



SHIA e.V.
SelbstHilfeInitiative
Alleinerziehender

Lobby, Beratung und
Unterstützung
für Einelternfamilien

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

Liebe Leserinnen und Leser,

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

Ausgewählte Termine im April / Mai 2022

Mittwoch,
6. April 2022
4. Mai 2022
16 – 18 Uhr

Telefonberatung zum Familienrecht

RA Winnie Eckl berät
zum Umgangsrecht,
Sorgerecht, zum
Unterhalt sowie zu
Trennung & Scheidung

Terminvergabe nach
vorheriger Anmeldung

Samstag
2. April 2022
7. Mai 2022
ab 20 Uhr

Stammtisch für Alleinerziehende im Prenzlauer Berg

Ort: Café-Restaurant
„Datscha“, Stargarder
Straße 24, 10437
Berlin bzw. ggf. digital

Anmeldung: nicht
erforderlich (bitte keine
Kinder über 1 Jahr
mitbringen)

Montag,
11. April 2022
9. Mai 2022
17.30 – 20 Uhr

Telefonberatung zum Familienrecht

RA Susanne Ott berät
zum Umgangsrecht,
Sorgerecht, zum
Unterhalt sowie zu
Trennung & Scheidung

Terminvergabe nach
vorheriger Anmeldung

Mittwoch,
20. April 2022
18. Mai 2022
16 – 18.40 Uhr

Telefonberatung zum Familienrecht

RA Astrid Adam berät
zum Umgangsrecht,
Sorgerecht, zum
Unterhalt sowie zu
Trennung & Scheidung
und zum Mietrecht.

Terminvergabe nach
vorheriger Anmeldung

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

Die Hygieneregeln für alle Angebote können auf unserer Webseite eingesehen werden.
Unsere Präsenzveranstaltungen finden derzeit unter der 3G-Regelung statt
(Test nur aus Testzentrum). Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

Was uns betrifft...

Neue Instagram-Seite des Netzwerks für Alleinerziehende Pankow



Das **Netzwerk für Alleinerziehende Pankow** hat nun einen eigenen Instagram-Kanal. Folgen könnt Ihr uns bei **[alleinerziehend_in_pankow](https://www.instagram.com/alleinerziehend_in_pankow)**. Der Kanal richtet sich an Einelternfamilien in Berlin & Pankow, ist aber auch mit vielen bundesweit aktiven Einrichtungen und Einzelpersonen, die sich für das Thema engagieren, vernetzt. Wir teilen hier Veranstaltungshinweise, stellen unsere Website vor und informieren über Angebote von Netzwerkpartner*innen, die für Euch von Interesse sein könnten.

Internationaler Tag der Familie

„Familie ist alles – und noch mehr“ lautet das Motto des diesjährigen Internationalen Tages der Familie. Die Vereinten Nationen riefen diesen Tag 1993 ins Leben, um die Bedeutung von Familien zu würdigen. Er findet seither jedes Jahr am 15. Mai unter einem anderen Motto statt. Das diesjährige Motto verweist auf die Vielfalt von Familienformen. „Familie ist da, wo Menschen verschiedener Generationen füreinander Verantwortung übernehmen“ – egal, ob es sich um Paarfamilien, Einelternfamilien, Regenbogenfamilien, Patchwork- oder Pflegefamilien handelt.

SHIA engagiert sich seit 1990 auf politischer Ebene für Einelternfamilien und ermöglicht durch viele Angebote Information, Austausch, Vernetzung & tolle Erlebnisse für Alleinerziehende und ihre Kinder. Kürzlich sagte ein Vater: „Das tut mir so gut zu wissen, dass ich nicht allein bin. Nach jeder Veranstaltung fühle ich mich besser“. Solche Rückmeldungen, ob mündlich, per Mail oder in Form einer Spende für die Arbeit vor Ort, machen uns stolz und geben uns Kraft für unsere Arbeit.



Neue Angebote

Sonntagsfrühstück für Alleinerziehende und ihre Kinder



Wir laden Euch und Eure Kinder herzlich zu unserem Sonntagsfrühstück ein! Bei einem gemütlichen Frühstück könnt Ihr andere Alleinerziehende kennenlernen, mehr über die Angebote von SHIA erfahren oder einfach nur entspannen.

*Eine Kinderbetreuung ist an diesem Tag nicht vorgesehen.

