

**SHIA e.V.**  
SelbstHilfeInitiative  
Alleinerziehender

Lobby, Beratung und  
Unterstützung  
für Einelternfamilien

Rudolf-Schwarz-Str. 31  
10407 Berlin  
Tel/Fax: (030) 425 11 86  
[kontakt@shia-berlin.de](mailto:kontakt@shia-berlin.de)

Liebe Leserinnen und Leser,

mit dem Sonder-Newsletter Nr. 3 wünschen wir Euch viel Spaß beim Lesen und Ausprobieren der einen oder anderen Anregung. Bleibt gesund und bis zum nächsten Sonder-Newsletter!

## Wir über uns

### Digitale Erzählrunde

Seit gut vier Wochen besteht wegen der Corona-Krise Kontaktverbot. Wir erleben weitreichende Einschränkungen im Alltag. Für Alleinerziehende stellt sich diese Situation als besonders herausfordernd dar: Viele arbeiten im Homeoffice, die Kinderbetreuung läuft „nebenher“ und soziale Kontakte sollen gemieden werden. Manche erleben aber auch mehr Solidarität untereinander, freuen sich über die Zeit, die sie mit ihren Kindern verbringen können und entschleunigen ihren Alltag auf eine besondere Art und Weise. Doch was macht das mit Euch? Wie organisiert Ihr Euch? Gibt es Anregungen, Wünsche oder einfach nur das Bedürfnis nach Austausch? Dazu laden wir Euch zum digitalen Erzählforum ein.

**Termin: Montag, 4. Mai 2020, 19.30 – 20.45 Uhr**

**Anmeldung:** Schickt bis 30. April 2020 eine E-Mail an [britta.bernemann@shia-berlin.de](mailto:britta.bernemann@shia-berlin.de)



Ihr benötigt für die Teilnahme einen PC oder Tablet mit Microphon und Kamera oder ein Smartphone. Das digitale Treffen organisieren wir über Zoom. Kurz vor der Sitzung erhaltet Ihr eine Einladung per E-Mail.

### Podcastreihe zu Themen von Einelternfamilien



Wir machen noch einmal auf unseren Podcast aufmerksam. In fünf Podcast-Folgen erhaltet Ihr Anregungen & Infos für das Leben in der Einelternfamilie. Es geht um diese Themen:  
Folge 1 „Das 1. Jahr mit Baby allein“,  
Folge 2 „Fokus Kind – Herausforderungen für die Mutter-Vater-Kind-Beziehung in der Einelternfamilie“,  
Folge 3 „Bewusst alleinerziehend“,  
Folge 4 „Bedarfsgerechte Kinderbetreuung“ und  
Folge 5 „Infos für Single-Schwangere“  
Unter dem Namen „Der Podcast für Einelternfamilien“ findet Ihr ihn kostenlos bei itunes, spotify und podcast.de. Für „podcast.de“ benötigt Ihr keine Registrierung.  
[www.podcast.de/podcast/740037/](http://www.podcast.de/podcast/740037/)

## Notfallbetreuung für Alleinerziehende ab 27. April 2020 in Berlin

Alleinerziehende dürfen aufatmen. Unabhängig davon, ob sie in einem systemrelevanten Beruf beschäftigt sind, wird die Notfallbetreuung in Kitas und Grundschulen auch für ihre Kinder ab dem 27. April 2020 geöffnet. Darauf hat sich der Berliner Senat in der letzten Woche verständigt. Das Angebot gilt, soweit es im Einzelfall keine Möglichkeit gibt, das Kind oder die Kinder selbst zu betreuen oder durch Angehörige oder andere Nahestehende betreuen zu lassen. Das wird auf jeden Fall für viele alleinerziehende Studierende, Auszubildende und Berufstätige zutreffen. Möglicherweise könnten aber auch andere Situationen einen Antrag auf Notbetreuung in Kita und Schulhort begründen. Unter dem Gesichtspunkt des Kinderschutzes soll auch für Kinder aus Familien mit besonders herausfordernden familialen Situationen die Betreuung ermöglicht werden.

Weitergehende Infos dazu, wer berechtigt ist, wo und wie der Antrag zu stellen ist und welche Zeiten die Betreuung abdeckt, sind zu finden unter [www.berlin.de/sen/bjf/coronavirus/aktuelles/notbetreuung/](http://www.berlin.de/sen/bjf/coronavirus/aktuelles/notbetreuung/)  
Hier werden auch Fragen zur Betreuung von Kindern mit schweren Behinderungen oder besonderem sozialpädagogischen Förderbedarf beantwortet.

