

## Zehn Jahre Kontaktnetz allfabet

# Löwinnen allein zu Haus

Sie pflegen, bis sie fast nicht mehr können. Sie ringen um gerechten Unterhalt, bezahlbare Wohnungen, Teilzeit-Arbeit, inklusive Beschulung und behindertengerechte Kinderbetreuung. Und sie kämpfen wie Löwinnen, wenn es um ihr Kind mit Behinderung geht: Alleinerziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung schultern das, was zwei Elternteile kaum bewältigen können, alleine. Diese Mütter mit ganz besonderen Herausforderungen unterstützt das Münchner Kontaktnetz allfabet seit nunmehr zehn Jahren. Noch immer ist diese Initiative deutschlandweit einzigartig.

Sommerfest der allfabet-Frauen mit ihren Kindern mit Behinderung im Innenhof des Frauentreffs



## Liebe Leserin, lieber Leser,

Frauen vor! Im ersten Moment klingt dieser Slogan der Frauenbewegung längst überholt. Aber ist es nicht so, dass immer noch Frauen ihren Beruf, ja ihr eigenes Leben zurückstellen, wenn ein Kind – noch dazu mit Behinderung – geboren wird? Wir reden von Eltern und meinen oft die Mütter, die ganz besondere Herausforderungen bewältigen. Das war eines der Themen, die bei der Frauenkonferenz in Kempten besprochen wurden. Lesen Sie in diesem info-bayern mehr darüber und erfahren sie, wie unsere Mitgliedereinrichtung allfabet allein erziehende Frauen unterstützt. Herzlichst Ihre

Konstanze Riedmüller  
Landesvorsitzende

„mam-mut“ heißt das neueste Angebot. Und eine urzeitliche Mammut-Mutter mit langen Stoßzähnen, die sich schützend hinter ihr Mammutkind stellt, ziert das Ankündigungsfaltblatt für die neue Krabbelgruppe für Frauen mit Kindern mit Behinderung. „mam-mut“ steht auch für ganz „besonders mutige Mamas und ihre Kinder“. Eine Krabbelgruppe speziell für diese Zielgruppe gab es bisher nicht. Das scheinbar so unspektakuläre neue Angebot wurde von Christine Baum initiiert. Die 35-Jährige ist eine dieser alleinerziehenden Mammut-Mamas, die noch dazu die Kraft hatte, ihre Idee voranzubringen. Seit rund vier Jahren ist sie mit allfabet vernetzt. Ihr Sohn im Kindergartenalter hat das Down-Syndrom. – Es steckt viel Herzblut in diesem neuen Angebot, erläutert Igbal Selimi, die Projektleiterin des allfabet – Kontakt\_Netzes für Frauen mit Kindern mit Behinderung.

Leiterin ist die  
Sozialpädagogin  
Igbal Selimi



„Ansonsten ist diese Krabbelgruppe wie andere Krabbelgruppen auch. Nur tauschen unsere Frauen hier neben Tipps für Kinderkleider und Spielsachen auch ihre Erfahrungen und Unsicherheiten mit der Behinderung des Kindes, mit Entwicklungsverzögerungen und Frühförderung aus.“

Die Ideen und Eigeninitiative der Frauen aufzugreifen und in professionelle Angebote zu gießen, das ist ein Teil des Selbstverständnisses von allfabet und seinem Trägerverein sif e.V. Die Abkürzung sif steht für „Sozial, integrativ, aktiv, für Frauen“ und geht auf die 1985 gegründete Initiative alleinerziehender Frauen zurück. Aktuell betreibt sif e.V. einen Frauenstadteitreff im Münchner Viertel Haidhausen, unweit des Gasteigs. Dort gibt es ein Frauencafé mit frisch gekochtem Mittagsmenü und Kuchen zu günstigen Preisen. Das Café wird durch ein eigenes Beschäftigungs- und Qualifizierungsprojekt getragen. Im Treff finden Gruppen und Beratungen zu Mutter-Kind-Themen und zum Schwerpunkt alleinerziehende Frauen sowie kulturelle Veranstaltungen, Filmabende, Diskussionen und wechselnde Kunstausstellungen mit Vernissagen statt. Außerdem wird qualifizierte Einzelberatung



Links: Susanne Otter und Igbal Selimi bei der Infobörse für Familien mit Handicap in München. Rechts: Einmal im Jahr gibt es ein mehrtätiges Seminar zum Entspannen, Kreativ-Werden und In-Bewegung-Kommen. Für viele Frauen, die einzige Möglichkeit Urlaub zu machen



zu psychosozialen, rechtlichen und beruflichen Problemen und die Sicherung der eigenen Existenz angeboten.

### Krabbelgruppe und Samstagstreff

Zurück zu den Frauen mit ganz besonderen Herausforderungen. Ihr Leben ist ein permanenter Balanceakt: als Rund-um-die-Uhr-Betreuerin und Pflegerin ihres Kindes, als Teilzeit-Familienernährerin und/oder Harz-IV-Empfängerin, als nimmermüde Kämpferin für Unterhalts- und Krankenkassenzahlungen, als Expertin für die Behinderung ihres Kindes, aber auch als ganz normale Hausfrau und sorgende Mutter. Das Frau-Sein an und für sich fällt gerne mal hinten runter. Denn viele der Mütter sind ständig überlastet und geraten über die Jahre oft in völlige soziale Isolation, so Igbal Selimi. Hobbys, Freizeit oder locker-entspannte Treffen mit Freundinnen und Freunden sind ein rares Gut. Einen neuen Partner oder eine neue Partnerin kennenzulernen, ist in dieser Lebenslage nahezu unmöglich.

