

ALLEIN ERZIEHEND...
- ABER NICHT ALLEIN!

Bergkamener Leitfaden für Alleinerziehende



**Herausgeberin ist das
Bergkamener
Mädchen- und Frauennetzwerk**



**unterstützt durch den
Lions-Club BergKamen**



Die Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit

Stand 2017

Titelfoto: Andrea Brinkmann



Bergkamener Mädchen- und Frauen- Netzwerk

Das **Bergkamener Mädchen- und Frauennetzwerk** existiert seit 1998. In ihm sind Vertreterinnen von über 19 Beratungseinrichtungen vertreten, von der Agentur für Arbeit über die AWO und das Frauenforum bis hin zu Beratungseinrichtungen der Kommune selbst.

Das Netzwerk bündelt und verstärkt die Aktivitäten für Mädchen und Frauen. Die einzelnen Mitglieder wirken als Multiplikatorinnen und sorgen für die Vertretung von Frauenbelangen in ihren einzelnen Einrichtungen und auch darüber hinaus durch gezielte Aktionen in der gesamten Stadt.

Ansprechpartnerinnen sind die gewählte Sprecherin Martina Ricks-Osei vom Frauenforum im Kreis Unna e.V., und die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Bergkamen, Martina Bierkämper.

Plötzlich allein erziehend, - was nun?

In Deutschland gibt es immer mehr Alleinerziehende: Beinahe jede fünfte Familie besteht aus einem alleinerziehenden Elternteil. Diese Mütter und Väter stehen im Alltag vor besonderen Problemen allein zu sein. Es gibt zusätzliche Hilfsangebote, die Alleinerziehende besonders unterstützen sollen.

Klare Regeln sind wichtig

Wenn ein Elternteil nicht mehr dauerhaft in der Familie lebt, bedeutet dies eine große Veränderung für den Partner – und die ganze Familie. Vor allem Kinder sollen vor zu schweren Einschnitten geschützt werden. Dafür wurden klare gesetzliche Regelungen getroffen.

Ist der allein erziehende Elternteil berufstätig, muss der Alltag mit Kind und Beruf besonders gut geregelt sein. Dafür ist es hilfreich, sich einen Überblick über Möglichkeiten und Alternativen der Kinderbetreuung zu verschaffen. Und es ist wichtig, ein verständnisvolles Arbeitsumfeld zu haben.

Staatliche Unterstützung

Alleinerziehende stehen vor besonderen Anforderungen, Kindererziehung, Organisation des Alltags und Erwerbstätigkeit miteinander zu verbinden. Um sie darin zu unterstützen, wurden staatliche Leistungen wie das Elterngeld, der Unterhaltsvorschuss oder steuerliche Regelungen entsprechend ausgestaltet. Ebenso sind zusätzliche Regelungen und Hilfen bei Ausbildung, Studium oder beruflichem Wiedereinstieg für Alleinerziehende besonders von Bedeutung.

Tauchen im Familienleben dauerhaft Probleme oder Krisen auf, haben Mütter und Väter die Möglichkeit, spezielle Hilfs- und Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen, die entlasten, unterstützen und ermutigen sollen.

Die folgende Broschüre soll Sie auf Ihrem Weg unterstützen!

Das sollten Sie wissen:

Auf den folgenden Seiten finden Sie verschiedene Institutionen und Ansprechpartner, an die Sie sich mit den unterschiedlichen Anliegen wenden können.

Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie für Ihre Frage die richtige Adresse ausgewählt haben, scheuen Sie sich bitte nicht, diejenige anzurufen, die Ihnen am Wahrscheinlichsten erscheint. Sicherlich kann man Ihnen dort auf jeden Fall mit weitergehenden Informationen helfen.

Der folgende Leitfaden gibt Ihnen eine erste Übersicht.

