

# Alleinerziehend

## in Lev

Informationen  
zu Beruf  
und Ausbildung



## Ausbildung und Beruf Beratung und Tipps für den Alltag Bildung und Freizeit Nützliches

# ALLEINERZIEHEND IM BERUF

Fast jede fünfte Familie in Deutschland besteht aus einem alleinerziehenden Elternteil; meist sind es Frauen, die ein oder mehrere Kinder alleine großziehen.

In Leverkusen sind von 80.853 Haushalten, etwa 4.000 Haushalte von alleinerziehenden Müttern oder Vätern. Von diesen beziehen fast 1.700 Alleinerziehende mit einem oder mehreren Kindern sogenannte Transferleistungen nach dem SGBII (ALGII)\*.

Neben der oftmals schwierigen wirtschaftlichen Situation, die Alleinerziehenden Haushalte betrifft, spielt auch der Wunsch, nicht von öffentlichen Leistungen abhängig zu sein, bei der Aufnahme einer Erwerbstätigkeit eine große Rolle.

Für den größten Teil der Alleinerziehenden hat Arbeit einen hohen Stellenwert- so sind deutlich mehr alleinerziehende Mütter in Vollzeit berufstätig, als Mütter in Paarfamilien.

Vielfach wird von Alleinerziehenden die Arbeit aber auch als Belastung empfunden; so würden viele Frauen mit Vollzeitstellen gerne ihre Arbeitszeiten reduzieren.

Dennoch: überwiegend sind alleinerziehende Frauen mit ihrem Leben zufrieden. Beruflicher Erfolg ist ihnen beispielsweise wichtiger als Müttern in Paarfamilien und die Erwerbstätigkeit betrachten sie als Teil ihrer Identität.

Neben Hinweisen zu Fragen der Berufstätigkeit finden Sie in diesem Heft Tipps, die für alleinerziehende Eltern interessant sein können.

\* Statistikstelle Stadt Leverkusen 01/2015

# AUSBILDUNG UND BERUF

## Agentur für Arbeit Leverkusen

Unterstützung und Beratung in allen Fragen zu

- Arbeitsplatzsuche
- Arbeitsmarkt
- Weiterbildung und
- beruflicher Neuorientierung

erhalten Sie von der Agentur für Arbeit in Leverkusen.

Um einen Beratungstermin zu vereinbaren, stehen die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen gerne persönlich, telefonisch oder per E- mail zur Verfügung.

Heinrich-von-Stephan-Straße 18, 51373 Leverkusen  
Leverkusen@arbeitsagentur.de  
Telefonnummer 0800 4 5555 00 (Kostenlos)

## Veranstaltungen

Zum Thema Wiedereinstieg nach einer Familienphase finden in regelmäßigen Abständen Informationsveranstaltungen der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) in Bergisch Gladbach statt. Die Teilnahme steht für jeden und jeder Interessenten/in offen, unabhängig von der Meldung bei der Agentur.

Die Termine finden Sie in der zentralen Veranstaltungsdatenbank der Bundesagentur für Arbeit im Internet.  
www.arbeitsagentur.de >"Schnellzugriff" (oben) Veranstaltungsdatenbank">Stichwort „Vereinbarkeit von Familie u. Beruf“>Ort „Bergisch Gladbach“

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Agentur für Arbeit Bergisch Gladbach Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Bensberger Str. 85, 51465 Bergisch Gladbach  
BergischGladbach.BCA@arbeitsagentur.de

## Beratung zur beruflichen Entwicklung

Berufliche Veränderungswünsche, Weiterbildung und Berufsrückkehr (nach familiärer Unterbrechung der Berufstätigkeit) sind Schwerpunkte der Beratung. In Leverkusen gibt es dieses Angebot bei der VHS Leverkusen. Adressen und Sprechzeiten finden Sie hier:  
www.weiterbildungsberatung.nrw.de

