

# ALLEINERZIEHENDE AUF DEM WEG

JOURNAL DER ÖSTERREICHISCHEN PLATTFORM FÜR ALLEINERZIEHENDE 03/2023



## INHALT

Kinder und Trennung	04
Gutes Wohnen für Alleinerziehende	06
Frauenberatung Inneres Salzkammergut	06
EnoS-Treffen	07

## FLUCHT UND ARMUT

Martina Lebbihiat-Müller

Nach achtzehn Jahren Tätigkeit in der psychosozialen Beratung von Fremden und Geflüchteten, darunter viele Alleinerziehende, durchleben wir gemeinsam mit unseren Klient\*innen eine herausfordernde Zeit.

Seit vergangenem Jahr ist eine Zunahme an Beratungen von Alleinerziehenden wahrzunehmen. Coronakrise, Teuerung und Ressourcenknappheit führen vermehrt zu Existenzgefährdung und Ausgrenzung. So mussten wir erstmals Alleinerziehende bei der Schuldnerberatung zwecks Beantragung eines Privatkonkurses anmelden.

Alleinerzieher\*innen gehören zu den am stärksten durch Armut gefährdeten Bevölkerungsgruppen. Klientinnen der Beratungsstelle sind hierbei besonders betroffen. Wie die

Art des Aufenthaltstitels Armut zusätzlich befördert, wird an den in Folge beschriebenen Beispielen deutlich.

### 1. Subsidiär schutzberechtigte Frauen:

Subsidiärer Schutz wird zuerkannt, wenn individuelle Fluchtgründe für einen Asylstatus nicht ausreichen und eine Zurückweisung ins Herkunftsland aus anderen Gründen nicht möglich ist. Mit dem Schutzstatus ist der freie Zugang zum Arbeitsmarkt vorhanden. Der Anspruch auf **Familienbeihilfe** wird laut Familienlastenausgleichsgesetz **aber erst durch Aufnahme eines Arbeitsverhältnisses** erworben.

Die Zeit der Suche nach einem Arbeitsplatz kann also existenzgefährdend sein bzw. der Anspruch auf Familienbeihilfe

ist dann auch an ein bestimmtes Einkommen gebunden. Wenn eine schutzberechtigte Alleinerziehende beispielsweise mehrere minderjährige Kinder hat und daher Teilzeit arbeitet, hat sie durch die unselbstständige Erwerbstätigkeit zwar Anspruch auf Familienbeihilfe. Aufgrund ihres niedrigen Einkommens aus der Teilzeitbeschäftigung entsteht gleichzeitig ergänzend dazu der Anspruch auf Geld aus der Grundversorgung. Nun wird es komplex, denn das Gesetz sieht vor, dass es **keinen Anspruch auf Grundversorgung** geben darf, um Familienbeihilfe beziehen zu können. Die schutzberechtigte Alleinerziehende erhält keine Familienbeihilfe, obwohl sie Einkommen und einen aufrechten Aufenthaltsstatus in Österreich hat.

Kürzungen der Sozialhilfe treffen Alleinerziehende mit diesem Schutzstatus besonders hart: Vollendet ein Kind das dritte Lebensjahr und ist noch kein Kindergartenplatz vorhanden, kann die Mindestsicherung im dritten Monat um **100 % gekürzt** werden. Und ist diese Alleinerziehende subsidiär schutzberechtigt, gibt es keine Familienbeihilfe, kein Kinderbetreuungsgeld und keine anderen finanziellen Ressourcen. Ein familiäres Umfeld, das in einer finanziellen Durststrecke oder mit Unterstützung in der Kinderbetreuung aushelfen könnte, ist oftmals nicht vorhanden. Unter den finanziellen Engpässen leiden nicht nur die Alleinerzie-

herinnen, sondern auch deren Kinder – Mittel für die Freizeitgestaltung oder die Teilnahme an Aktivitäten wie Schulausflügen fehlen.

## 2. Von Gewalt betroffene Frauen:

Für **geflüchtete Frauen**, die von **Gewalt durch den Lebenspartner** betroffen sind und es schaffen, sich vom Partner zu trennen, beginnt oft ein Kreislauf von Existenzbedrohung und struktureller Gewalt. Frauen und Kinder erhalten nämlich oft über das sogenannte Familienverfahren ihren Status, abhängig von den Asylgründen des Mannes/Vaters. Verliert dieser das gewährte Asyl oder den subsidiären Schutz (Aberkennung), so gilt dasselbe für Frau bzw. Ex-Frau und Kinder.