Leitfaden für Frauen in Trennungssituation

Finanzen

Wenn Ihr eigenes Einkommen nicht für Ihren Lebensunterhalt ausreicht stehen Ihnen folgende Gelder zu:

- ▶ Unterhalt von Ihrem Ehemann für Ihren Lebensunterhalt. Die Höhe der Unterhaltszahlung ist in der „Düsseldorfer Tabelle“ festgelegt und orientiert sich am Einkommen des besserverdienenden Ehepartners.
- ▶ Unterhalt von Ihrem Ehemann für den Lebensunterhalt Ihrer gemeinsamen Kinder. Die Höhe der Unterhaltszahlung ist in der „Düsseldorfer Tabelle“ festgelegt und orientiert sich am Einkommen des besserverdienenden Ehepartners.

Wenn die Höhe des Einkommens Ihres Ehemannes so gering ist, das er keine Unterhaltszahlungen leisten kann, können Sie folgende Gelder beantragen:

- ▶ **ALG II** – wird beantragt beim Jobcenter Kreis Unna, Geschäftsstelle Bergkamen, Louise-Schröder-Straße 12, 59192 Bergkamen.
- ▶ **Unterhaltsvorschuss** – wird beantragt bei der Unterhaltsvorschusskasse, Stadtverwaltung Bergkamen, Jugendamt, Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen, 3. Etage, Zimmer 309.
- ▶ **Grundsicherung** (wenn ALG II nicht beantragt werden kann) – wird beantragt beim Bürgerbüro-Soziales, Senioren und Gesundheit, Stadtverwaltung Bergkamen, Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen, 3. Etage, Zimmer 320.
- ▶ **Wohngeld** – wird beantragt Beim Bürgerbüro-Soziales, Senioren und Gesundheit, Stadtverwaltung Bergkamen, Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen, 3. Etage Zimmer 322 und 323.

Rechtsberatung

In strittigen Fragen können Sie sich von einem Rechtsanwalt oder einer Rechtsanwältin für Familienrecht beraten lassen.

- ▶ Wenn Sie die Kosten selber tragen erkundigen Sie sich vor der Terminabsprache wie hoch das Honorar für ein Beratungsgespräch ist, die Höhe wird vom Anwalt festgelegt und evtl. lohnt es sich die Kosten zu vergleichen.
- ▶ Wenn Sie über ein geringes Einkommen verfügen, können Sie unter Vorlage ihrer Einkommensbescheinigung (Verdienstbescheinigung, ALG II Bescheid, etc.) beim Amtsgericht einen Beratungskostenhilfeschein beantragen. Diesen Beratungskostenhilfeschein geben Sie beim Anwalt ab, Sie müssen die Kosten der Beratung dann nicht selber tragen.

Die Anwaltskammer hilft Ihnen bei der Suche nach einer geeigneten Rechtsanwältin:
Telefon 0 23 81 / 98 50-00



Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratungsstelle beraten und unterstützen Eltern und Kinder in allen Lebenslagen. So auch in der Zeit vor, während und nach einer Trennung oder Scheidung. Wir sind Ansprechpartner/innen

- bei allgemeinen Fragen zur Erziehung
- bei Problemen in der Familie
- bei Auffälligkeiten im Verhalten von Kindern
- bei allen Themen rund um die Familie

Für einen guten verantwortungsvollen Umgang mit gemeinsamen Kindern, bieten wir in bestimmten Fällen nach einer Trennung oder Scheidung auch Mediation an.

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Städte Bergkamen und Kamen
Zentrumstraße 22
59192 Bergkamen
Tel.: 02307 / 68678
Fax: 02307 / 280777
www.beratungsstelle-bergkamen.de oder www.beratungsstelle-kamen.de



Das Familienbüro steht jungen Eltern, Müttern und Familien mit Rat und Tat zur Seite.

Das Familienbüro bietet Ihnen:

- Informationen über Angebote für Mütter, Eltern und Kinder in ihrer Nähe
- Service und Anlaufstelle für Familien
- Besuchsdienst und Begrüßung von Neugeborenen
- Eltern-Kind-Gruppen und Elternkurse zu unterschiedlichen Themen im Familientreff Pestalozzihaus
- Still- und Schreiberberatung im Pestalozzihaus

Familienbüro, Stadt Bergkamen
Sonja Werner
Tel.: 02307 / 965-258
Rathausplatz 1
59192 Bergkamen
familie@bergkamen.de



VAMV NRW e.V.
Verband allein erziehender
Mütter und Väter

Austausch macht stark. Nutzen Sie unser Netzwerk.