## Arbeitslosenzentrum Wiesdorf

0214/ 73489852  
www.wechselwirkunglev.de

## Arbeitslosenzentrum

JOB Service Beschäftigungsförderung Leverkusen gGmbH  
Gezielte Unterstützung bei allen Fragen rund um das Thema der Arbeitslosigkeit.  
Torsten Tofahrn  
02171/ 9474 42  
info@joblev.de  
www.joblev.de

## JOBCENTER AGL

Hier gibt es für Alleinerziehende regelmäßig Informationsveranstaltungen der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt. Fragen Sie Ihre Vermittlerin oder Ihren Vermittler danach. Beim Jobcenter gibt es außerdem spezialisierte Ansprechpartnerinnen für die Alleinerziehendenberatung, die bei der Ausweitung der Kinderbetreuung, Mobilität und Qualifizierung, Teilzeit - /Berufsausbildung sowie Arbeitsvermittlung unterstützend zur Seite stehen.

Heinrich-von-Stephan-Straße 6a, 51373 Leverkusen  
Angelegenheiten der Arbeitsvermittlung: 0214/ 8339-585  
Leistungsrechtliche Angelegenheiten: 0214/ 8339-475

### Erwerbslosenberatung

Diakonisches Werk des Ev.Kirchenkreises Leverkusen  
Carola Voß  
0214/ 382-755  
www.diakonie-leverkusen.de

### Offene Jugendberufshilfe (OJB) Katholische Jugendagentur gGmbH

Kurzfristige und unkomplizierte Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene bis 27 Jahre.  
Unterstützung bei Fragen rund um schulische Bildung, berufliche Orientierung und Berufsvorbereitung, Berufsausbildung oder Beschäftigung, sowie über die Möglichkeiten weiterführende Schulabschlüsse zu erwerben.

Neustadtstraße 6, 51379 Leverkusen  
02171/ 49955  
info@ojb.kjw-lev.de  
www.ojb.kjw-lev.de

### Frauenbüro Stadt Leverkusen

Orientierungsberatung für Wiedereinsteigerinnen.  
Außerdem werden in unregelmäßigen Abständen Workshops zum Thema angeboten; informieren Sie sich.

Manforter Straße 184, 51373 Leverkusen  
0214/ 406 8304  
antje.winterscheidt@stadt.leverkusen.de  
www.leverkusen.de

### Tipps zum Wiedereinstieg

www.wiedereinstieg.nrw.de

## Ausbildung in Teilzeit

Eine Ausbildung in Teilzeit kommt in Frage, wenn Sie zum Beispiel als Alleinerziehende zeitlich begrenzt flexibel sind oder während einer bereits begonnenen Ausbildung schwanger werden. Es gibt zwei Varianten:

**Variante 1:** Teilzeitausbildung ohne Verlängerung der Ausbildungszeit, d.h. mindestens 25 Wochenstunden einschließlich Berufsschule.

**Variante 2:** Hier sind es max. 20 Wochenstunden. Allerdings wird die Ausbildungszeit um ein Jahr verlängert. Diese Variante muss im Einzelfall geprüft werden und wird nicht in allen Kammerbezirken durchgeführt.

### Wichtig zu wissen:

- Die Berufsschulzeiten entsprechen denen bei einer Ausbildung in Vollzeit.
- Entsprechend der reduzierten Stundenzahl kann die Ausbildungsvergütung vom Arbeitgeber gekürzt werden.
- Neben der Ausbildungsvergütung, die in der Regel zur Sicherung des Lebensunterhaltes nicht ausreicht, gibt es verschiedene Möglichkeiten, zusätzliche Leistungen zu beziehen.
- Bis zum Alter von 27 Jahren berät hierzu die Offene Jugendberufshilfe in Opladen; weitere Beratungsmöglichkeiten: das Wuppermann Bildungswerk und das Kolping-Bildungswerk (siehe unten)

Zu den zusätzlichen Finanzierungsmöglichkeiten einer schulischen oder betrieblichen Teilzeitausbildung gehören zum Beispiel Berufsausbildungsbeihilfe (BAB), Wohngeld, Kinderzuschlag, evtl. ergänzende Leistungen aus dem ALG II, Bafög, oder Ermäßigung der Kita-Gebühren. Je nach Ihrer individuellen Situation erhalten Sie auch in einer Ausbildung weiterhin Elterngeld.