Ein Beispiel aus der Praxis: Durch die Aberkennung der Schutzberechtigung des Ex-Partners verloren Frau A. und ihr schwer behinderter Sohn ebenfalls ihren Schutzstatus und somit den Anspruch auf Mindestsicherung und Pflegegeld. Sie erhielten zwar wegen des langjährigen Aufenthaltes in Österreich (der Sohn ist hier geboren) eine Aufenthaltsberechtigung, hatten aber kein Einkommen mehr und verloren die Wohnung. Innerhalb der Grundversorgung konnten sie mangels geeigneten Platzes nicht gemeinsam untergebracht werden. Der Frau blieb keine andere Wahl, als das Kind in die Obhut des (ehemals gewalttätigen) Vaters zurückzugeben.



### 3. Alleinerziehende Asylwerberinnen und (seit 2022) Vertriebene:

All jene, die einen Antrag auf internationalen Schutz stellen oder den Status der Vertriebenen erhalten, wenn sie vor dem Krieg in der Ukraine flüchten, bekommen Grundversorgung. Diese Basisversorgung umfasst Unterbringungsplatz, Krankenversicherung, Verpflegung und ein kleines Taschengeld im Monat. Die Höhe liegt weit unter dem der Sozialhilfe.

Viele Vertriebene aus der Ukraine befinden sich in Grundversorgung. Auch mit guten Ausbildungen und Lernbereitschaft lässt sich nicht so schnell ein entsprechender Arbeitsplatz finden, besonders schwierig gestaltet sich das wegen der Betreuungspflichten alleinerziehender Frauen. Vertriebene haben Anspruch auf Familienbeihilfe. Bis 2004 hatten Asylwerber\*innen ebenfalls diesen Anspruch, das Gesetz wurde jedoch geändert und seit 2006 gibt es für Asylwerbende überhaupt keinen Anspruch auf Familienbeihilfe mehr. Insbesondere für Alleinerziehende stellt dies ein Problem dar. Die Grundversorgung ist so niedrig, dass es kaum möglich ist, den Alltag zu finanzieren, geschweige denn etwas für die spätere Wohnungssuche anzuspahren.

**Das Integrationshaus leistet umfassende Hilfe für Geflüchtete und Vertriebene** – in Form von psychosozialer Beratung und Betreuung, psychologischer Behandlung und durch verschiedenste Bildungsangebote. Wir bieten Sprach- und Qualifikationsmaßnahmen schon während des Asylverfahrens an und leisten kontinuierlich Lobby-Arbeit für Geflüchtete und Migrant\*innen, insbesondere auch für Frauen und Alleinerziehende.

Das Aufzeigen von strukturellen Verbesserungsmöglichkeiten wie Gesetzesänderungen, Ressourcenaufstockung und die Gestaltung der Zusammenarbeit mit Ämtern und Behörden sowie der kontinuierliche Austausch mit und das hartnäckige Einwirken auf politisch Verantwortliche ist fixer Bestandteil unseres gesellschaftspolitischen Engagements.

Der politische Wille zu Verbesserungen für alleinerziehende geflüchtete Frauen und Alleinerziehende insgesamt ist die Voraussetzung dafür, allen Geflüchteten ein menschenwürdiges Leben in diesem Land zu ermöglichen. Wenn dieser Wille nicht oder nicht mehr vorhanden ist, werden Menschenrechte zur Farce und die so oft zitierten „Werte und Grundwerte“ unserer westlichen Demokratien zu Lippenbekenntnissen.

Lassen wir es nicht so weit kommen!



Privat

#### DSA<sup>in</sup> Martina Lebbihiat-Müller

ist diplomierte Sozialarbeiterin und Mediatorin und seit über 18 Jahren als psychosoziale Beraterin in der Beratungsstelle für Asylwerber\*innen und Geflüchtete in der Grundversorgung im Verein Projekt Integrationshaus tätig. Ihr Schwerpunkt ist frauenspezifische Beratung, insbesondere die Beratung und Begleitung von alleinerziehenden, geflüchteten Frauen sowie Frauen, die von Gewalt betroffen sind.