Sie möchten sich mit anderen Alleinerziehenden austauschen?
Wir bringen sie in Kontakt!

In unserer Facebook Gruppe „**Alleinerziehenden-Treffs in NRW**“
finden sie andere Alleinerziehende, die ebenfalls Austausch

suchen: <https://www.facebook.com/groups/AlleinerziehendentreffsNRW>

Sie möchten ein Netzwerk oder eine Gruppe gründen? Wir unterstützen sie!

Wir beraten, vernetzen, bilden fort, versichern und statten sie aus.

Mehr Infos: www.vamv-nrw.de >> Angebote

Ihre Ansprechpartnerin: Elena Fronk

Tel.: 0201 / 82774-72

fronk@vamv-nrw.de



Das Frauenforum hilft allen Frauen, insbesondere Frauen in Notlagen, Krisen und Gewaltsituationen. Die Einrichtungen begleiten Frauen und ihre Kinder bei der Entwicklung und Umsetzung ihrer ganz persönlichen Lebenspläne. Das Ziel des Frauenforums ist es, die Lebensumstände von Frauen nachhaltig zu verbessern.

Frauenhaus

Tel.: 02303 / 77891-50
Postfach 1543, 59405 Unna
frauenhaus@frauenforum-unna.de

Wohnungslosenhilfe FrauenRäume

- **teilstationär**
Tel.: 02303 / 77891-40
Hansastraße 38, 59425 Unna
frauenraeume@frauenforum-unna.de
- **Übernachtungsstelle**
Tel.: 02303 / 77891-30
Postfach 1543, 59405 Unna
frauenuebernachtungsstelle@frauenforum-unna.de
- **Streetwork - Projekt „Lotse“**
Tel.: 02303 / 77891-14
Hansastraße 38, 59425 Unna
a.brink@lotse-kreisunna.de

Frauen- und Mädchenberatungsstelle

Tel.: 02303 / 82202
Hansastraße 38, 59425 Unna
frauenberatungsstelle@frauenforum-unna.de

Online-Beratung für Frauen und Mädchen

www.frauenforum-unna.de

Frauenkrisentelefon

Tel.: 02303 / 82202



Dr. Diethild Hüsing-Exner

**Juristin, Mediatorin
Verfahrensbeistandschaften
Ergänzungspflegschaften**

Tel.: 02301 / 1879303
Mobi: 0172 8200486
anwalt@huesing-exner.de

Beistandschaften und Pflegschaften werden in der Regel vom Gericht angeordnet und bestellt. In Zeiten schwieriger Trennungssituationen und gerichtlichen Auseinandersetzungen, werden diese eingesetzt, um das Wohl des Kindes nicht aus den Augen zu verlieren.

Erkundigen Sie sich danach bei Ihrer Anwältin/Ihrem Anwalt!



Regelmäßige Infoveranstaltungen in Bergkamen, Hamm, Kamen, Lünen, Schwerte und Unna, für den beruflichen Wiedereinstieg nach der Familienzeit, mit den Themen:

- (Wieder-) Einstieg in den Beruf
- örtlicher Arbeitsmarkt
- Hilfen der Agentur für Arbeit
- Suche nach beruflichen Alternativen
- Ausbildung in Teilzeit
- Nutzung der Internet-Stellenbörsen

Die Termine finden Sie in der Veranstaltungsdatenbank unter www.arbeitsagentur.de

Individuelle Beratung nach Terminabsprache möglich.