Unter [www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de) finden Sie bei ‚Frauen und Mädchen‘ eine Checkliste zur Teilzeitausbildung.

Den Antrag auf BAB erhalten Sie bei der Agentur für Arbeit; wenn Sie aktuell Kundin des Jobcenters sind, informieren Sie sich bei Ihrer Sachbearbeitung über mögliche Leistungen durch das Jobcenter. Unter [www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de) finden Sie bei ‚Frauen und Mädchen‘ eine Checkliste zur Teilzeitausbildung.

### Ausbildung zur Erzieherin in Teilzeit

Erzbischöfliches Berufskolleg Köln  
Freiligathstraße 6, 50935 Köln  
0221/ 4301051  
[krielerdom@eb-koeln.de](mailto:krielerdom@eb-koeln.de)  
[www.eb-koeln.de](http://www.eb-koeln.de)

### TEP – „Teilzeitausbildung – Einstieg begleiten – Perspektiven öffnen“

#### Wuppermann Bildungswerk Leverkusen GmbH

Hemmelrather Weg 203, 51377 Leverkusen  
Ansprechpartnerin: Martina Pfingst  
0214/ 87610-34  
[m.pfingst@wuppermann-bildungswerk.de](mailto:m.pfingst@wuppermann-bildungswerk.de)  
[www.wuppermann-bildungswerk.de](http://www.wuppermann-bildungswerk.de)

### Teilzeitausbildung in Kooperation mit dem Jobcenter Leverkusen Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V. Bildungsstätte Leverkusen

Altstadtstr. 13, 51379 Leverkusen  
Ansprechpartnerin: Lydia Feucht  
02171/ 945640  
[lydia.feucht@kbw-leverkusen.de](mailto:lydia.feucht@kbw-leverkusen.de)  
[www.kbw-koeln.de](http://www.kbw-koeln.de)

### WPU

Erzieher/innen Lehrgang in Teilzeit zur Vorbereitung  
auf die staatliche Externenprüfung  
Edmund-Rumpler-Straße 6, 51149 Köln-Porz  
02203/ 916 999  
[info@wpu-wiener.de](mailto:info@wpu-wiener.de)  
[www.erzieher-lehrgang.de](http://www.erzieher-lehrgang.de)

### Teilzeitstudium

Bachelor „Soziale Arbeit für Frauen neben der Familientätigkeit“  
Anbieter ist die Katholische Hochschule Nordrhein.  
Die Seminare finden freitags und samstags statt.  
Mehr Infos:  
[www.katho-nrw](http://www.katho-nrw) > Aachen > Studium&Lehre > Studienangebote >  
Kompaktstudium für Frauen B.A.

## BERATUNG UND TIPPS FÜR DEN ALLTAG

### Frühe Hilfen

Bei den „Frühen Hilfen“ können Sie mit den unterschiedlichsten Angeboten unterstützt werden. Das kostenlose Angebot richtet sich an werdende Eltern und Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren und Sie finden es in den Stadtteilen Manfort, Steinbüchel und Rheindorf. Ein weiterer Standort ist im Jahr 2016 für den Stadtteil Opladen geplant. An allen Standorten „Frühe Hilfen“ in Leverkusen haben Sie die Möglichkeit, verschiedenste Angebote in Anspruch zu nehmen. Dazu gehören zum Beispiel eine Babysprechstunde, die Telefonberatung, offene Gesprächskreise wie das Müttercafé, oder Kursangebote (Spielkreise, Babymassage, Nähkurse).

Zu den Fachleuten, die Sie als Eltern oder werdende Eltern unterstützen, gehören Familienhebammen, Sozialpädagoginnen/Sozialpädagogen, Psychologinnen/Psychologen und Erzieherinnen/Erzieher. Auch das Willkommenspaket für Neugeborene gehört zu den „Frühen Hilfen“; Ansprechpartnerin ist Frau Stöcker-Meier, Tel.: 0214/ 314 903 71

Die Adressen der Stadtteilläden finden Sie im Abschnitt Beratung und Tipps für den Alltag.