- Termin:** Sonntag, 3. April 2022, 10 bis 13 Uhr
Leitung: Anne Bachschuster
Kosten: 5 € pro Erwachsene, 2 € pro Kind ab 1 Jahr (bitte passend mitbringen)
Anmeldung: bis 31. März 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Online-Infoveranstaltung „Endlich Urlaub, doch wie und wohin?“

Auf den Urlaub freuen sich Eltern und Kinder oft schon das ganze Jahr. Alleinerziehende verbinden damit spezielle Fragen. Gibt es Reiseanbieter mit Angeboten für Einelternfamilien? Kann ich einen Zuschuss für den Urlaub bekommen? Möchte ich nur mit meinem Kind, zusammen mit einer anderen Familie oder in einer Gruppe verreisen? Soll es eine Pauschalreise oder eine selbst organisierte sein.

Wir informieren über verschiedene Optionen. Auch Berichte von Alleinerziehenden und der Austausch untereinander sind Bestandteil der Veranstaltung.

Das Treffen organisieren wir über Zoom. Nach Anmeldung und Zahlungseingang erhaltet Ihr per E-Mail den Veranstaltungslink.



- Termin:** Montag, 4. April 2022, 17 bis 19 Uhr
Leitung: Dr. Martina Krause
Kosten: 5 € (SHIA-Mitglied 3 €)
bitte bis 31. März 2022 überweisen auf folgende Bankverbindung von SHIA e.V.:
IBAN DE48100205000003319700; BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft)
Verwendungszweck: Infoveranstaltung Urlaub
Anmeldung: bis 31. März 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Online-Workshop: „Die eigenen Kompetenzen bewusst für die Bewerbung nutzen“



Nach einer familiären Pause fällt der (Wieder-)Einstieg ins Arbeitsleben oft schwer. Der Arbeitsmarkt hat sich in der Zwischenzeit ebenso verändert wie Eure familiären Umstände. Gerade für Alleinerziehende ist es herausfordernd, familiäre und berufliche Anforderungen „unter einen Hut zu bekommen“. Gleichzeitig sind sie oft sehr gut organisiert und besonders motiviert, wieder am Arbeitsleben teilzunehmen.

Der Workshop dient dazu, Euch die eigene Lebenssituation, die persönlichen Stärken und Ressourcen für die Bewerbung um eine neue Ausbildung oder Arbeit bewusst zu machen. Ihr arbeitet unter Anleitung die individuell passenden nächsten Schritte für Eure berufliche Zukunft heraus und erstellt einen persönlichen Fahrplan für Euren (Wieder-)Einstieg ins Berufsleben.

Das digitale Treffen organisieren wir über Zoom. Nach Anmeldung und Zahlungseingang erhaltet Ihr per E-Mail den Link zur Online-Veranstaltung.

- Termin:** Dienstag, 5. April 2022, 9 bis 12 Uhr
Leitung: Inanna Berger (Goldnetz e.V.) & Anja Klamann
Kosten: 15 € (ermäßigt 10 €), SHIA-Mitglied 10 € (ermäßigt 5 €)
bitte bis 31. März 2022 überweisen auf folgende Bankverbindung von SHIA e.V.:
IBAN DE48100205000003319700
BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft)
Verwendungszweck: Infoveranstaltung Bewerbung
Anmeldung: bis 29. März 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

„Familienalltag bewusst gestalten – Impulse & Austausch“ eine Veranstaltungsreihe für Alleinerziehende mit (zukünftigen) Kita-Kindern



Wir geben Impulse zu ausgewählten Erziehungsfragen, wie z.B. zur Sprachförderung (16.3.), Umgang mit Trennung (6.4.), zu den Themen Grenzen setzen (25.5.), Kita-Eingewöhnung (22.6.) und Umgang mit Konflikten in der Kita (24.8.2022). Die Teilnehmer*innen können ihre Fragen einbringen und miteinander in den Austausch kommen. Damit möchten wir zu mehr Sicherheit & Gelassenheit bei den täglichen Herausforderungen beitragen. Als Expertin konnten wir Rita Kantaut gewinnen. Sie ist seit über 30 Jahren Erzieherin und nebenberuflich Erziehungsberaterin.

2. Termin: Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen, mit der elterlichen Trennung gut zurecht zu kommen?

- ❖ Anregungen & Erfahrungen von SHIA: Herausforderungen für die Mutter-Vater-Kind-Beziehung, Möglichkeiten der Unterstützung Alleinerziehender
- ❖ Anregungen & Erfahrungen aus Perspektive der Kita: Signale des Kindes, Möglichkeiten der Unterstützung des Kindes



Die Veranstaltung wird über zoom organisiert. Die Zugangsdaten versenden wir am 6. April per E-Mail.

- Termin:** Mittwoch, 6. April 2022, 16:30 bis 18:30 Uhr
Leitung: Melanie Postleb
Kosten: 5 € (SHIA-Mitglied 3 €)
bitte bis 31. März 2022 überweisen auf folgende Bankverbindung von SHIA e.V.:
IBAN DE48100205000003319700
BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft)
Verwendungszweck: Familienalltag
Anmeldung: bis 31. März 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de
-

Vernetzungstreffen für (angehende) Solomütter nach Samenspende – in Präsenz

Die Zahl der Solomütter oder Single Moms by Choice wächst. Sie müssen sich mit vielen Fragen beschäftigen, die über das Thema „Allein-Erziehen“ hinausgehen.