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Martina Leyer

Agentur für Arbeit Hamm

Bismarckstr. 2

59065 Hamm

Tel.: 02381 / 910 2167

Hamm.BCA@arbeitsagentur.de



Das beruflich orientierte Beratungsangebot für Bergkamener Frauen und Mädchen

- Berufswahlorientierung
- Beruflicher Wiedereinstieg
- Betriebliche Frauenförderung
- Förderung von Existenzgründerinnen und Unternehmerinnen

Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung

Stadt Bergkamen

Simone Krämer

Tel.: 02307 / 965-229

Rathausplatz 1

59192 Bergkamen

s.kraemer@bergkamen.de

www.bergkamen.de



Projekt „Starke Mütter - Starke Unternehmen“

Sie denken darüber nach, (wieder) beruflich aktiv zu werden?

Unser Beratungs- und Coachingangebot richtet sich an Mütter mit Migrationshintergrund, ist kostenlos und findet nach persönlicher Terminvereinbarung statt:

- Persönliche Beratung, Jobcoaching und Hilfestellung bei der beruflichen Orientierung und strategischen Berufsplanung
- Erstellen der Bewerbungsunterlagen, Bewerbungstraining, Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche
- Beratung zu Weiterbildungs-, Umschulungs- und Ausbildungsmöglichkeiten, auch in Teilzeit
- Hilfestellung bei der Anerkennung von ausländischen Berufs- und Schulabschlüssen
- Unterstützung bei der Suche nach einer Praktikums-, Arbeits- und Ausbildungsstelle
- Kostenlose Workshops, Trainings und Seminare zu Themen wie Rhetorik, Kommunikation, Zeitmanagement etc.

Das Projekt „Starke Mütter - Starke Unternehmen“ wird im Rahmen des Bundesprogramms „Stark im Beruf - Mütter mit Migrationshintergrund steigen ein“ vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union gefördert

Ansprechpartnerinnen:

Frau Emine Sancar Tel.: 02307 / 289909-7, sancar@multikulti-forum.de

Frau Beatrice von Hall Tel.: 02307 / 289909-3, vonhall@multikulti-forum.de



Multikulturelles
Forum e.V.

Kontakt:

Multikulturelles Forum e.V., Präsidentenstr. 44, 59192 Bergkamen, www.multikulti-forum.de



Im Kreis Unna

AWO Migrationsdienste

Wir unterstützen alle Zuwanderer bei der Integration in Deutschland. Unsere Migrationsberaterinnen stehen Ihnen zur Seite und helfen bei:

- der Vermittlung von Integrationskursen
- aufenthaltsrechtlichen Fragen
- familiären und persönlichen Problemlagen
- schulischer und beruflicher Integration
- Fragen des kulturellen Lebens und vieles mehr...

Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

Präsidentenstr. 67
59192 Bergkamen
Tel.: 02307 / 557665 oder 83320
migrationsdienste@awo-un.de



Familiäre Kinder-Tagesbetreuung e.V.

Vermittlung von:

- Tagesmüttern / -vätern
- Babysittern
- Familienpaten

Margarete Hackmann
Tel.: 02307 / 280633
Lüttke Holz 11
59192 Bergkamen
buero@famkitabe.de
www.famkitabe.de



Schulsozialarbeit

Partnerschaftliche Zusammenarbeit in und mit der Schule
Beratung und Vermittlung von Schwierigkeiten, die im Schulalltag auftreten
Angebote zu einem verbesserten Miteinander in der Schule oder Familie

Hinweis: Weitere Informationen zur Schulsozialarbeit erfragen Sie bei der Schulleitung der Schule Ihres Kindes.

Für die Städtische Hauptschule Kamen:
Gabriele Scholz
Tel.: 02307/ 28998-35
Am Koppelteich 16
59174 Kamen
gabriele.scholz@hauptschule-kamen.de



Beratungsstelle für Schwangerschaftsprobleme und Familienplanung

- Schwangerschaftskonfliktberatung
- Beratung nach einem Schwangerschaftsabbruch
- Beratung zur Familienplanung und Verhütung
- Begleitung während der Schwangerschaft und nach der Geburt
- Vergabe von Geldern aus der Bundesstiftung „Mutter und Kind“ an schwangere Frauen in Notlagen
- Sexual- und Lebensberatung

Mutter-Kind-Kuren

Am Wiehagen 32
59192 Bergkamen
Tel.: 02307 / 80553
beratungsstelle-bergkamen@awoubunna.de
www.awo-unna-beratung218.de

Karin Padberg
Unnaer Str. 29a
59174 Kamen
Tel.: 02307 / 2007-28
kapatt@awoubunna.de

Jeden Montag, Mittwoch und Freitag von 9-12 Uhr „Offenes Café“
Jeden zweiten Mittwoch im Monat „Thematisches Elternfrühstück“
Kinder sind hier gern gesehen!