## Kinderbetreuung

### Tageseinrichtungen

Aktuelle Listen Tageseinrichtungen sowie Informationen zu den Elternbeiträgen: [www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de) > Leben in Lev < Familie, Kinder, Jugend.

### Kindertagespflege

Betreuung von Kindern unter 3 Jahren durch eine qualifizierte Tagespflegeperson, entweder in deren privaten Haushalt oder in angemieteten Räumen. Mehr Informationen unter [www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de); hier am besten in der Suchleiste den Begriff Tagespflege eingeben.

### Angebote während der Schulferien

Fast alle Jugendeinrichtungen in Leverkusen haben während der Ferien ein unterschiedliches Angebotsspektrum: [www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de) > Leben-in-Lev > Familie, Kinder, Jugend.

### Schulen

Hier finden Sie eine Übersicht der Schulen mit Hinweisen zu deren Betreuungsangebot: [www.schulen-lev.de](http://www.schulen-lev.de)

**Sterntaler Kinderkleiderladen  
Kolpinghaus**

An St.Remigius, 51379 Leverkusen  
02171/ 395 770

**Kinder-Kleider-Kiste  
Kinderschutzbund**

Lützenkirchener Straße 169, Leverkusen-Quettingen  
Felderstr. 165, Leverkusen-Rheindorf  
www.dksb-leverkusen.de

**Kleiderkeller  
Caritasverband Leverkusen**

Sandstraße 65, 51379 Leverkusen  
02171/ 366 903 0 oder 0214 / 487 62  
andrea.wetzstein@caritas-leverkusen.de  
www.caritas-leverkusen.de



## Beratung und Tipps für den Alltag

**AWO Beratungsdienste gGmbH**

Tannenbergr. 66, 51373 Leverkusen  
0214/ 650 18  
www.awo-beratung-lev.de

**AWO Beratungsstelle für  
Schwangerschaft, Sexualität und Partnerschaft**

Berliner Platz 3, 51379 Leverkusen  
02171/ 275 29  
mail@awo-beratungsstelle-lev.de  
www.awo-beratungsstelle-lev.de

**Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche  
Beratungszentrum Stadt Leverkusen**

Manforter Str. 184, 51373 Leverkusen  
0214/ 406 5231  
www.leverkusen.de

**Deutscher Familienverband Leverkusen e.V.**

Beratungsstelle für Alleinerziehende  
Kostenlose individuelle Beratung für Alleinerziehende nach Termin-  
absprache.  
Weitere Angebote: Erfahrungsaustausch für alleinerziehende Mütter  
und Väter in der Eltern-Kind-Gruppe. Individuelles Betreuungsange-  
bot für Kinder in Kooperation mit der Kindertagespflege.  
Sabine Lindlar  
Elsbachstraße 107, 51379 Leverkusen  
02171/ 32181  
0179/ 6768983  
leverkusen@dfv-nrw.de  
www.dfv-leverkusen.org

### **Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Leverkusen e. V.**

Bracknellstraße 32, 51379 Leverkusen  
info@dksb-leverkusen.de  
02171/ 842 42  
www.dksb-leverkusen.de

### **Frauenberatungsstelle Leverkusen e.V.**

Informationen, Beratung und Unterstützung in psychischen und sozialen Problemsituationen für alle Frauen.  
Birkenbergstr. 35, 51379 Leverkusen  
02171/ 28320  
kontakt@frauenberatungsstelle-leverkusen.de  
www.frauenberatungsstelle-leverkusen.de

### **Lebenshilfe Leverkusen e.V.**

Frühförder- und Beratungsstelle  
für Kinder mit Entwicklungsstörungen oder Behinderungen  
Steinstr. 57a, 51379 Leverkusen  
02171/ 5808 -0  
www.lebenshilfe-lev.de