Solomütter und angehende Solomütter treffen sich monatlich mit oder ohne Kind in den Räumen von SHIA.

Die Vernetzungsrunde wird durch die Sozialarbeiterin und Kinderwunschberaterin Katharina Horn angeleitet.

*Eine Kinderbetreuung ist diesmal nicht vorgesehen.



- Termin:** Sonntag, 24. April 2022, 15 bis 17 Uhr
Leitung: Katharina Horn (Klinische Sozialarbeiterin M.A., zertifizierte Kinderwunschberaterin BKiD)
Kosten: 5 € (SHIA Mitglied 3 €) bitte passend mitbringen!
Anmeldung: bis 21. April 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

„Stress lass nach – Reise zu einem entspannteren Alltag in 5 Etappen“ ein Stressmanagement-Kurs für Alleinerziehende (online)



Der Kurs unterstützt Euch dabei, persönliche Stressbelastungen zu erkennen, Bewältigungskompetenzen zu stärken und langfristig negative Stressfolgen zu vermeiden. Durch die Verbindung von theoretischem Input, praktischen Übungen und Austausch untereinander werden in fünf aufeinander aufbauenden Terminen Gedanken, Gefühle und Körperwahrnehmungen angesprochen. So können eigene Muster reflektiert und Veränderungen angestoßen werden.

Der Kurs wird über zoom organisiert.

Die Zugangsdaten werden am jeweiligen Termin per E-Mail zugesandt.

- Termine:** 25.4. (Mo), 11.5. (Mi), 23.5. (Mo), 8.6. (Mi), 20.6. (Mo), jeweils 16:30 bis 18:30 Uhr
Leitung: Melanie Postleb (Systemische Beraterin/DGSF, Stressmanagementtrainerin)
Kosten: 44 € (ermäßigt 36 €), SHIA-Mitglied 34 € (ermäßigt 26 €), inkl. Handout
bitte bis 11. April 2022 überweisen auf folgende Bankverbindung von SHIA e.V.:
IBAN DE48100205000003319700 (Bank für Sozialwirtschaft)
Verwendungszweck: Kurs Stressmanagement
Anmeldung: bis 11. April 2022 (schriftlich auf www.shia-berlin.de/ Formulare/ Anmeldungen)

Elternkurs „Starke Eltern – starke Kinder“ – Mehr Freude & weniger Stress mit den Kindern

Der vom Deutschen Kinderschutzbund konzipierte Kurs hilft bei der Gestaltung des Familienalltags. Im täglichen Zusammenleben mit den Kindern können Probleme und Konflikte auftreten. Was heißt es dann, gute Eltern zu sein? Welche Werte und Ziele verbinde ich mit Erziehung? Wie können wir familiäre Konflikte besser lösen? Wir greifen Beispiele aus dem Alltag auf und erarbeiten gemeinsam Lösungen. An 10 Terminen könnt Ihr Neues erlernen, Erfahrungen austauschen, das Gelernte im Alltag ausprobieren und natürlich auch Spaß miteinander haben. Zu den Terminen betreuen wir Eure Kinder.



- Zielgruppe:** alleinerziehende Mütter und Väter mit Kindern von ca. 3 bis 12 Jahren
Termine: ab 26. April 2022 (10 Termine, nicht in den Schulferien), jeweils dienstags 16.30 - 18.30 Uhr
Leiterin: Dr. Martina Krause (zertifizierte Elternkursleiterin)
Kosten: (inklusive Seminarmaterial und Kinderbetreuung)
65 € (ermäßigt 50 €), SHIA-Mitglied 52 € (ermäßigt 37 €)
bitte bis 6. April 2022 auf das Konto von SHIA e.V. überweisen:
IBAN DE48100205000003319700, BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft),
Verwendungszweck: Kurs „Starke Eltern – starke Kinder“
Anmeldung: schriftlich bis 6. April 2022 auf shia-berlin.de / Formulare / Anmeldungen
(bitte Anzahl und Alter der mitgebrachten Kinder angeben)

Der Kurs wird finanziell gefördert über FUA-Mittel des Jugendamtes Pankow.

