



SHIA e.V.
SelbstHilfeInitiative
Alleinerziehender

Lobby, Beratung und
Unterstützung
für Einelternfamilien

Rudolf-Schwarz-Str. 31
10407 Berlin
Tel.: 030 425 11 86
kontakt@shia-berlin.de

Liebe Leser*innen,

wir begrüßen euch zum neuen Newsletter. Viel Spaß beim Lesen wünscht SHIA.

UNSERE VERANSTALTUNGEN IM APRIL UND MAI



Einzelveranstaltungen

- **Workshop Kreatives Schreiben** am 13. Mai 2023, 10 - 15 Uhr

Fortlaufende Angebote

- **Sonntagsfrühstück für Alleinerziehende** am 2. April und 7. Mai 2023, 10 - 13 Uhr
- **Entspannung & Achtsamkeit in der Berliner Stadtnatur finden – eine kleine Auszeit vom Alltag** am 3. April 2023, 15 – 17 Uhr, im Volkspark Friedrichshain und am 12. Mai 2023, 15.30 - 17.30 Uhr, im Volkspark Prenzlauer Berg
- **Telefonische Beratungen zum Familienrecht** (Umgangsrecht, Sorgerecht, Unterhalt, Trennung und Scheidung) durch unsere Rechtsanwältinnen am 12., 17. und 26. April und am 3., 15. und 24. Mai 2023
- **Den Anfang allein meistern - Infoabend für Single-Schwangere** am 19. April 2023, 17 - 19 Uhr
- **Vernetzungstreffen für (angehende) Solomütter nach Samenspende** am 23. April 2023, 15 - 17 Uhr

Änderungen vorbehalten.

Unser gesamtes Veranstaltungsprogramm auf einen Blick: shia-berlin.de



WAS UNS BETRIFFT...

Abschied von SHIA



Nach zwei Jahrzehnten als Geschäftsführerin verabschiede ich mich zu Mitte April von SHIA. Seit der Gründung 1990 bin ich mit SHIA eng verbunden, erst ehrenamtlich im Vorstand und dann als Hauptamtliche. Hier bot sich mir die Möglichkeit, an den Bedürfnissen der Einelternfamilien orientierte Angebote und Lobbyarbeit zu verknüpfen. Eine sehr spannende, vielseitige, bunte, intensive und wertvolle Zeit liegt hinter mir. Ich konnte in diesen Jahren viel lernen: über die Leitung einer Einrichtung, wie Alleinerziehende ihren oft mit vielen Herausforderungen verbundenen Alltag meistern, über Familien- und Sozialpolitik.

Es war mir stets eine große Freude, mit unseren Angeboten Familien ein kleines Stück begleiten zu dürfen, zu erleben, wie sie ihren eigenen Weg gehen. Ein Träger wie SHIA lebt von den Menschen, die sich tagtäglich engagieren. Mein großer Dank gilt allen Kolleg:innen, Kooperationspartner:innen und Unterstützer:innen. Ich wünsche Euch und Ihnen alles Gute und vielleicht auf ein Wiedersehen in dieser Stadt.

Mit besten Grüßen
Dr. Martina Krause



Das Team der Hauptamtlichen von SHIA und der Vorstand danken Dr. Martina Krause für ihren jahrzehntelangen Einsatz für die Belange Alleinerziehender und verabschieden sich mit besten Wünschen für die Zukunft.

NÜTZLICHES UND TIPPS

Temporäre Familienhilfe

Familien, die ihre Kinder coronabedingt zuhause betreuen, in dieser Zeit ihrer Erwerbstätigkeit nicht nachgehen können und gleichzeitig keinen Anspruch auf Kinderkrankengeld haben, erhalten auch in diesem Jahr eine finanzielle Unterstützung. Weitere Informationen und das Antragsformular sind zu finden unter <https://www.berlin.de/sen/bjf/corona/jugend-und-familie/#familienhilfe>.



