



„Ich habe ja die Mama und die Ulli“, sagt Tochter Elisa und meint damit ihre Mutter Ulrike Bernardi. Vielleicht spürt sie, dass ihre Mama mindestens für zwei arbeitet?

**(1) Frauen sind anders –
Männer auch: Alleinerziehende
Frauen mit behindertem Kind**

Nestwärme für Mütter

Kinder, Behinderung, Haushalt, Beruf – was schon für Elternpaare schwer zu bewältigen ist, kostet Alleinerziehende oft den letzten Tropfen Lebenskraft. „Wir helfen Alleinerziehenden, endlich mal was für sich zu tun“, sagen die Frauen von „alfa beta“. Im Rahmen der Bundesverbands-Initiative „Frauen sind anders – Männer auch“ stellt info-bayern das Münchner Projekt vor.

Eine typische Situation: Mütter und Kinder machen zum ersten Mal getrennt einen Ausflug. Was passiert? „Die Kinder sind bestens versorgt mit Brotzeit,

Sonnenhut, Regenjacke, Lieblingsspielzeug... Aber die Mütter! Die einen haben die Sonnencreme vergessen, die anderen nicht genügend zu essen und zu trinken dabei. An sich selbst denken die Frauen zuallerletzt – oder manchmal gar nicht“, erzählt Petra Nold. Immer dann greift die Sozialpädagogin in ihren eigenen Rucksack und hilft mit ein paar vorsorglich gepackten Utensilien aus. Sie selbst nicht zu vernachlässigen, nicht nur Mutter, sondern auch Frau sein zu dürfen, das ist das große Thema bei „alfa beta“. Das neue Projekt der Alleinerziehenden-Einrichtung „alfa_m“ im Münchner Stadtteil Haidhausen unterstützt speziell alleinerziehende Frauen mit behindertem Kind. Bisher gibt es für diese Mütter nur ganz wenig Angebote. Als „Randgruppe“ in der „Randgruppe“ fallen sie sozusagen aus allen Rastern: Unter „normalen“ Familien mit behindertem Kind fühlen sie sich oftmals als fünftes Rad am Wagen. Für andere Alleinerziehende wiederum scheint gar das Leben mit einem behinderten Kind kaum bewältigbar.

Permanente Erschöpfung

Alle Anforderungen an Alleinerziehende sind für Mütter mit einem behinderten Kind verschärft. Existenznot: Egal, ob eine Frau es schafft, arbeiten zu gehen oder nicht, meist ist sie auf zusätzliche Stütze oder Wohngeld angewiesen – noch dazu zahlen viele Väter keinen oder zu wenig Unterhalt. Viele Frauen sind psychisch und körperlich erschöpft. Durch permanenten Schlafmangel, „unverdaute“ Trauer um die zerbrochene Partnerschaft, um das „nicht gesunde Kind“, Frust wegen zermürbender Kämpfe mit Ämtern. „Alle Verantwortung, alle wichtigen Entscheidungen über Thera-

pien und Arztbesuche lasten alleine auf den Schultern der Frau, täglich muss sie alles im Griff haben, auf das Kind eingehen, es pflegen. Wenn es krank ist, gar rund um die Uhr“, erklärt Petra Nold. Viele Frauen funktionieren nur noch mechanisch, verlieren jegliches Gefühl für ihre eigenen Bedürfnisse, haben keine Kraft mehr, Freundschaften und andere soziale Kontakte zu pflegen und ziehen sich immer mehr zurück. „Wenn sie zu uns kommen, dann ist es manchmal der erste Schritt raus aus der Isolation.“

Kompetenz für Alleinerziehende

Rund dreißig Frauen haben sich seit April dieses Jahres im Projekt „alfa beta“ vernetzt. Von der Bankangestellten, Sekretärin und Krankenschwester bis zur Rechtsanwältin, Landwirtin und Künstlerin sind die unterschiedlichsten Frauen vertreten. Die Kinder haben die verschiedensten Behinderungen: Entwicklungsverzögerungen mit unklarer Diagnose, Spina Bifida, Spastiken, geistige Behinderung wie Trisomie 21, chronische Krankheiten bis hin zu schweren Mehrfachbehinderungen. Einmal monatlich, jeweils am zweiten Freitag des Monats, gibt es ab 16 Uhr einen offenen Treff mit Kinderbetreuung – zum gemütlich Plaudern, in Ruhe Kaffee trinken, Infos austauschen und sich ein wenig entspannen. Begleitend werden (telefonische) Einzelberatungen zu psychosozialen Problemen, zu Rechtsfragen und zum Umgang mit Behörden angeboten. „Der große Vorteil ist, dass wir hier vor Ort auf die Fachkompetenz der seit über 20 Jahren bestehenden Alleinerziehenden-Initiative zurückgreifen können“, so Nold. Kooperationen und Vernetzungen zu Einrichtungen der Behindertenhilfe baut sie gerade auf,

Liebe Leserin, lieber Leser,

das Jahr 2007 neigt sich dem Ende zu und so möchte ich als Vorsitzender unseres Landesverbands Bayern für Körper- und Mehrfachbehinderte e.V. (LVKM) kurz innehalten und zurückblicken: Im März verabschiedeten wir Hans Reutemann als Geschäftsführer unseres Verbandes, kurz darauf erschütterte uns die Nachricht von seinem plötzlichen Tod. Wir hatten großes Glück, denn Heinrich Fehling hatte seinen Posten übernommen und führt die Verbandsarbeit „waagrecht“ weiter. Und schon trägt sein Einsatz Früchte: Gemeinsam mit dem Dr. von Haunerschen Kinderspital hat der Landesverband eine ambulante Nachsorge für Familien mit Frühchen und erkrankten Neugeborenen initiiert. Außerdem sind in diesem Jahr vier neue Vereine unserem Verband beigetreten. Das Nachsorgeprojekt und zwei der Vereine stellen wir in diesem info-bayern vor.