„Den Anfang allein meistern“ – Online-Infoabend für Single-Schwangere



Single-Schwangere stehen vor besonderen Herausforderungen. Wie erlebe ich die Schwangerschaft? Wie bereite ich mich auf das gemeinsame Leben mit dem Kind vor? Was sollte ich in Bezug auf Sorgerecht & Umgangsrecht wissen? Wir stellen SHIA vor, geben erste rechtliche Informationen, informieren über den „Fahrplan“ rund um die Geburt und Möglichkeiten der frühen Hilfen. Wir organisieren die Veranstaltung über zoom. Nach Anmeldung und Zahlungseingang erhaltet Ihr vorab den Link mit den Zugangsdaten per Mail.

Termin: Mittwoch, 27. April 2022, 17 bis 19 Uhr

Leitung: Dr. Martina Krause & Jessica Albrecht

Kosten: 7 € (SHIA-Mitglied 5 €)

bis 7. Februar 2022 auf das Konto von SHIA e.V. überweisen:

IBAN DE48100205000003319700; BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft)

Verwendungszweck: Infoveranstaltung „Den Anfang allein meistern“

Anmeldung: bis 25. April 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Online-Beratung „Medien im Familienalltag“



Digitale Medien werden im Familienalltag immer wichtiger: Sie helfen bei Alltagsorganisation & Freizeitgestaltung, bieten Potenziale für Schule & Bildung. Zugleich stellen sich gerade für Familien Fragen nach dem maßvollen & sicheren Umgang damit: Welche Risiken bestehen durch die Mediennutzung? Welche Inhalte sorgen für Konflikte? Wie lassen sie sich lösen?

Wir geben Hinweise zu einem gesunden Medienumgang, technischen Unterstützungssystemen, möglichen Weiterbildungen und der eigenen Vorbildrolle als Eltern.

In individuellen, etwa 30-minütigen Beratungen gibt es Unterstützung durch die Eltern-Medien-Beraterin Kerstin Butenhoff. (Alle Gespräche sind vertraulich und finden in einem geschützten Rahmen statt.)

Zielgruppe: alleinerziehende Mütter & Väter mit Kindern von ca. 5 bis 15 Jahren

Termin: Donnerstag, 28. April 2022, 17.30 bis 19 Uhr (jeweils 30 Minuten)
(weitere Termine zum Vormerken: 12. Mai; 16. Juni; 4. Juli; 25. August;
15. September, 13. Oktober, 10. November 2022)

Beraterin: Kerstin Butenhoff (zertifizierte Eltern-Medien-Beraterin)

Anmeldung: bis 21. April 2022 unter kontakt@shia-berlin.de
(mit Wunschangabe ob 17.30 Uhr, 18 Uhr oder 18.30 Uhr,
die wir versuchen zu berücksichtigen)

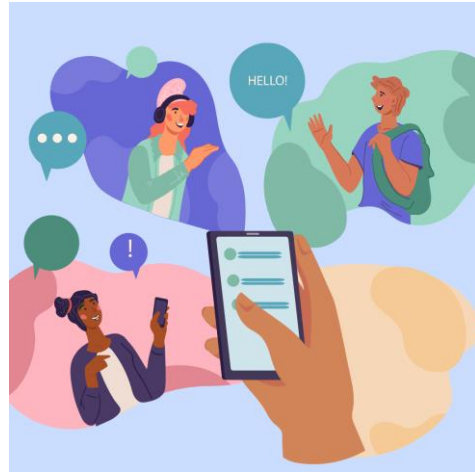
Kosten: keine

Die Beratungen werden finanziell gefördert über FUA-Mittel des Jugendamtes Pankow.

Online-Workshop „Soziale Netzwerke clever für Beruf und Familienleben nutzen“

Im Rahmen der Aktionswoche des Netzwerks für Alleinerziehende Pankow zu Beruflicher Weiterbildung und Neuorientierung geben Kerstin Butenhoff (zertifizierte Eltern-Medien-Beraterin) und Lisa Braun (Kordinatorin Netzwerk Alleinerziehende Pankow) gemeinsam einen Workshop zu Tools digitaler Vernetzung im beruflichen und privaten Kontext.

Der Schwerpunkt liegt auf Online-Netzwerken wie *LinkedIn* und *Xing* und wie diese im Bewerbungsprozess sowohl als Online-Portfolio als auch zum Vernetzen mit Arbeitgeber*innen genutzt werden können. Im privaten Bereich schauen wir uns Plattformen wie Nebenan.de oder die Mello-App an.



Termin: 3. Mai 2022, 13 bis 16 Uhr

Anmeldung: bis 25. April 2022 unter lisa.braun@shia-berlin.de

Kosten: keine

Online-Infoveranstaltung „Existenzsicherung für Alleinerziehende“ im Rahmen der Aktionswoche des Netzwerkes für Alleinerziehende Pankow



Wie finanziere ich meine Kinder und mich, wenn ich mich vom Partner trenne? Worauf habe ich Anspruch und welche staatlichen Hilfen gibt es für Alleinerziehende? Welche Sozialleistungen gibt es und welche kann ich beanspruchen? Sozialarbeiterin Jessica Albrecht stellt finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten für Alleinerziehende vor. Zudem gibt es die Gelegenheit für Euch, individuelle Fragen zu stellen.