Antrag für Unterhaltsvorschuss online ausfüllbar

Ab dem 7. Februar 2023 können Anträge auf Unterhaltsvorschuss online gestellt werden. Alleinerziehende Mütter und Väter werden beim Ausfüllen durch ein benutzerfreundliches Online-Formular geleitet. Alle erforderlichen Dokumente und Nachweise können dem Antrag als PDF beigefügt werden. Wichtig: Eine ausschließliche Online-Einreichung des Antrags ist möglich, wenn ein Ausweis oder Aufenthaltstitel mit freigeschalteter Online-Funktion in Kombination mit einem externen Kartenlesegerät oder einer entsprechenden App genutzt wird. Andernfalls muss das Dokument zusätzlich ausgedruckt und per Post an das jeweilige Jugendamt gesendet werden. Unter [Unterhaltsvorschuss beantragen - Dienstleistungen - Service Berlin - Berlin.de](#) können Anträge direkt ausgefüllt und eingereicht werden.

Unterhaltsvorschuss und Kindergeld: Petition für Gleichstellung von Kindern im Unterhaltsvorschuss



Minderjährige haben gegenüber demjenigen Elternteil, mit dem sie nicht in einem Haushalt leben, einen Anspruch auf Barunterhalt. Etwa die Hälfte der unterhaltspflichtigen Elternteile zahlen keinen Kindesunterhalt. Der andere Elternteil kann beim zuständigen Jugendamt einen Antrag auf Unterhaltsvorschuss stellen. Dieser variiert nach dem Alter des Kindes und richtet sich nach dem steuerfrei zu stellenden sächlichen Existenzminimum des Kindes, das regelmäßig neu festgelegt wird. Von diesem Betrag wird das Kindergeld, derzeit 250 Euro, in voller Höhe abgezogen.

Das bedeutet, dass Alleinerziehende im Unterhaltsvorschuss zwar Kindergeld beziehen können, jedoch der ausgezahlte Betrag für den Unterhaltsvorschuss grundsätzlich vorab um dessen Höhe reduziert wird. Kindergeld und Kindergelderhöhungen kommen also bei Kindern im Unterhaltsvorschuss nicht an. Delia Keller vom Verein Fair für Kinder fordert in einer Petition, diese Sparmaßnahme aus dem Jahr 2008 rückgängig zu machen. Wer möchte, kann hier unterzeichnen: [Kindergeld für alle Kinder! Keine Abzüge für Kinder Alleinerziehender! | innn.it](#)

NÜTZLICHES UND TIPPS

Freier Eintritt in Berliner Hallenbäder



Bis zum 31. Dezember 2023 haben Inhaber:innen eines Berechtigungsnachweises, des berlinpass-BuT oder bei Vorlage eines aktuell gültigen Leistungsbescheides freien Eintritt in alle teilnehmenden Hallenbäder der Berliner Bäder-Betriebe. Das Angebot gilt immer von Montag bis Freitag von 10 bis 15 Uhr und am Samstag sogar ganztägig, jedoch nicht bei Schul-, Vereins- oder Kursbetrieb.

Um das Schwimmbad kostenlos nutzen zu können, müssen Schwimmer:innen den Berechtigungsnachweis, den Leistungsbescheid in Kopie oder den berlinpass sowie einen Personalausweis oder Schülerausweis an der Kasse vorzeigen und erhalten dann ein 0-Euro-Ticket. Die kostenlosen Tickets können nicht online gebucht werden. Der kostenfreie Zugang gilt für Badeintritte zum Schwimmen, Kurse sind vom Angebot ausgenommen. Ein Überblick über die teilnehmenden Hallenbäder findet sich hier:

[Freier Schwimmbadeintritt für Menschen mit geringem Einkommen – Berlin.de](https://www.berlin.de/berlinpass/buT)

Müttertelefon: Reden tut gut!