Privat

Raphaela Kohout

## EDITORIAL

Liebe Leser\*innen!

Mein Name ist Raphaela Kohout, ich arbeite seit Mai 2023 bei der ÖPA. Während meines Soziologiestudiums konnte ich mir theoretisches und empirisches Wissen zur Lebenswelt von Einelternfamilien und anderen Nachtrennungsfamilien aneignen. Später habe ich beim Verein JUNO u. a. bei einer Studie zur Wohnsituation und zu den Wohnbedürfnissen von Alleinerziehenden in Wien mitgearbeitet.

Wichtig ist mir, nicht auf die Opferrolle von Alleinerziehenden und ihren Kindern zu verweisen, sondern die Tatsache der erhöhten Armut- und Ausgrenzungsgefährdung im Vergleich zur österreichischen Gesamtbevölkerung als beeinflussende Determinante zu betrachten, die bei Einelternfamilien zu vermehrten Herausforderungen in vielerlei Bereichen des Lebens führt. Ich möchte dazu beitragen, dass Schwierigkeiten, mit denen Einelternfamilien in ihrem Alltag konfrontiert sind, sichtbar werden, aber auch auf normative Vorstellungen und Ideale von Familie sowie auf strukturelle Rahmenbedingungen aufmerksam machen, die in Relation zu diesen Herausforderungen stehen.

Aus der Jugend- und Wohnforschung kommend, sind mir Kinder- und Jugendarmut sowie Kinder- und Jugendschutz im Kontext des Wohnens ein besonderes Anliegen.

Aktuell arbeite ich bei der ÖPA an einem Projekt zur Steigerung der Väterbeteiligung in Trennungs- und Scheidungsfamilien sowie an Handlungsempfehlungen für konfliktärmere Trennungen und Scheidungen für Trennungs- und Scheidungseltern, für relevante Organisationen und Beratungsstellen als auch für rechtliche Rahmenbedingungen. Dem ÖPA-Team danke ich für den wertschätzenden und herzlichen Arbeitsbeginn.

Ihre **Raphaela Kohout**

## MITGLIED WERDEN!

Ab 15 Euro/Jahr

Mail an: [oeпа@oeпа.or.at](mailto:oeпа@oeпа.or.at)  
mit dem Betreff „Mitglied werden“

## NEWSLETTERANMELDUNG

[oeпа.or.at/newsletter-anmelden](http://oeпа.or.at/newsletter-anmelden)

# KINDER UND TRENNUNG

## Wege zu Resilienz und Wachstum



Die Trennung der Eltern kann für Kinder eine herausfordernde und emotionale Zeit sein. Während Eltern oft im Fokus der Trennung stehen, ist es von großer Bedeutung, die Auswirkungen auf die Kinder zu berücksichtigen. In diesem Artikel werde ich praktische Tipps und Ratschläge geben, wie wir Eltern unserem Kind helfen können, eine Trennung gut zu verkraften. Indem wir auf die Bedürfnisse der Kinder eingehen und ihnen die Unterstützung bieten, die sie benötigen, unterstützen wir sie dabei, diese schwierige Zeit zu überstehen und gestärkt daraus hervorzugehen.

Ziel dieses Artikels ist es, Elternteile mit konkreten Empfehlungen auszustatten, um ihren Kindern während einer Trennung beizustehen. Durch die Anwendung dieser Tipps können Eltern ihren Kindern helfen, die Herausforderungen einer Trennung zu bewältigen und ihre Widerstandsfähigkeit (= Resilienz) zu stärken. Wir beginnen gleich mit den Unterstützungsmöglichkeiten/Tipps, wie ihr euch und auch das Leben eures Kindes vereinfachen könnt – vor, während und nach der Trennung.

### Tipps für Elternteile, um Kindern bei der Trennung zu helfen

#### 1. Offene und ehrliche Kommunikation

Eine offene und ehrliche Kommunikation ist entscheidend, um Kinder bei einer Trennung zu unterstützen. Es ist wichtig, altersgerechte Erklärungen zu verwenden und die Wahrheit zu sagen, ohne falsche Hoffnungen zu wecken.