Die Veranstaltung organisieren wir über Zoom. Nach Anmeldung erhaltet Ihr per Mail den Einwahllink.

Termin: Mittwoch, 4. Mai 2022, 12 bis 14 Uhr

Referent: Jessica Albrecht (Sozialarbeiterin)

Anmeldung: bis 2. Mai 2022 unter kontakt@shia-berlin.de

Kosten: keine

Schatzsuche im Volkspark Friedrichshain (für Kinder ab 7 Jahre und Eltern)

Die Nacht ist hereingebrochen. Still liegt der Park in Finsternis. Und im Park liegt ein Schatz verborgen. Wer findet ihn? Es wird ein langer & spannender Weg. Aber gemeinsam, Groß und Klein, werden wir es schaffen. Habt Ihr Ausdauer und Köpfchen für unser kleines Abenteuer?

Wir treffen uns am Märchenbrunnen und erhalten eine erste Aufgabe, die uns zur nächsten Station führt. Weitere Stationen folgen. Schließlich erreichen wir das Ziel und werden mit dem Schatz belohnt.



Termin: Samstag, 7. Mai 2022, 19 - 21.30 Uhr

Treffpunkt: Märchenbrunnen am Volkspark Friedrichshain

Begleitung: Dr. Martina Krause und Lisa Braun

Anmeldung: bis 2. Mai 2022 unter kontakt@shia-berlin.de

(bitte Handynummer und Anzahl und Alter der Kinder angeben)

Kosten: 5 € pro Erwachsene, 2 € pro Kind (Betrag bitte passend mitbringen)

Online-Infoveranstaltung „Kinderbetreuung außerhalb von Schule und Hort – Information und Austausch“



Was ist, wenn die Kinder Kita oder Hort besuchen, die Betreuungszeiten aber nicht ausreichen? Arbeitszeiten außerhalb des Zeitfensters werktags zwischen 9 Uhr und 17 Uhr sind mittlerweile keine Ausnahme mehr. Arztbesuche oder Behördentermine der Eltern sind oft nur ohne Kind/er möglich. Manchmal wäre ein bisschen Zeit nur für sich allein nötig, um sich danach wieder mit ganzer Kraft der Familie und dem Alltag zu widmen.

Welche Möglichkeiten der Entlastung gibt es? Welche Rolle spielt das persönliche Netzwerk? Kann ergänzende oder flexible Kinderbetreuung die Lücken schließen? Was ist ergänzende Kindertagespflege? Gibt es passende Patenprojekte? Und ist das alles auch gut für Kinder und Eltern?

Der Abend bietet Informationen und Austausch rund um die Themen **Vereinbarkeit** und **Selbstfürsorge**.

- Termin:** Montag, 9. Mai 2022, 17 bis 19 Uhr
Leitung: Anja Klamann
Kosten: keine
Anmeldung: bis 2. Mai 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Online-Workshop: „Selbstbewusst ins Vorstellungsgespräch“

Die Präsentation der eigenen Fähigkeiten und Erfahrungen ist fester Bestandteil in jedem Vorstellungsgespräch. Doch die selbstbewusste Eigendarstellung fällt angesichts der besonderen Lebensumstände von Alleinerziehenden mitunter nicht leicht. Deshalb ist es wichtig, das eigene Potential wertzuschätzen und mit treffenden Argumenten den eigenen Lebensweg und die eigenen Fähigkeiten überzeugend darzustellen.

In diesem Workshop erfahren die Teilnehmerinnen, worauf es im Bewerbungsgespräch wirklich ankommt. Sie üben, sich souverän zu präsentieren und mit Unsicherheit und Lampenfieber professionell umzugehen. Der Austausch in der Gruppe hilft ihnen, eine ansprechende und überzeugende Präsentation von sich zu entwickeln. Am Ende kann jede sich innerhalb von 30 Sekunden so präsentieren, dass das nächste Bewerbungsgespräch zum Erfolg wird!