Das Müttertelefon ist ein niedrigschwelliges Gesprächs-Angebot für Frauen, insbesondere für Mütter, ob alleinerziehend, in Trennung lebend oder im Alltag stark eingespannt: bundesweit, anonym und kostenfrei, täglich von 20 bis 22 Uhr unter 0800-333 2 111. Träger ist der gemeinnützige Verein Müttertelefon e.V. Das sind das sind ehrenamtliche Frauen, die sich durch professionelle Schulungen und Fortbildungen qualifiziert haben. Als „Erstanlaufstelle“ hören sie den Anruferinnen zu, machen ihnen Mut und suchen gemeinsam nach Wegen und neuen Perspektiven. Sie leisten keine rechtliche oder therapeutische Beratung. Bei Bedarf geben sie Hinweise zu weiterführenden (lokalen) Beratungsstellen. Die Beratung ist politisch, ethisch und konfessionell neutral. Weitere Infos unter www.muettertelefon.de.

Gemeinsame Ausflüge für Einelternfamilien

Ich bin Elif, 37 Jahre alt und lebe mit meiner 6-jährigen Tochter in Berlin-Kreuzberg. Ich bin auf der Suche nach Ein-Eltern-Familien in Berlin, die Lust haben, regelmäßig gemeinsam Ausflüge am Wochenende und in den Ferien zu organisieren und/oder an diesen teilzunehmen. Wer Lust hat, kann mir gerne eine E-Mail an elif@posteo.de schicken.



NÜTZLICHES UND TIPPS

Selbstfürsorge für gestresste Eltern:

Ein Video-Seminar für mehr Gelassenheit im Familienalltag

Ein kostenpflichtiges Angebot von ElternLeben.de – Online-Plattform für Eltern

Aus dem Angebots-Begleittext:

"Stress ist oft dein Begleiter im Alltag und du hast das Gefühl, nicht ausreichend in deinem inneren Gleichgewicht zu sein? Du hast Angst davor, andauernder Stress könnte deinen Körper und Seele krank machen? Bisher konntest du keine greifbaren Möglichkeiten finden, um an deinen „Alltags-Schrauben“ etwas zu drehen? Strategien, die dir und deiner Familie helfen, sich dauerhaft von negativem Stress zu lösen, ließen sich nur schwer umsetzen? Das Selbstfürsorge-Video-Seminar hilft dir, achtsamer mit dir selbst zu werden. Du wirst eingeladen Übungen, zusammen mit der Seminarleiterin Nadine, durchzuführen. Mit wertvollen Tipps und umsetzbaren Strategien gelingt es dir **INS TUN ZU KOMMEN!** Das Video-Seminar haben wir zusammen mit unserer Expertin Dr. Nadine Büttner entwickelt. Das Video-Seminar kostet 34,90 € (ca. 2 Std. Video-Vortrag – inkl. Podcast-Version)."

Weitere Infos unter [ElternLeben.de: Video-Seminar Selbstfürsorge für gestresste Eltern](https://www.elternleben.de/video-seminar-selbstfuehrsorge-fuer-gestresste-eltern).



Forschungsprojekt Umgangsrecht und Gewaltschutz

Hallo zusammen,
für mein Forschungsprojekt bin ich auf der Suche nach Menschen, die Gewalt seitens eines intimen Partners erlebt haben und in umgangsrechtliche Verfahren involviert waren. Das Projekt findet im Rahmen eines Research Trainings am Institut für Sozial- und Politikwissenschaften an der Humboldt-Universität in Berlin statt. Um die Lebenswelt der betroffenen Menschen kennenzulernen, führe ich narrative Interviews mit ihnen. Außerdem analysiere ich die jeweiligen Gerichtsbeschlüsse, um herauszufinden, welche Bilder das Recht von Familie, Kindheit und Gewalt konstruiert. Falls Ihr Interesse habt, meldet Euch gerne bei mir. Hier meine Kontaktdaten: E-Mail: franziskabohnert87@gmail.com, oder telefonisch unter: 017620262313.

Franziska Bohnert