### **Manforter Laden**

Offenes Beratungs- und Unterstützungsangebot für junge Familien im Stadtteil; Angebote: Sprachkurs mit Kinderbetreuung, Erziehungsberatung durch eine Dipl. Psychologin auch zu Hause, Beratung bei finanziellen Schwierigkeiten und vieles mehr.  
Spiel- und Bastelspaß für Grundschulkindern im Alter von 6 bis 10 Jahren.  
Gustav-Heinemann-Str. 40, 51373 Leverkusen  
0214/ 31129567  
manforter-laden@diakonie-leverkusen.de  
www.diakonie-leverkusen.de

### **Nachbarschaftstreff Frühe Hilfen**

Albert-Schweitzer-Str. 9, 51377 Leverkusen (Steinbüchel)  
0214/ 2028377  
nachbarschaftstreff@caritas-leverkusen.de  
www.caritas-leverkusen.de

### **pro familia Beratungsstelle Leverkusen**

Beratung zu Schwangerschaft, Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualität  
Nobelstraße 19, 51373 Leverkusen  
0214/ 401 804  
leverkusen@profamilia.de  
www.profamilia.de/leverkusen

### **Psychologische Beratungsstelle**

Erziehungs-, und Familienberatung für gemeinsam und alleinerziehende Eltern sowie für Familien, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene (bis 26 J.)  
Kath. Erziehungsberatung Leverkusen e. V.  
Carl-Leverkus-Str. 16, 51373 Leverkusen  
0214/ 455 53  
www.beratung-in-leverkusen.de

### **Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Lebens- und Erziehungsfragen**

Evangelischer Kirchenkreis Leverkusen  
Dönhoffstr. 2, 51373 Leverkusen  
0214/ 382 500  
www.kirchenkreis-leverkusen.de



### Rheindorfer Laden

Offenes Beratungs- und Unterstützungsangebot für werdende Eltern und junge Familien, Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Stadtteil. Offene Cafés, Babymassage (Hebamme), Eltern-Kind-Kurse, Familientage, Sprachkurse, Hausaufgabenhilfe, Beratung für Migranten/ Migrantinnen, Schuldnerberatung, Bewerbungshilfe

Alle Angebote sind kostenfrei.

Königsberger Platz 14, 51371 Leverkusen

0214/ 206 424 0

info@rheindorfer-laden.de

www.rheindorfer-laden.de

### Selbsthilfekontaktstelle

Informiert, wenn Sie eine Selbsthilfegruppe zu einem sozialen oder einem gesundheitlichen Thema suchen. Die Beratungsstelle unterstützt ebenfalls bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen.

Die Beratung ist vertraulich und kostenlos.

Birgit Seehausen

Goetheplatz 1-4, 51379 Leverkusen

02171/ 949 495

selbsthilfe-lev@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-bergisches-land.de

### Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Leverkusen

#### Esperanza Schwangerenberatung

Beratung, Begleitung und Hilfestellung bei allen Fragen und Problemen rund um Schwangerschaft und Geburt. Für junge Schwangere mit Vermittlung konkreter Hilfen durch eine Familienhebamme und Beraterinnen von Esperanza.

#### Café Clever

Beratungsangebot für Alleinerziehende.

Jeden 2. Donnerstag im Monat im Familienzentrum St. Remigius.

Frau Kaszian

Fürstenbergstraße 10 , 51379 Leverkusen-Opladen

#### Cafe Young

Offener Treff für junge Mütter zwischen 15 und 23 Jahren mit ihren Babys.

Mehr Infos bei „Esperanza“, 02171/ 3958706 oder SKF, Düsseldorfer Straße 2, 51379 Leverkusen

02171/ 490 30

info@skf-leverkusen.de

www.skf-leverkusen.de

### Sozialdienst Katholischer Männer Leverkusen

Rat-Deycks-Straße 15-17, 51379 Leverkusen

02171/ 399 480

Michael Zeihen

Väter, die sich in Trennungssituationen befinden oder befanden, sind herzlich eingeladen, sich mit anderen Vätern, die von ähnlichen Problemen betroffen sind, auszutauschen oder sich den einen oder anderen Rat einzuholen.