- Termin:** Dienstag, 10. Mai 2022, 9 bis 12 Uhr
Leitung: Inanna Berger (Goldnetz e.V.) & Anja Klamann
Kosten: 15 € (ermäßigt 10 €), SHIA-Mitglied 10 € (ermäßigt 5 €)
bitte bis 5. Mai 2022 überweisen auf folgende Bankverbindung von SHIA e.V.:
IBAN DE48100205000003319700; BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft)
Verwendungszweck: Infoveranstaltung Vorstellungsgespräch
Anmeldung: bis 3. Mai 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de
-

Online-Beratung „Medien im Familienalltag“

Digitale Medien werden im Familienalltag immer wichtiger: Sie helfen bei Alltagsorganisation & Freizeitgestaltung, bieten Potenziale für Schule & Bildung. Zugleich stellen sich gerade für Familien Fragen nach dem maßvollen & sicheren Umgang damit: Welche Risiken bestehen durch die Mediennutzung? Welche Inhalte sorgen für Konflikte? Wie lassen sie sich lösen?

Wir geben Hinweise zu einem gesunden Medienumgang, technischen Unterstützungssystemen, möglichen Weiterbildungen und der eigenen Vorbildrolle als Eltern.



In individuellen, etwa 30-minütigen Beratungen gibt es Unterstützung durch die Eltern-Medien-Beraterin Kerstin Butenhoff. (Alle Gespräche sind vertraulich und finden in einem geschützten Rahmen statt.)

Zielgruppe: alleinerziehende Mütter & Väter mit Kindern von ca. 5 bis 15 Jahren

Termin: Donnerstag, 12. Mai 2022, 17.30 bis 19 Uhr (jeweils 30 Minuten)
(weitere Termine zum Vormerken: 16. Juni; 4. Juli; 25. August; 15. September, 13. Oktober, 10. November 2022)

Beraterin: Kerstin Butenhoff (zertifizierte Eltern-Medien-Beraterin)

Anmeldung: bis 5. Mai 2022 unter kontakt@shia-berlin.de
(mit Wunschangabe ob 17.30 Uhr, 18 Uhr oder 18.30 Uhr, die wir versuchen zu berücksichtigen)

Kosten: keine

Die Beratungen werden finanziell gefördert über FUA-Mittel des Jugendamtes Pankow.

Sonntagsfrühstück für Alleinerziehende und ihre Kinder



Wir laden Euch und Eure Kinder herzlich zu unserem Sonntagsfrühstück ein! Bei einem gemütlichen Frühstück könnt Ihr andere Alleinerziehende kennenlernen, mehr über die Angebote von SHIA erfahren oder einfach nur entspannen.

*Eine Kinderbetreuung ist an diesem Tag nicht vorgesehen.

Termin: Sonntag, 15. Mai 2022, 10 bis 13 Uhr

Leitung: Anne Bachschuster

Kosten: 5 € pro Erwachsene, 2 € pro Kind ab 1 Jahr (bitte passend mitbringen)

Anmeldung: bis 12. Mai 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Online-Infoveranstaltung zum Thema Rente

Was können Alleinerziehende für die Altersvorsorge tun? Kindererziehungszeiten und Teilzeitarbeit wirken sich auf die spätere Rente aus. Der Infoabend bietet einen Überblick rund ums Thema Rente und Altersvorsorge. Zudem gibt es die Gelegenheit, individuelle Fragen zu stellen.

Die Veranstaltung organisieren wir über Zoom. Nach Anmeldung erhaltet Ihr per Mail den Einwahllink.

Termin: Mittwoch, 18. Mai 2022, 16.30 bis 18.30 Uhr

Referent: Jan Graßhoff (Deutsche Rentenversicherung)

Kosten: keine

Anmeldung: bis 12. Mai 2022 unter kontakt@shia-berlin.de

„Familienalltag bewusst gestalten – Impulse & Austausch“ eine Veranstaltungsreihe für Alleinerziehende mit (zukünftigen) Kita-Kindern



Wir geben Impulse zu ausgewählten Erziehungsfragen, wie z.B. zur Sprachförderung (16. März), Umgang mit Trennung (6. April), zu den Themen Grenzen setzen (25. Mai), Kita-Eingewöhnung (22. Juni) und Umgang mit Konflikten in der Kita (24. August.2022).

Die Teilnehmer*innen können ihre Fragen einbringen und miteinander in den Austausch kommen. Damit möchten wir zu mehr Sicherheit & Gelassenheit bei den täglichen Herausforderungen beitragen.

Als Expertin konnten wir Rita Kantaut gewinnen. Sie ist seit über 30 Jahren Erzieherin und nebenberuflich Erziehungsberaterin.

3. Termin: Grenzen setzen – wie & warum?

- ❖ Warum gehören Grenzen zu einer liebevollen Beziehung?
- ❖ Wo liegen meine Grenzen und die Grenzen meines Kindes?
- ❖ Wie kann ich dafür sorgen, dass Grenzen eingehalten werden? Was kann ich tun, wenn sie überschritten werden?



Die Veranstaltung wird über zoom organisiert. Die Zugangsdaten versenden wir am 25. Mai per E-Mail.