Zum Beispiel können Eltern ihrem Kind erklären, dass sie sich getrennt haben, weil sie als Paar nicht mehr gut zusammenpassen, aber dennoch gemeinsam für das Wohl des Kindes sorgen werden. Indem Eltern die Fragen und Sorgen ihres Kindes geduldig beantworten und ihm das Gefühl geben, dass es sicher ist, schaffen sie eine vertrauensvolle Umgebung, in der das Kind besser mit der Trennung umgehen kann.

#### 2. Stabilität und Routine bewahren

In Zeiten der Trennung ist es wichtig, Stabilität und Routine für das Kind aufrechtzuerhalten. Indem Elternteile beispielsweise feste Essens- und Schlafenszeiten beibehalten oder regelmäßige gemeinsame Aktivitäten planen, schaffen sie eine verlässliche Umgebung.

Ein konkretes Beispiel könnte sein, dass beide Elternteile sich darauf einigen, dass das Kind jeden Mittwochabend Zeit mit dem Vater verbringt und jeden Samstagmorgen mit der Mutter frühstückt. Durch die Beibehaltung dieser Routinen

fühlt sich das Kind sicher und hat eine Struktur, die ihm Halt gibt, während es sich an die neuen Umstände anpasst.

#### 3. Unterstützung der emotionalen Bedürfnisse des Kindes

Die Unterstützung der emotionalen Bedürfnisse des Kindes ist von großer Bedeutung während einer Trennung. Elternteile sollten aktiv zuhören und Verständnis zeigen, wenn das Kind über seine Gefühle spricht.

Ein Beispiel dafür ist, dass Eltern regelmäßige Gespräche mit dem Kind führen, in denen es seine Emotionen ausdrücken kann. Wenn das Kind beispielsweise traurig ist, weil es den anderen Elternteil vermisst, sollte der jeweilige Elternteil nicht verärgert oder enttäuscht sein. Besser ist es auch, diese unangenehmen Gefühle anzuerkennen und sie gemeinsam zu bewältigen. Somit kommt das Kind nicht so schnell in einen Interessenkonflikt. Darüber hinaus können sie dem Kind alternative Wege aufzeigen, wie es seine Emotionen ausdrücken kann, beispielsweise durch Zeichnen, Schreiben oder Sport.

#### 4. Vermeidung von Konflikten vor dem Kind

Konflikte vor dem Kind zu vermeiden, ist entscheidend, um die Belastung während einer Trennung zu verringern. Elternteile sollten sich bemühen, respektvoll miteinander zu kommunizieren und Konflikte außerhalb der Anwesenheit des Kindes zu lösen.

Ein Beispiel dafür ist, dass Eltern eine klare Kommunikationsstrategie festlegen, um Meinungsverschiedenheiten zu besprechen, z. B. regelmäßige Elterngespräche abseits der Kinder. Durch den Verzicht auf Streitigkeiten oder negative Äußerungen über den anderen Elternteil vor dem Kind schützen Elternteile dessen emotionales Wohlbefinden. Stattdessen können sie dem Kind vermitteln, dass es okay ist, unterschiedliche Meinungen zu haben, und ihm Sicherheit geben, dass beide Elternteile trotz der Trennung für es da sind.

#### 5. Professionelle Unterstützung in Anspruch nehmen

Es ist wichtig, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen, um Kindern während einer Trennung bestmöglich zu helfen. Elternteile sollten sich nicht scheuen, professionelle Hilfe anzunehmen, sei es durch Beratung, Therapie oder Unterstützungsgruppen.

Ein Beispiel dafür ist, dass Eltern gemeinsam mit dem Kind eine Familientherapie in Betracht ziehen, um ihm einen sicheren Raum zu bieten, in dem es über seine Gefühle



sprechen kann. Durch den Einsatz von Fachleuten erhalten Elternteile wertvolle Ressourcen und Techniken, um die Bedürfnisse ihres Kindes zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren. Professionelle Unterstützung bietet eine zusätzliche Unterstützungsebene, um das Kind während des Trennungsprozesses zu begleiten und mögliche Herausforderungen zu bewältigen.

### Fazit

Die wichtigsten Tipps für Elternteile während der Trennung sind also: offene Kommunikation, Stabilität und Routine, emotionale Unterstützung, Konfliktvermeidung und eine mögliche professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.

