

NETZWERK ALLEINERZIEHENDE

NEWSLETTER NR. 3- SEPTEMBER 2023



Das Projekt

Vom Bündnis der gesetzlichen Krankenkassen gefördert, mit dem Landkreis Vorpommern-Greifswald als Projektträger und der ISBW gGmbH als Kooperationspartner wird seit September 2022 bis August 2026 in Greifswald ein Projekt zur Gesundheitsförderung Alleinerziehender umgesetzt. Einerseits geht es darum, Strukturen zu erschaffen und Netzwerke zu nutzen und zu bilden. Auf der anderen Seite sollen einzelne Maßnahmen für Alleinerziehende direkt umgesetzt werden.

Wir freuen uns über viele weitere Projektpartner*innen in der Stadt Greifswald und im gesamten Landkreis Vorpommern-Greifswald.

Ansprechpartnerin: Diana Wienbrandt

(Tel. 0176 56371957; Mail: diana.wienbrandt@isbw.de)

Inhalt

Vorgestellt: Aus dem Netzwerk

Fact-Sheet: Mental Load

Die Auswertung läuft...

Ein-Eltern-Café und weitere Termine



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Vorgestellt: Aus dem Netzwerk

Projekt Wunschgroßeltern vom Bürgerhafen Greifswald

Wunschgroßeltern - sowie einzelne Wunschomas und Wunschopas - unterstützen Familien ehrenamtlich im Alltag, so wie es leibliche Großeltern tun. Ziel dieses Projektes ist es, langfristige Beziehungen zwischen den Generationen zu initiieren und das Miteinander zu fördern. Dieses Projekt, das Großeltern und Enkel zueinander bringt, zeichnet sich durch ein Geben und Nehmen aus, von dem alle Seiten profitieren.

“Der Bedarf von Familien bzw. Alleinerziehenden an Wunschgroßeltern in Greifswald ist enorm. Leider können wir diesen Bedarf nur bedingt nachkommen. Wir freuen uns immer über neue Wunschgroßeltern und deren Engagement in unserer Stadt“, beschreibt die Projektkoordinatorin des Mehrgenerationenhauses Kristina Gierke.

Der Bürgerhafen ist Anlaufstelle und Plattform für Bürgerinnen und Bürger, die sich ehrenamtlich für die Verbesserung von Lebensbedingungen unterschiedlicher Menschen, für Teilhabe, Integration und Inklusion sowie für das Zusammenleben verschiedener Generationen einsetzen.




Kontakt:
Kristina Gierke
Projektkoordinatorin
Mehrgenerationenhaus
BÜRGERHAFEN
Markt 23/24
17489 Greifswald
Tel: 03834-517814



Rückblick Netzwerktreffen

Am 12. September haben sich Akteure aus dem Netzwerk zur zweiten Beratung versammelt und neue Ideen für die Netzwerkarbeit bzw. die bessere Verweisberatung innerhalb des Netzwerkes gesammelt.

Der fachliche Input von Frau Anja Lentz-Becker (Uni Vechta in Kooperation mit der Hochschule Neubrandenburg) zum Thema “Individualisierte Elter(n)schaft - Einblick in die Lebenswirklichkeit alleinerziehender Mütter” hat viele interessante Aspekte hervorgebracht, welche die Arbeit der einzelnen Netzwerkpartner*innen bereichert.





Fact-Sheet

Was ist Mental Load?

Damit das Familienleben klappt, müssen neben den sichtbaren Aufgaben im Alltagsleben sehr viele unsichtbare Aufgaben mitgedacht werden. Diese Aufgaben werden oft nicht explizit genannt, werden jedoch nebenher identifiziert, geplant und dann erledigt. Neben tatsächlichen ToDos, bringen diese Aufgaben nochmal ein nicht unbeträchtliches Eigengewicht in die Gesamtsumme aller sichtbaren Aufgaben. Die eigentliche Belastung ist dabei verantwortlich für alles zu sein. Eine Verantwortung, die in den allermeisten Fällen den Frauen zukommt. Diese Belastung kann so schwerwiegend sein, dass sie zu burnoutähnlichen Symptomen führt. (Quelle: equalcareday.de)

Machen Sie den Praxistest: Wie hoch ist Ihr Mental Load?

- am Arbeitsplatz (<https://equalcareday.de/mental-load-work-de.pdf>)
- zu Hause (<https://equalcareday.de/mental-load-home-de.pdf>)



Die Auswertung läuft...

... auf Hochtouren. Wir haben in den Sommermonaten den Familienfragebogen in den Greifswalder Kinderarztpraxen und einigen Kindertagesstätten der Stadt verteilt und freuen uns über einen Rücklauf von ca. 100 Fragebögen. Soviel schon einmal vorweg: es warten spannende Ergebnisse auf uns!

Lassen Sie uns gemeinsam beim nächsten Netzwerktreffen auf die Ergebnisse und Auswertungsgrafiken schauen und erste Ableitungen und Handlungsansätze besprechen.





Ein-Eltern-Familiencafé



AM 24. OKTOBER 2023

findet das vierte Treffen für Alleinerziehende im Mehrgenerationenhaus der Aktion Sonnenschein statt. Neben dem Austausch in lockerer Runde wollen wir uns dem Thema Unterhalt und Beistandschaft widmen. Dafür haben wir das zuständige Sachgebiet des Jugendamtes VG angefragt.

Alle Fragen rund um das Thema können mitgebracht werden. Die Kinderbetreuung wird wieder von Jassa Best, Auszubildende des SKD, gewährleistet.

Wir freuen uns auf eine größer werdende Runde und auf interessante Gespräche in lockerer Atmosphäre.
(Zeit: 15:00 - 17:30 Uhr)



Termine

KINDER-KINO IM GEWÖBLEKELLER DER STADTBIBLIOTHEK

FREITAG, 6. OKTOBER 15:30 UHR
FILM: "ZU WEIT WEG - ABER FREUNDE FÜR IMMER!"
(EMPFOHLEN AB 8 JAHREN, EINTRITT 1€ PRO PERSON)

FREITAG, 3. NOVEMBER 15:30 UHR
FILM: "DER KLEINE PRINZ"
(TRICKFILM, EMPFOHLEN AB 8 JAHREN, EINTRITT 1€ PRO PERSON)

SAVE THE DATE: 15. November 2023, 10 - 12:30 Uhr

NETZWERKTREFFEN ALLEINERZIEHENDE MIT
ERGEBNISSEN DER FAMILIENBEFRAGUNG



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