Termin: Mittwoch, 25. Mai 2022, 16:30 bis 18:30 Uhr

Leitung: Melanie Postleb

Kosten: 5 € (SHIA-Mitglied 3 €)

bitte bis 19. Mai 2022 überweisen auf folgende Bankverbindung von SHIA e.V.:
IBAN DE48100205000003319700, BIC BFSWDE33BER (Bank für Sozialwirtschaft)
Verwendungszweck: Familienalltag

Anmeldung: bis 19. Mai 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Vernetzungstreffen für (angehende) Solomütter nach Samenspende – in Präsenz

Die Zahl der Solomütter oder Single Moms by Choice wächst. Sie müssen sich mit vielen Fragen beschäftigen, die über das Thema „Allein-Erziehen“ hinausgehen.

Solomütter und angehende Solomütter treffen sich monatlich mit oder ohne Kind in den Räumen von SHIA.

Die Vernetzungsrunde wird durch die Sozialarbeiterin und Kinderwunschberaterin Katharina Horn angeleitet.

*Eine Kinderbetreuung wird organisiert.



Termin: Sonntag, 29. Mai 2022, 15 bis 17 Uhr

Leitung: Katharina Horn (Klinische Sozialarbeiterin M.A., zertifizierte Kinderwunschberaterin BKID)

Kosten: 5 € (SHIA Mitglied 3 €) bitte passend mitbringen!

Anmeldung: bis 26. Mai 2022 per E-Mail kontakt@shia-berlin.de

Nützliches und Tipps

BuT-Beratung

Im Büro von Librileo wurde die erste Beratungsstelle zum BuT (Leistungen zur Bildung und Teilhabe, „Bildungspaket“) eröffnet. Das BuT ist eine zusätzliche finanzielle Unterstützung für Kinder und Jugendliche bis 25 Jahre. Unterstützt und gefördert werden Kinder und Jugendliche aus Familien, die Sozialleistungen erhalten (ALG II / Hartz IV, Sozialgeld, Sozialhilfe, Wohngeld, Kinderzuschlag, Leistungen nach dem AsylbLG). Ziel ist es, Familien mit geringem Einkommen zu stärken sowie Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mehr Möglichkeiten zu geben, an Angeboten teilzunehmen. Die Familien erhalten Beratung in den Sprachen deutsch, englisch, türkisch und arabisch. Kontaktaufnahme über Telefon (030) 577130041 und über <https://but-beratung.de/>

Newsletter der Netzwerke für Alleinerziehende in anderen Berliner Bezirken

Wusstet Ihr, dass nicht nur Pankow ein Netzwerk für Alleinerziehende hat, sondern auch alle anderen Berliner Bezirke? Einige der Kolleg*innen geben auch regelmäßig einen Newsletter heraus, der Infos für Alleinerziehende im jeweiligen Bezirk bündelt. In den monatlichen Newslettern findet Ihr Neuigkeiten aus dem Bezirk, Hinweise zu Veranstaltungen und nützliche Tipps (beispielsweise zu Weiterbildungen mit Kinderbetreuung, Vernetzungstreffen oder Aktionstagen). Wir haben eine Übersicht zusammengestellt:

Bezirk	Koordinatorin / Träger	Kontakt zur Anmeldung
Neukölln	Margaretha Müller – Sozialdienst katholischer Frauen e.V.	Mueller.M@skf-berlin.de
Treptow-Köpenick	Anja Mai – Stephanus Stiftung	Anja.Mai@stephanus.org
Steglitz-Zehlendorf	Dörte Scheurich – Diakonisches Werk Steglitz und Teltow-Zehlendorf	ks-alleinerziehende@dwstz.de
Spandau	Len Saenger – Eulalia Eigensinn e.V.	ls@eulalia-eigensinn.de
Lichtenberg	Norma Schubert – Verein für aktive Vielfalt e.V.	kein Newsletter, dafür tolle & informative Website: alleinerziehend-in-lichtenberg.de
Mitte	Birgit Funke – AWO-Mitte	Funke@awo-mitte.de
Reinickendorf	Marie Moritz – Flotte Lotte e.V.	moritz@flotte-lotte-berlin.de

Die NO STALK APP des WEISSEN RINGS e.V.

Das Leben wieder in die eigenen Hände nehmen: Die NO STALK APP von WEISSER RING e.V. hilft Opfern von Stalking, Zeugnisse von Übergriffen als rechtlich verwertbare Beweise zu sichern. Das vereinfacht es Betroffenen, rechtliche Schritte gegen den oder die Täter einzuleiten. Mithilfe der App werden Fotos, Videos, Sprach- oder Chatnachrichten und Dokumente in einer Art digitalem Tagebuch auf einem externen Speicher gesichert. Die Daten sind mithilfe eines individuellen Passworts nur von der Homepage der App aus und somit unabhängig von einem eventuellen Verlust des Smartphones abrufbar. Die App kann kostenlos in allen gängigen App-Stores heruntergeladen werden.