Die Umsetzung dieser Tipps hat positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Kinder. Sie können ihre Widerstandsfähigkeit stärken und ihnen helfen, die Trennung besser zu bewältigen. Durch die Unterstützung der Elternteile fühlen sich die Kinder sicher, verstanden und geliebt, was langfristig zu einer gesunden Entwicklung beiträgt.

### Abschließende Worte der Ermutigung und Empathie für Elternteile

Auch in den dunkelsten Momenten der Trennung gibt es Hoffnung und Wege, um unsere Kinder erfolgreich durch diese Phase zu führen. Verzweiflung und Hilflosigkeit können überwältigend sein, aber wir Elternteile haben die Kraft und die Fähigkeiten, unsere Kinder zu unterstützen. Lass dich von der Expertise inspirieren und entdecke, wie du eure Lebensbedingungen stärken kannst. Verwandle die Herausforderung der Trennung in eine Chance, um eine tiefere Bindung zu deinem Kind aufzubauen und es auf seinem Weg zu begleiten. Gemeinsam schafft ihr es!



Mag.ª (FH) Birgit Gatringer

ist familylab-Trainerin nach Jesper Juul, Dipl. Mentaltrainerin und Dipl. Kinder- und Jugendmentaltrainerin. Sie ist selbst Mutter von zwei Jungs und gibt ihr Wissen auf der Plattform [www.starkekids.com](http://www.starkekids.com) weiter. Ihr Herzensthema ist es, ein harmonisches Umfeld für Kinder zu schaffen, in dem die Kinder selbstbewusst und stark fürs Leben heranwachsen können.

# MEHR ALS EIN DACH ÜBER DEM KOPF

## Gutes Wohnen für Alleinerziehende

Am 10. Juni 2023 lud der Bundesverband VAMV zu seiner jährlichen Fachtagung in den hohen Norden nach Kiel. Sarah Zeller wurde als Leiterin von JUNO und stv. Vorstandsvorsitzende der ÖPA zu einem fachlichen Input im Rahmen eines Workshops eingeladen. Das Programm bestand aus einer ausgewogenen Mischung aus Vorträgen und Workshops mit ausreichend Zeit für Diskussion und Austausch.

Dr.<sup>in</sup> Christiane Droste und Dr.<sup>in</sup> Sabine Riss starteten mit ihren beiden spannenden Vorträgen über Wohnen als Armutsrisiko von Alleinerziehenden bzw. gendergerechte Stadtplanung. Im Anschluss fanden parallel drei Workshops statt: Dr. Steffen Wetzstein leitete einen Workshop über Möglichkeiten und Strategien für bezahlbaren Wohnraum für Alleinerziehende, Dr.<sup>in</sup> Martina Heitkötter widmete sich in ihrem Workshop dem Thema gemeinschaft-

liche Wohnkonzepte für Alleinerziehende und Mag.<sup>a</sup> Sarah Zeller thematisierte Quartiersplanung als Chance für Alleinerziehende.

Der fachliche Austausch zu diesen für Alleinerziehende existenziellen Themen war für die Teilnehmenden sehr gelungen und bereichernd. Spannend waren die Einblicke betreffend Wien, wo im Bereich Wohnen ein eigener Weg gegangen wird. Der Wiener Wohnbau ist international schon seit Langem ein Best-Practice-Beispiel in Bezug auf leistbares und innovatives gefördertes Wohnen. Nicht nur die Wiener Gemeindebauten, sondern auch die Weiterentwicklung der gesamten sozialen Wohnbaustrategie ist ein Schlüssel für die Lebensqualität in Wien. In den nächsten Jahren muss es verstärkt darum gehen, neue und leistbare Wohn-Lösungen für Alleinerziehende zu entwickeln und umzusetzen.

## NEUES ÖPA-MITGLIED: FRAUENBERATUNGSSTELLE INNERES SALZKAMMERGUT

Seit 1997 engagieren wir uns als gemeinnütziger, partei- und konfessionsunabhängiger Verein für eine Welt, in der Frauen ihre Persönlichkeit selbstbestimmt, selbstbewusst, selbstverantwortlich und selbstverständlich entfalten können.

Als Anlaufstelle für Frauen und Mädchen in schwierigen Lebenssituationen bieten wir professionelle psychosoziale Beratung – rasch, kostenfrei, vertraulich und unbürokratisch. Wir helfen, die eigenen Ressourcen zu erweitern und zu stärken.