Neben dem Austausch der Eltern untereinander, sind auch immer Fachfrauen vor Ort:

Wir hören zu - Wir beraten - Wir helfen

Isabel Veltmann, Ina Wiegand, Doris Gumprich

Familientreff Stadt Bergkamen

Pestalozzistr. 6, 59192 Bergkamen

Tel.: 02307 / 280333

familientreff@helimail.de

Familienzentren in Bergkamen

Ortsteil Mitte

AWO Familienzentrum
Villa Kunterbunt
August-Bebel-Str. 7
Tel.: 02307 / 83124

Evangelisches Familienzentrum
Bodelschwinghaus
Ebertstr. 20
Tel.: 02307 / 88177

Evangelisches Familienzentrum
Büscherstiftung
Büscherstr. 46
Tel.: 02307 / 88176

Städtisches Familienzentrum
Mikado
Eichendorffstr. 23
Tel.: 02307 / 83509

Ortsteil Oberaden

Evangelisches Familienzentrum
Mittendrin
Römerberg 40
Tel.: 02306 / 80304

Städtisches Familienzentrum
Tausendfüßler
Im Sundern 7
Tel.: 02306 / 80141

Ortsteil Overberge

Städtisches Familienzentrum
Sprösslinge
Kamer Heide 51
Tel.: 02307 / 86185

Ortsteil Rünthe

Katholisches Familienzentrum
Montessori
Overberger Str. 4
Tel.: 02389 / 3599

Ortsteil Weddinghofen

AWO Familienzentrum
Springmäuse
Am Südhang 9
Tel.: 02307 / 61499

AWO Familienzentrum
Vorstadtstrolche
Schulstr. 8
Tel.: 02307 / 68416



die lobby für kinder

Der Kinderschutzbund Kreisverband Unna e.V. bietet vertrauliche und kostenfreie Fachberatung und Therapie für Kinder, Jugendliche, Mütter, Väter sowie Fachkräfte an. Dabei umfasst unser Angebot folgende inhaltlichen Schwerpunkte:

- Beratung bei allen Formen der Gewalt gegen Kinder und Jugendliche (Sexuelle Kindesmisshandlung und Körperliche Gewalt, Vernachlässigung, (Cyber-)Mobbing)
- Fachberatung nach §§ 8b, 4KKG (Verdacht auf Kindeswohlgefährdung)
- Fortbildungsangebote für pädagogische Einrichtungen zu den Themen (früh-)kindliche Sexualität, Sexuelle Kindesmisshandlung, Sexuelle Übergrifflichkeiten unter Kindern, (Cyber-)Mobbing, Kindeswohl und Kindeswohlgefährdung, die Rolle der Kinderschutzfachkraft
- Förderung des Kinderschutzes in Institutionen (Beratung und Prozessbegleitung zur Erstellung eines Schutzkonzeptes in der Einrichtung)
- Kostenloses und anonymes Kinder- und Jugendtelefon unter der Rufnummer: 116 111 oder 0800 – 111 0 333

AnsprechpartnerInnen: Frank Zimmer, Hannah Westermann, Dr. Henriette Schildberg

Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Unna e.V.
Märkische Str. 9 – 11
59423 Unna
Tel.: 02303 / 15901
Fax: 02303 / 239726
info@kinderschutzbund-kreisunna.de



POLIZEI
Nordrhein-Westfalen
Kreis Unna

Kriminalkommissariat Kriminalprävention/Opferschutz

Infoveranstaltungen zum Thema:
Wie schütze ich mein Kind vor sexueller Gewalt im Internet?