### Auf dem Präsentierteller

Auf diese Situation geht das Angebot von *allfabeta* ein: Der Kern des Kontaktnetzes ist ein offenes Treffen, das einmal im Monat am Samstagnachmittag stattfindet – mit Kinderbetreuung, versteht sich, sowohl für Kinder mit Behinderung als auch für die Geschwisterkinder. Im Durchschnitt nehmen acht Frauen und ihre Kinder teil. Die Treffen sind teils strukturiert und moderiert, teils offen, sodass neue Frauen leicht integriert werden können. Im Sinne des Selbsthilfegedankens profitieren Frauen, die neu dabei sind, sehr von den Erfahrungen der anderen Frauen. „Einige unserer Besucherinnen sind vom Land nach München gezogen, weil es dort keine ausreichenden Angebote für sie und ihre Kinder gab“, berichtet die Sozialpädagogin Igbal Selimi. Im Dorf fühlten sie

sich wie auf dem „Präsentierteller“. Die Anonymität im Wohnblock war ihnen lieber.

Das Highlight im Angebot von *allfabeta* ist einmal jährlich ein mehrtätiges Seminar mit abwechslungsreichem Programm zum Entspannen, Kreativ-Werden und In-Bewegung-Kommen. Die letzten Jahre fand es im Begegnungszentrum Wartaweil am Ammersee statt. „Es ist für die Frauen und ihre Kinder eine der wenigen Möglichkeiten, aus ihrem belastenden Alltag auszusteigen, für viele sogar die einzige Möglichkeit im Jahr, Urlaub zu machen“, so Selimi.

Neben den Gruppentreffen beraten Igbal Selimi und ihre Kollegin Susanne Otter zu vielerlei psychosozialen-, Gesundheits- und Betreuungsthemen sowie natürlich zu Fragen rund um die Behinderung ihres Kindes. Die Frauen profitieren auch von den weiteren *siaf*-Angeboten. Hier können sie in geschütztem Rahmen über Trennung, Unterhalt, Neuorientierung, Umschulung, Arbeitssuche oder auch ganz unangenehme Themen wie ihre Schulden sprechen. „Einige Frauen erzählen uns von schmerzlicher Stigmatisierung und Ausgrenzung durch Freunde, Nachbarn oder sogar Familienmitglieder.“ Da viele alleinerziehende Frauen sehr stark an Haus und Kind gebunden sind, findet ein großer Teil der Beratung selbstverständlich auch telefonisch oder per E-Mail statt.

### Kunstprojekt Madonna

Für seine innovative Arbeit wurde *allfabeta* 2010 als Good-Practice-Projekt für pflegende Angehörige mit dem Berliner Gesundheitspreis der AOK ausgezeichnet. Das Jugendamt der Stadt München übernahm die Einrichtung 2012 in die Regelfinanzierung, sodass nun 30 Personalstunden stabil finanziert sind. Zuletzt engagierten sich die Frauen im Kunstprojekt „Madonna“, einem Malworkshop, bei dem Selbstportraits entstanden, die mit Fotos und biografischen

Texten der Frauen ergänzt wurden. „Unsere ‚Madonna‘-Ausstellung kann ausgeliehen werden. Sie war schon beim Katholikentag in Regensburg, im Rathaus von Kaiserslautern und zuletzt in Ludwigshafen“, freut sich die neue Geschäftsführerin von *siaf* e.V., Kira Wüsten. Sie schmiedet Pläne und sucht nach Kooperationen für den Aufbau von *allfabeta*-Beratungsstellen auch in anderen Städten.



Alleinerziehende Frauen als Madonna mit Kind. Foto-Inszenierung von Barbara Stenzel aus dem Madonna-Kunstprojekt

Was hat sich in den zehn Jahren, die *allfabeta* besteht, verändert? Igbal Selimi: „Die Probleme für Alleinerziehende sind leider nicht weniger geworden. Armut, knappe Finanzen und überbezahlte Wohnungen sind ein Dauerthema. Es gibt ja nach wie vor keinerlei Steuervergünstigungen für Alleinerziehende. Manchmal ist das sehr bitter, zusehen zu müssen, wie die Frauen für jeden Cent vom Jobcenter, von der Krankenkasse oder vom Vater des Kindes bitten und betteln müssen.“

**Info:** Festakt zum 10-Jährigen:  
18. Oktober, 17 Uhr. Anmeldung erwünscht.  
*allfabeta* – Kontakt\_Netz für allein erziehende Frauen mit Kindern mit Behinderung, Sedanstraße 37,  
81667 München, Tel. 089 / 62 28 62 87,  
E-Mail: [allfabeta@siaf.de](mailto:allfabeta@siaf.de)

**Impressum** | V.i.S.d.P.: Rainer Salz | Landesverband Bayern für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V. | Garmischer Straße 35 | 81373 München | Geschäftszeiten: Mo.–Do. 9.00–17.00 Uhr, Fr. 9.00–15.00 Uhr | Kontakt: Tel.: 089/35 74 81-0 | Fax: 089/35 74 81-81 | E-Mail: [info@lvkm.de](mailto:info@lvkm.de) | Internet: [www.lvkm.de](http://www.lvkm.de) | Redaktion und Texte: [www.elke-amburg.de](http://www.elke-amburg.de) | Druck: Reha-Druck, Saarbrücken | Layout: [www.dorkenwald.de](http://www.dorkenwald.de) | Fotos: S. 1 u. 2 oben *allfabeta* Igbal Selimi, S. 2 re.: Barbara Stenzel, S. 3 oben: Ulrike Wenger, Hollerhaus Ingolstadt, unten: bvkm, S. 4 Michael Woelke, iSPZ hauner