### Schwerpunkt: Alleinerzieherinnen

Seit 2023 nehmen wir die Lebenslagen von Alleinerzieherinnen vermehrt in den Fokus.

#### Wir bieten:

- Umfassende **persönliche Beratung** in der Region
- **Telefonische Beratung** oberösterreichweit
- Informationen auf unserer Homepage durch den Kompass von ÖPA
- **Onlineseminare** zu „Gesunden Strategien bei Mental Load“ insbesondere bei Alleinerzieherinnen
- **Lesung:** Im Rahmen der 16 Tage gegen Gewalt an Frauen und Mädchen liest Beatrice Frasl aus ihrem Werk „Patriarchale Belastungsstörung“ und wird ihren Fokus ebenfalls auf die Situation von Alleinerzieherinnen und die an ihnen verübte strukturelle Gewalt richten.

- **Frauentreff – Alleinerzieherinnen und andere Alltagsheldinnen:** Mit dieser Initiative bieten wir Frauen jeden Alters, die sich vorstellen können, einen Teil ihrer freien Zeit mit einer alleinerziehenden Mutter zu verbringen und ihr gegebenenfalls unter die Arme zu greifen, sowie Alleinerzieherinnen, die auf der Suche nach Kontakt zu anderen Frauen und Unterstützung sind, die Möglichkeit des Kennenlernens. In einem zwanglosen Miteinander knüpfen wir ein Netz gegenseitiger Hilfe.

### Frauenübergangswohnung

Mit dieser Wohnung können wir Frauen und deren Kinder, die von häuslicher Gewalt bedroht sind, aber keiner akuten Gefährdung unterliegen, eine befristete, begleitete Wohnmöglichkeit anbieten. Hier haben sie die Zeit, erste Schritte in ein selbstbestimmtes und existenzgesichertes Leben zu setzen.

### Sensibilisierung der Öffentlichkeit

durch Veranstaltungen, Presseartikel und Radiointerviews zu den frauenspezifischen Themen.





Abonnieren Sie unseren neuen Newsletter und halten Sie sich über wichtige Informationen rund um Finanzen, Veranstaltungen und Angebote auf dem Laufenden. Der ÖPA-Newsletter erscheint bis zu achtmal im Jahr und informiert auch über die Arbeit der ÖPA für Alleinerziehende.



## ENoS-NETZWERKTREFFEN 2023 IN NALS, SÜDTIROL

Den bekannten Terminproblemen der letzten Jahre geschuldet, konnte das schon länger fällige europäische Treffen auf Einladung der Südtiroler Plattform für Alleinerziehende erst am 6. Mai 2023 stattfinden.

Unter dem Titel „Familien – MITeinander – FÜReinander – DURCHeinander“ hatten die Südtiroler\*innen am Vormittag zu einer höchst interessanten Tagung eingeladen. Zwei der Beiträge sind im Kontext unseres familienpolitischen Umfeldes besonders relevant: „Die Ehe – Seitensprung der Geschichte“ der Patriarchatsforscherin Alexandra Schwarzschild: Sie brachte ein neues Bewusstsein über die verhältnismäßig kurze Existenz des familiären Patriarchats im Vergleich zur Menschheitsgeschichte ein. Zum Thema „(K)ein Platz für Mütter. Von der Vereinsamung der Mütter hin zu einem sicheren Netzwerk“ sprach die Sozialwissenschaftlerin Andrea Fleckinger von der Universität Trient über Schwierigkeiten und Hürden, denen besonders alleinerziehende Mütter ausgeliefert sind.\*

Am ENoS-Treffen nahmen neben Österreich, Deutschland und Südtirol Vertreter\*innen der französischen Organisation Fédération Syndicale des Familles Monoparentales

(FSFM) und über Internet die Organisation Asociación de Madres Solteras „Isadora Duncan“ in Spanien teil.

Der gegenseitige Austausch über die Situation zeigte – wenig überraschend – dass in allen Ländern im Zuge der wirtschaftlichen Situation die sozialpolitische Lage für Alleinerziehende viele Probleme aufwirft.