Anmeldungen per Mail an: maenner@skm-leverkusen.de

## Stadt Leverkusen

Auf der städtischen Webseite sind unter „Leben in Lev“ alle Adressen der Beratungsangebote für Eltern, Kinder und Jugendliche aufgeführt. Unter „Rat & Hilfen“ finden Eltern wie Kinder Unterstützungsangebote. Hier erfahren Sie auch mehr über Tageseinrichtungen für Kinder, Kindertagespflege, Leihomas und Leihopas, Schulbetreuung und die Kostenregelung.  
Fachbereich 51 Kinder und Jugend  
Goetheplatz 1-4 , 51379 Leverkusen  
0214/ 406 5101  
[www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de)

## Schulden

### Diakonie

Otto-Grimm-Straße 9, 51373 Leverkusen  
0214/ 382-730, -731, -732 und -710 (Sekretariat)

### Sozialdienst Katholischer Männer Leverkusen

Rat-Deycks-Straße 15-17, 51379 Leverkusen  
02171/ 399 480

### AWO Schuldnerberatung

Tannenbergstraße 66, 51373 Leverkusen  
0214/ 602 7456  
Offene Sprechzeiten:  
Mi.: 10.00 – 12.00 Uhr  
Do.: 14.00 – 17.00 Uhr (Rheindorfer Laden, Königsberger Platz 14)

## BILDUNG & FREIZEIT

### AWO Familienseminar Leverkusen

#### Wochenendfahrten für Alleinerziehende im Frühjahr und Herbst

Ansprechpartner: Markus Nöller  
Berliner Platz 3, 51379 Leverkusen  
02171/ 14 51  
Familienseminar-AWO@t-online.de  
[www.familienseminar.info](http://www.familienseminar.info)

### BuT Bildung und Teilhabe

Wenn Sie für Ihr Kind HartzIV, Sozialhilfe (auch Asyl), Wohngeld oder Kinderzuschlag erhalten, können Sie Geldleistungen für Schulbücher, Mittagessen, Ausflüge, Nachhilfe, Klassenfahrten und Beiträge für Vereine beantragen. Bei der Stadt Leverkusen sind verschiedene Mitarbeiterinnen/Mitarbeiter nach dem Alphabet orientiert für die Anträge zuständig.

Mehr Informationen, sowie Anträge zum Herunterladen finden Sie hier: [www.leverkusen.de](http://www.leverkusen.de) >Leben in Lev>Rat&Hilfen

Fachbereich Soziales  
Miselohestr. 4, 51379 Leverkusen  
Öffnungszeiten: Montag 14 Uhr bis 16 Uhr  
Mittwoch und Freitag: 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr

### Erzbistum Köln Erzbischöfliches Generalvikariat Referat Ehe- und Familienpastoral

Mehrtägige Bildungsveranstaltungen (an Wochenenden, in den Sommerferien und über Silvester) für alleinerziehende Frauen und Männer. Die Veranstaltungsorte sind im Bergischen Land und im Köln-Bonner-Raum. Es gibt jedes Jahr ein neues Programm. Bei allen Veranstaltungen wird auch eine Kinderbetreuung mit angeboten.  
Marzellenstraße 32, 50668 Köln  
0221/ 1642 1129  
Gertrud.ganser@erzbistum-koeln.de  
[www.alleinerziehen.info](http://www.alleinerziehen.info)

### **Familien-Ferien-Trägerwerk e.V.**

Im Haus Maria in der Aue im Bergischen Land werden im Sommer und Winter u.a. Familienurlaube mit Kinderbetreuung für Alleinerziehende angeboten.

In der Aue 1, 42929 Wermelskirchen  
02193/ 50600  
info@fftw.de, www.fftw.de

### **Kulturdrehscheibe**

Gemeinnütziger Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, finanziell schwächer gestellten Menschen durch die kostenfreie Vermittlung nicht verkaufter Veranstaltungstickets die Teilhabe am kulturellen Leben in der Stadt zu ermöglichen.