Beratung und Unterstützung finden Betroffene von Stalking u. A. bei Berater*innen des Weißen Rings und lokalen Beratungszentren. [Die NO STALK APP des WEISSEN RINGS](#)

Teilnehmer:innen für Online-Umfrage gesucht

Da Alleinerziehende vor besonderen Herausforderungen stehen, kann das Feingefühl für die Bedürfnisse des Kindes und für sich selbst beeinträchtigt sein. Seit 2012 gibt es die Frühen Hilfen, die Familien in den ersten Lebensjahren unter die Arme greifen. In meiner Bachelorarbeit im Studium Soziale Arbeit untersuche ich, inwieweit Frühe Hilfen die Mutter-Kind-Bindung fördern können. Hierzu untersuche ich die Belastungen, denen Alleinerziehende ausgesetzt sind und die Hilfseffekte, die Frühe Hilfen haben können. Wenn Du alleinerziehende Mutter mit Kind (1-3 Jahre) aus Berlin bist und Frühe Hilfen in Anspruch genommen hast, freue ich mich über Deine Teilnahme bis 24. April 2022 unter <https://www.umfrageonline.com/c/rmgy7irt>
Johanna Biank

Veranstaltung zum Gemeinschaftlichen Wohnen am 24. April 2022 – in Präsenz

Mittlerweile seit 2019 widmet sich SHIA in Kooperation mit verschiedenen Akteuren dem Thema „Alternative Wohnformen“. Ein zentraler Kooperationspartner ist die Netzwerkagentur GenerationenWohnen. Am 24. April 2022, 12 bis 15 Uhr, können sich interessierte Alleinerziehende mit der Organisation des gemeinschaftlichen Wohnens und/oder der Gründung einer Wohnprojektgruppe beschäftigen. Wir haben die Veranstaltung inhaltlich miteinander abgestimmt und wünsche allen Teilnehmenden viel Erfolg! Nähere Infos & Anmeldungen bitte bis 8. April 2022 per E-Mail an beratungsstelle@stattbau.de.

Netzwerkagentur
GenerationenWohnen



Natur- und Survivalcamp im Kinderland Schorfheide

Kostenfrei für Kinder aus Haushalten im Leistungsbezug



Quelle: pixabay

Mit tollem Programm, 6 Übernachtungen in Zelten, Vollpension Sommerferien Berlin / Brandenburg. Hier könnt Ihr die Buchung online vornehmen:

www.kinderland-schorfheide.de / Stichwort Graticamp
Bei der Anmeldung sind Kindergeldbescheid und Leistungsbescheid hochzuladen. Teilnehmen können Kinder zwischen 10 und 13 Jahren, deren Familien ALG II, Grundsicherung, Wohngeld, Kinderzuschlag oder ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt beziehen.

Gefördert wird das Camp durch die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung (DKJS) mit Mitteln des Corona – Aufholpaket der Bundesregierung.

Verantwortlich: Bildungs- & Erholungswerk Barnim e.V., Eberswalder Chaussee 14, 16244 Schorfheide, kontakt@kinderland-schorfheide.de, Tel. 01626633481

Buchtipps „Warum nicht solo?! Mama-Werden geht auch ohne Märchenprinz“

Ich werde keine Zeit verlieren. Ich möchte Mama werden. Jetzt!
Hanna Schiller ist Mitte 30, als sie ihren Kinderwunsch nicht länger aufschieben will. Allerdings lehnt ihr Freund rundweg ab, Papa zu werden. Und weil ein neuer Mr Right nicht in Sicht ist, beschließt sie, die Dinge allein anzugehen. Was viele Fragen aufwirft: sehr konkrete wie zum Beispiel »Wie wird man schwanger ohne Mann?«, persönliche wie »Was werden Eltern und Freunde dazu sagen?« und oft auch überraschende wie »Ab wann sind wir eigentlich eine Familie?«

Scharfsinnig, emotional und mit viel Witz ermutigt Single Mum by Choice Hanna Schiller dazu, eigene, unkonventionelle Wege zu gehen.

Mit vielen Berichten und Fachinformationen rund um das Thema Ein-Eltern-Familie und Solo-Mutterschaft.

Taschenbuch, ISBN: 978-2496708769



Impressum: SelbstHilfeInitiative Alleinerziehender
(SHIA e.V.) Landesverband Berlin

Verantwortlich: Dr. Martina Krause (Geschäftsführerin)
Vereinsregister: VR 11799B

Rudolf-Schwarz-Str. 31
10407 Berlin

kontakt@shia-berlin.de
www.shia-berlin.de