Unterstrichen wurde von allen Teilnehmenden die Bedeutung des ENoS-Netzwerks: Der Austausch über Problemlagen, aber auch Fortschritte in der Familienpolitik, die in dem einen oder anderen Land erreicht wurden, können durchaus auch für andere Mitglieder hilfreich sein.

Auch die Wahlen der ENoS-Vorsitzenden standen auf der Tagesordnung: Zur Vorsitzenden wurde Evelyn Martin/ÖPA gewählt, zu den stellvertretenden Vorsitzenden Edith Schwab, Vertreterin des Verbandes Alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) Deutschland, und Ida Lanbacher, Delegierte der Südtiroler Plattform, Italien. Durch die Vorsitzwahl von Evelyn Martin wandert ENoS für die nächsten zwei Jahre ins ÖPA-Büro nach Wien.

\* Auf Anfrage können die Referate zugesandt werden.



# BLUMEN IM KOPF

## Opa Günther pflanzt gute Gedanken

Gefühle, aber auch Gedanken, die diese Gefühle verstärken, können uns ganz schön aus der Bahn werfen. Dies zu erkennen und einen guten Umgang mit den eigenen Gedanken und Gefühlen zu finden, ist eine wichtige Säule für innere Stabilität und Wohlbefinden.

Der Opa in Lisa Wirths Kinderbuch zeigt seiner geliebten Enkelin, wie man einen Garten in seinem Kopf anlegt und so gute Gedanken für schwierige Zeiten übt. Und wie man in den Köpfen anderer Blumen pflanzt, mit einem Lächeln oder einem freundlichen Wort. Und dass Regenwolken auch zum Leben gehören und nach einem Regen in der Seele wieder die Sonne scheinen kann.

Für Eltern, Pädagog\*innen und alle, die mit Kindern zu tun haben, gibt es unter [stayinspired.de/blumen-im-kopf/](https://stayinspired.de/blumen-im-kopf/) ein Arbeitsheft zum Ausmalen und für Übungen rund um gute Gedanken sowie eine Ausmalvorlage für Kinder.



### SO ERREICHEN SIE UNS

  **ÖPA – Österreichische Plattform für Alleinerziehende**

Türkenstraße 3/3. Stock — 1090 Wien — 01/890 3 890 — [oeпа@oeпа.or.at](mailto:oeпа@oeпа.or.at)

#### UNSERE ARBEIT WIRD GEFÖRDERT VON

 Bundeskanzleramt

 Österreichische  
Bischöfskonferenz

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

#### Impressum

**Eigentümerin, Herausgeberin und Verlegerin:** Österreichische Plattform für Alleinerziehende – ÖPA  
Türkenstraße 3/3. Stock, 1090 Wien

**Unternehmensgegenstand:** Interessenvertretung für Ein-Eltern-Familien, ZVR: 152293663

#### Vereinszweck:

Die Österreichische Plattform für Alleinerziehende (ÖPA) vertritt bundesweit die Interessen alleinerziehender Mütter/Väter und ihrer Kinder. Ihr Engagement gilt allen Ein-Eltern-Familien, ob geschieden, getrennt lebend, ledig oder verwitwet. Sie setzt sich auf politischer und gesellschaftlicher Ebene für strukturelle Verbesserungen und mehr Verständnis für Alleinerziehende ein. Die ÖPA ist keiner politischen Partei verpflichtet. Ihre Tätigkeit kommt alleinerziehenden und getrennt lebenden Müttern/Vätern und ihren Kindern, unabhängig ihrer weltanschaulichen und konfessionellen Zugehörigkeit und Herkunft, zugute.

**Vorstand: Vorsitzende:** Evelyn Martin **Stellvertreterin:** Sarah Zeller **Kassierin:** Julia Stadlbauer

**Redaktionsteam:** Julia Neider, Margareth Buchschwenter, Doris Pettighofer

**Lektorat:** Karin Flunger **Satz und Grafik:** Sandra Zinterhof

**Fotos:** siehe Fotocredits **Druck:** Druckerei Atlas

**Offenlegung der Blattlinie:** Informationen und Berichte für Alleinerziehende

**Mitgliederzeitschrift, Einzelpreis:** EUR 2,50

Pb.b. Verlagspostamt 1090 Wien, Erscheinungsort Wien, Zulassungsnummer: MZ 02Z033658M