Ich wünsche Ihnen, den treuen info-bayern Leserinnen und Lesern, unseren Freunden und Mitstreitern in den Ortsvereinen im Namen des Vorstands und der Geschäftsführung des Landesverbands ein ruhiges und besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr.

Ihr Hans Schöbel, Landesvorsitzender


**LANDESVERBAND
BAYERN
für Körper- und
Mehrfach-
behinderte e. V.**

info-bayern

z.B. in Sachen Kurzzeitpflege: „Das ist ein Thema von essenzieller Bedeutung für Alleinerziehende. Aber da die Kurzzeitpflege oft über Verhinderungspflege abgerechnet wird, verliert die Mutter für das ganze restliche Jahr den Anspruch auf einen Babysitter. Wir suchen also Kurzzeitpflegeplätze mit anderen Abrechnungsmöglichkeiten.“

Wurzeln in Langau

Das auf drei Jahre angelegte Projekt „allfa beta“ wird u.a. von der Aktion Mensch finanziert und wissenschaftlich begleitet. Vorbild für „allfa beta“ war die Pionierarbeit der Gruppe „BaMbeKi“. Die „Bayerischen alleinerziehenden Mütter behinderter Kinder“ haben sich vor sieben Jahren bei einer Elternwoche der Erholungs- und Bildungsstätte Langau zusammengefunden. Dort sammelte Petra Nold als Referentin jahrelang wertvolle Erfahrungen für ihre jetzige

Arbeit. Mittlerweile treffen sich die „BaMbeKis“ im Cafe des Alleinerziehenden-Treffs, etwa sechsmal im Jahr ganztätig. Dort werden sie von allfa beta-Mitarbeiterinnen begleitet. Erholende Wochenenden und mehrtägige Seminare für Frauen aus ganz Bayern finden nächstes Jahr auch im Schullandheim und Begegnungszentrum Wartaweil am Ammersee statt. Gerne möchte Petra Nold auch an anderen Orten kontinuierliche Gruppen für Alleinerziehende ins Leben rufen: „In Augsburg gibt es bereits vier Frauen, die Interesse hätten.“

Und was bringt die Mütter dazu, die manchmal mühevoll Organisation und Anreise zu den Gruppentreffen und Wochenenden in Kauf zu nehmen? Petra Nold: „Viele Frauen, die zu uns kommen, tun seit langer Zeit endlich mal was für sich. Hier können Sie sich öffnen, tanken ihre Kräfte neu auf.

Manche berichten, dass sie wieder zu sich kommen, einen ruhigen Pol in sich finden, hier ein bisschen Nestwärme bekommen und sich nicht mehr so alleine fühlen. Eine Frau sagte, dass sie hinterher klarer sieht, eine Vorstellung hat, wie es überhaupt weitergehen kann. Manche Mütter merken auch, wie viel Trauer und Frust sie in sich hineinfressen, dann geht es ums Loslassen und einfach mal Weinendürfen. Andere berichten, dass ihnen Frauen, die schon länger dabei sind, als Vorbild dienen und sie Ideen bekommen, was Neues auszuprobieren.“
Neue Frauen sind herzlich willkommen!

allfa beta
Sedanstraße 37
81667 München
Tel.: 089 / 62 28 62 87
Fax: 089 / 45 80 25 13
E-Mail: nold.allfabeta@siaf.de

Stiftung **Leben pur** news

Es tut sooo weh !!!



„Schmerz und Schmerzbewältigung von Menschen mit schwersten Behinderungen“ ist Thema der Tagung Leben pur am 11. und 12. April 2008 in München. Die fünfte Fachtagung der Stiftung Leben pur widmet sich dieses Jahr dem menschlichen Grundbedürfnis und Wunsch nach einem Leben ohne Schmerzen. Wieder beleuchtet Leben pur das Thema aus den Perspektiven unterschiedlicher Fachrichtungen sowie der selbst betroffenen Personen. Im Fokus stehen die

von Wickeln und Auflagen, Basale Stimulation, Kraniosakraltherapie, Musik-/Physiotherapie. Auch einige Methoden der Komplementärmedizin werden vorgestellt: Jin Shin Jyutsu, Vegetodynamik, Akupunktur und Akupressur sowie Shiatsu. Außerdem wird ein Gesprächskreis angeboten: „Ein Recht auf Nicht-Leiden? Seelischer und körperlicher Schmerz bei Menschen mit schwersten Behinderungen.“



Danke fürs Auto!

Ein herzliches Dankeschön an die Aktion Mensch für die Spende des neuen VW Polo. Der Mobile Therapeutische Dienst (MTD) benötigte dringend ein zweites Auto! Mittlerweile sind für den MTD insgesamt 78 Therapeutinnen und Therapeuten in ganz Oberbayern im Einsatz – sogar bis Altötting und Regensburg. „Wie gut, dass dieses Auto mit einer Navigation...