Infoveranstaltungen zum Thema:
Wie schütze ich mein Kind vor sexueller Gewalt?

2 x im Jahr Frauenselbstbehauptungskurse im Kreis Unna

Infoveranstaltungen zum Thema: Stalking/ Häusliche Gewalt

Petra Landwehr, Tel.: 02307 / 9214414
Am Bahnhof 12, 59174 Kamen
petra.landwehr@polizei.nrw.de



Streetwork Bergkamen

Ansprechpartner für Mädchen und junge Frauen, die...

- auf Job- oder Arbeitssuche sind
- Schwierigkeiten mit der Familie, dem Freund oder der Freundin haben
- eine Wohnung oder eine kurzfristige Bleibe suchen
- Probleme mit Ämtern, Gerichten und Behörden haben
- Freizeitbeschäftigungen suchen
- oder sich einfach mal ausquatschen wollen

Alles was du erzählst bleibt unter uns, und nichts geschieht ohne deine Zustimmung.
Immer auf deiner Seite

Imke Vogt, Tel.: 02307 / 282740
Am Stadion 7a, 59192 Bergkamen
imke@streetwork-bergkamen.de
www.streetwork-bergkamen.de



**Stadtbibliothek im
Begegnungszentrum**

Die Stadtbibliothek bietet für Mütter mit Kindern: Bilderbücher, Vorlesebücher, Spiele, DVD's, Hörbücher, Zeitschriften und Erziehungsratgeber an.

Für jeden Leser mit einem gültigen Ausweis der Bibliothek stehen Internetplätze mit Farbdrucker zur Verfügung.

Jeden Dienstag in der Zeit von 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr hilft eine Fachkraft bei Bewerbungen und Lebenslauf.

Das Lesecafé lädt zum „Kaffeeklatsch“ mit anderen Müttern ein.

Jutta Koch, Tel.: 02307 / 983500
Stadtbibliothek Bergkamen
Am Stadtmarkt 1, 59192 Bergkamen
j.koch@bergkamen.de



Gleichstellungsbeauftragte

Bewusstseinsbildung in Verwaltung und Politik
Beratung/Hilfe zur Selbsthilfe
Öffentlichkeitsarbeit, Infos, Vernetzung

Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung

Stadt Bergkamen
Gleichstellungsstelle
Martina Bierkämper
Rathausplatz 1
59192 Bergkamen
Tel.: 02307 / 965-339
m.bierkaemper@bergkamen.de

Woran Sie denken sollten:

Eigenes Konto – Wenn Sie noch kein eigenes Konto haben richten Sie ein Konto ein, damit die von Ihnen beantragten Gelder an Sie überwiesen werden können.

Kontovollmacht – Überprüfen Sie ob Ihr getrennt lebender Partner noch eine Vollmacht für Ihr Konto hat. Wenn ja, entziehen Sie ihm diese Vollmacht damit Ihre Gelder auch wirklich Ihnen zur Verfügung stehen.

Kindergeld – Leben die Kinder bei Ihnen, Ihr getrennt lebender Partner bezieht aber das Kindergeld und ist Antragssteller? Stellen Sie bei der zuständigen Familienkasse einen Änderungsantrag. Für den Bearbeitungszeitraum können die Kindergeldzahlungen an Ihren getrennt lebenden Partner gestoppt werden.

Laufende Zahlungen - Werden von Ihrem Konto Zahlungsverpflichtungen für Ihren getrennt lebenden Partner abgebucht, z. B. Kfz-Versicherung für seinen Pkw? Wenn ja, kündigen Sie die Daueraufträge. Setzen Sie Ihren getrennt lebenden Partner darüber in Kenntnis.

Gemeinsamer Mietvertrag – Wenn Sie aus der gemeinsamen Wohnung ausziehen, bitten Sie den Vermieter Sie aus dem Mietvertrag zu entlassen. Besteht das Mietverhältnis mit Ihnen weiter und Ihr getrennt lebender Partner zahlt die Miete nicht, kann der Vermieter von Ihnen die Miete einfordern.