

PRESSEMELDUNG

Gemeinsam, nicht einsam

Erfahrungsaustausch und Hilfe: Alleinerziehende vernetzen sich

Alleinerziehende müssen enorme Herausforderungen im Alltag meistern. Viele Probleme ließen sich leichter gemeinsam mit anderen lösen. Der Verband allein erziehender Mütter und Väter (VAMV) Landesverband NRW hat deshalb eine Motivationskampagne zur Vernetzung Alleinerziehender gestartet. Herzstück der Kampagne ist das „Workbook für Alleinerziehende Netzwerker*innen“. Es leitet Alleinerziehende Schritt-für-Schritt durch den Vernetzungsprozess. Die Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Düren begrüßt das Projekt des VAMV: „Wir unterstützen Alleinerziehende, die ein Netzwerk gründen wollen, zum Beispiel bei der Suche nach einem geeigneten Raum für ein solches Treffen“, sagt Hannelore Viehöver-Braun von der Selbsthilfekontaktstelle. „In einer solchen Netzwerk-Gruppe von und für Alleinerziehende können Erfahrungen ausgetauscht aber auch ganz praktische Lebenshilfe geleistet werden“, so Viehöver-Braun weiter. In anderen Städten in Nordrhein-Westfalen haben sich in den vergangenen Monaten sehr erfolgreich Alleinerziehende in solchen Netzwerk-Gruppen zusammengefunden. Und auch die Ärztin und Buchautorin Dr. Alexandra Widmer („Stark und alleinerziehend. Wie du der Erschöpfung entkommst und mutig neue Wege gehst“, Kösel Verlag) will Alleinerziehende bestärken, aktiv zu werden: „Leg los, obwohl du gerade keine Kraft hast, und lass dich überraschen.“

Weitere Informationen zum VAMV-Workbook für Alleinerziehende Netzwerker*innen“ können bei der Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Düren angefordert werden: Hannelore Viehöver-Braun, 0 24 21/489 211.

Kontakt:
Pressereferentin
Ute Zimmermann

Tel.: 0201 82 774-77
E-Mail: zimmermann@vamv-nrw.de



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