Bildungsstand und Geldbeutel noch von der Lebensform der Eltern eines Kindes abhängen dürfen. Die Kinder von heute werden morgen die Erwachsenen sein, die unsere Gesellschaft tragen. Verantwortungsvoll mit unserer Zukunft umzugehen, heißt, sie stärker in den Blick zu nehmen und allen gleiche Startbedingungen zu ermöglichen. Dazu gehört ein finanzielles Fundament, das keine Unterschiede macht. Wer schon hinter den Startblöcken platziert ins Rennen geht, läuft von Beginn an hinterher."

VAMV Bundesverband

Eine digitale Pressemappe und mehr Informationen zum Thema Kinderarmut ist zu finden unter: www.diakonie.de/aufruf-fuer-eine-gesellschaft-ohne-kinderarmut-17095.html

Die Unterzeichner setzen sich weiterhin dafür ein, dass einkommensarme Familien zusätzlich zu den Wohnungskosten alle Kosten erstattet bekommen, die mit dem Schulbesuch ihrer Kinder zusammenhängen, zum Beispiel Nachhilfeunterricht und Mittagessen. Des Weiteren, so fordern die Unterzeichner, sei die soziale und familienbezogene Infrastruktur auszubauen. Hierzu gehören unter anderem Ganztagsbetreuungsplätze, Familienberatung, Krisenhilfen, aber auch Lernorte und Sportplätze.



Kontaktadresse Bundesverband

Verband alleinerziehender Mütter und Väter, Bundesverband e.V.

Hasenheide 70

10967 Berlin

Tel.: 030 – 69 59 78 6

Fax: 030 – 69 59 78 77

kontakt@vamv.de

www.vamv.de

www.die-alleinerziehenden.de

www.facebook.com/VAMV.Bundesverband

Mitgliedserklärung

VAMV – Verband alleinerziehender Mütter und Väter Ortsverband Münster und Umgebung e.V. Achtermannstr.19, 48143 Münster

Hiermit erkläre ich meine Mitgliedschaft im Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V., Ortsverband Münster und Umgebung. Ich versichere, dass ich die Ziele und Zwecke des VAMV anerkenne und unterstütze. Vom Inhalt der Satzung habe ich Kenntnis genommen. Zur Mitgliedserfassung werden meine Daten an den Landesverband NRW weitergegeben.

- Ich zahle den monatlichen Mindestbeitrag von 3,- € (absetzbar).
- Ich zahle einen monatlichen Beitrag von _____ € (absetzbar).
- Ich möchte mich im VAMV engagieren. Hierzu erbitte ich Informationen.

| | |
|------------------|-------------------------|
| Name | Vorname |
| Straße | PLZ / Ort |
| Telefon | Mail |
| Beruf | Geburtsdatum |
| Namen der Kinder | Geburtsdatum der Kinder |
| | |
| | |
| | |

Datum, Unterschrift

SEPA-Lastschrift

Ich ermächtige den VAMV Münster widerruflich, meine Mitgliedsbeiträge halbjährlich (15. März und 15. September) von meinem Konto einzuziehen.

IBAN _____ BIC _____

Kreditinstitut _____

Falls mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens meines kontoführenden Kreditinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Dem VAMV Münster entstehende Rückbuchungsgebühren müssen von mir erstattet werden.

Datum, Unterschrift

Mitglied im VAMV - eine gute Sache!

Was haben Sie von einer Mitgliedschaft im VAMV?

- Sie werden regelmäßig informiert: vier Mal im Jahr bekommen Sie das aktuelle Info per Post.
- Bei den Veranstaltungen des VAMV Münster erhalten Sie Rabatt.
- Sie tragen dazu bei, die Belange von Alleinerziehenden stärker in die Öffentlichkeit zu tragen.
- Die aktuellen Broschüren des VAMV Bundes- und Landesverbandes sowie viele weitere Informationen und Materialien bekommen Sie auf Anfrage kostenfrei per Mail / Post zugeschickt.
- Vor allem unterstützen Sie unsere Arbeit, die politisch und sozial allen Alleinerziehenden und ihren Kindern zu Gute kommt.

Weitere Informationen bekommen Sie direkt beim Verband alleinerziehender Mütter und Väter Ortsverband Münster und auf der Website www.vamv-münster.de.

Einfach die Mitgliedserklärung auf der anderen Seite ausfüllen, im VAMV-Büro abgeben oder zuschicken.



**Sie können eine
Mitgliedschaft
verschenken,
wir stellen gerne
einen Gutschein aus!**

Termine VAMV Münster

Juli 2016

17. - 27. 07. Urlaub in Cuxhafen

August 2016

13. - 14. 08. Zelten im Garten 16:00 – 12:00

27. 08. Internationales Frühstück 10:00

27. / 28. 08. Qi Gong 11:00 / 15:00

September 2016

17. 09. Treffpunkt Prütt Cafe 20:00

24. 09. Internationales Frühstück 10:00

Schöne Sommerferien wünscht der VAMV Münster!

IMPRESSUM

V.i.S.d.P.: Sigrid Femi, Martina Nötzold
Druck: Copyshop am Kesselbrink, Bielefeld
Auflage: alle 3 Monate 900 Stück.



Stiftungen

Mit freundlicher Unterstützung von **Stiftung Siverdes**