Otto-Grimm-Str. 9 , 51373 Leverkusen  
0214/ 311 261 79  
info@kulturdrehscheibe-leverkusen.de  
www.kulturdrehscheibe-leverkusen.de

### **Mutter-Vater-Kind-Kuren**

Einen Antrag können Sie direkt über Ihren Arzt oder auch mit Unterstützung einer Beratungsstelle stellen.

Gehen Sie zu Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt und besprechen Sie, ob die medizinischen Voraussetzungen für eine Kurmaßnahme zur Vorsorge oder Rehabilitation gegeben sind. Lassen Sie sich gegebenenfalls Ihre Krankheit und evtl. auch die Ihres Kindes schriftlich attestieren und möglichst genau beschreiben.

Lassen Sie sich nicht entmutigen, falls die Krankenkasse Ihren Antrag ablehnen sollte. Die Beratungsstelle unterstützt Sie bei Ihrem Widerspruch.

Zum Angebot im Müttergenesungswerk gehören in ausgewählten Kliniken auch Vater-Kind-Kurmaßnahmen.

### **Müttergenesungswerk Beratungsstellen Caritasverband Leverkusen e.V.**

Bergische Landstr. 80 , 51375 Leverkusen  
0214/ 855 424 90  
danuta.kolzok@caritas-leverkusen.de

### **Evangelischer Verein für Müttergenesung e.V. Außenstelle Köln**

0221/ 760 2866

### **Weitere Bildungsträger finden Sie unter:**

[www.regionale.bildungsnetzwerke.nrw](http://www.regionale.bildungsnetzwerke.nrw)



# NÜTZLICHES

## Blogs & Social Media

Einige Alleinerziehende berichten in Blogs über Erfahrungen und geben Tipps:

[www.mutterseelenalleinerziehend.de](http://www.mutterseelenalleinerziehend.de)

[www.mama-arbeitet.de](http://www.mama-arbeitet.de)

[www.starkundalleinerziehend.de](http://www.starkundalleinerziehend.de)

[www.alleinerziehend-leben.de](http://www.alleinerziehend-leben.de)

Facebookgruppe: Mamas in Leverkusen

## VAMV

### Interessenvertretung für Alleinerziehende in NRW

finden Sie beim VAMV NRW e.V., dem Verband alleinerziehender Mütter und Väter, [www.vamv-nrw.de](http://www.vamv-nrw.de)

Die nächsten Ortsverbände des VAMV sind in Düsseldorf oder Bonn.

Dort gibt es neben Beratung auch Veranstaltungen für Alleinerziehende.

[www.vamv-bonn.de](http://www.vamv-bonn.de)

[www.vamv-duesseldorf.de](http://www.vamv-duesseldorf.de)

Beim VAMV finden Sie auch den Blog *Die Alleinerziehenden*

– interessantes Forum rund ums allein Erziehen:

[www.die-alleinerziehenden.de](http://www.die-alleinerziehenden.de)

### Außerdem:

[www.smart-mama.de](http://www.smart-mama.de); eine Fachanwältin für Arbeitsrecht gibt in ihrem Blog Tipps für Mütter rund ums Arbeitsleben

[www.vbm-online.de](http://www.vbm-online.de); Lobby für berufstätige Mütter

## Impressum

Stadt Leverkusen

Der Oberbürgermeister

Frauenbüro

Verantwortlich: Sabine Rusch-Witthohn

Redaktion: Antje Winterscheidt

Koordination Netzwerk W(iedereinstieg) Leverkusen

Gestaltung: Gabriele Randerath, Leverkusen

Fotos: Seite 7, 8-9, © mosaiko / photocase.de

Seite 12, © Yvonne Hesse Photography / photocase.de

Seite 21, © misterQM / photocase.de

Seite 22, © Julia Nimbus / photocase.de

Druck: ICS, Bergisch Gladbach, Auflage: 1000

Für Inhalte und Links wird keine Haftung übernommen.

Stand November 2015

© Frauenbüro Stadt Leverkusen

Alle Rechte vorbehalten.

2. Auflage November 2015