Außerdem wird nach § 11 der aktuellen Verordnung vom 21. April 2020 ab dem 27. April eine private, insbesondere nachbarschaftlich organisierte Betreuungshilfe für bis zu drei Kinder wieder erlaubt. Gerade für die Öffnung der Notbetreuung für Kinder Alleinerzieher haben wir gemeinsam mit anderen Interessenvertreter\*innen in Berlin (VAMV e.V, Landesfrauenrat, Gleichstellungsbeauftragte, Netzwerke für Alleinerziehende) nachdrücklich eingesetzt. Es hat sich gelohnt! Hoffen wir, dass sich das Versprechen auch in der praktischen Umsetzung erfüllt. Bitte gebt Bescheid, falls Ihr andere Erfahrungen machen müsst. Hier geht es zur Verordnung: [www.berlin.de/corona/massnahmen/verordnung/](http://www.berlin.de/corona/massnahmen/verordnung/)

---

## Mutter mit Corona im Krankenhaus – wo bleibt das Kind?

Als direkte ständige Kontaktperson besteht die hohe Wahrscheinlichkeit, dass das Kind ebenfalls Corona-2-infiziert ist. Es müsste unter Quarantäne gestellt werden.

Manche Krankenhäuser könnten kleinere Kinder gemeinsam mit der Mutter in einem Zimmer unterbringen, jedoch nur solange die Mutter trotz ihres Gesundheitszustandes noch in der Lage wäre, auf diesem engen Raum ihr Kind zu betreuen und zu beschäftigen.

COVID-19-Krankheitsverläufe sind allerdings unvorhersehbar, führen nicht selten abrupt in einen ernsthaften Zustand. Dann spätestens müsste das Kind in eine anderweitige Obhut genommen werden. Ratsam ist es daher, vorausschauend die persönlichen Netzwerke zu nutzen und sich vor einem Fall der Fälle Gedanken zu machen, ob das Kind einer nahestehenden Person (Vater, ältere Geschwister oder sonstige Angehörige, Freund\*innen) anvertraut werden kann. Fragt konkret in Eurem Umkreis „könntest du dir vorstellen, falls .....“ Diese Person sollte natürlich **nicht** zu einer der Risikogruppen gehören. Bei Kindern in einem Alter, in dem sie auf jeden Fall rund um die Uhr Betreuung brauchen, hieße das für die Betreuungsperson quasi in die gemeinsame Quarantäne mit dem Kind zu gehen.

Doch welche Hilfe greift, wenn keine solche Person gefunden werden kann?

Haushaltshilfe und Betreuung im eigenen Haushalt, die als Leistungen der Krankenkasse (§ 38 SGB V) und ergänzend des Jugendamtes (§ 20 SGB VIII) in sonstigen Krankheitsfällen einspringen, stehen in diesem Fall nicht zur Verfügung – wegen der Infektionsgefahr. Doch auch Einrichtungen der Kindernothilfe sind mit der Gewährleistung der Quarantäneanforderungen vor bislang unbekannte Herausforderungen gestellt. SHIA hat sich bei den zuständigen Stellen um Klärung dieser Frage bemüht. Ehrliches Interesse und Unterstützungsbereitschaft wurde unserer Anfrage entgegenbracht, doch noch keine wirklich befriedigende Auskunft. Vielleicht haben wir spätestens jetzt etwas in Gang gebracht. Auf jeden Fall bleiben wir an der Frage dran und informieren über unsere Ergebnisse.

---

## Elterngeld

Wegen der Corona-Epidemie sollen (werdenden) Eltern keine Nachteile beim Elterngeld entstehen. Bundesfamilienministerin Dr. Franziska Giffey hat daher kurzfristige Anpassungen auf den Weg gebracht. Folgende drei Regelungen sollen gesetzlich geändert werden:

1. Anpassungen beim Elterngeld für Eltern, die in sogenannten systemrelevanten Berufen arbeiten. Da sie jetzt besonders gebraucht werden, können sie ihre Elterngeldmonate aufschieben.
2. Außerdem sollen Eltern den Partnerschaftsbonus – eine zusätzliche Leistung, die Mütter und Väter bekommen, die gleichzeitig Teilzeit arbeiten, um sich die Kindererziehung zu teilen – nicht verlieren, wenn sie aufgrund der Corona-Krise aktuell mehr oder weniger arbeiten als geplant.
3. Zudem sollen Eltern und werdende Eltern, die aktuell Einkommensverluste haben, z. B. weil sie in Kurzarbeit sind, keinen Nachteil im Elterngeld haben. Konkret: Kurzarbeitergeld und Arbeitslosengeld I wegen Corona reduzieren das Elterngeld nicht und fließen auch bei der späteren Berechnung des Elterngeldes für ein weiteres Kind nicht mit ein.

Es ist geplant, dass diese Anpassungen rückwirkend zum 1. März 2020 inkraft treten. Noch sind diese Vorschläge im Gesetzgebungsverfahren.

---

## Mediennutzung zu Hause / Digitale Prävention

Um Dein Kind beim verantwortungsvollen Umgang mit den digitalen Medien zu unterstützen, rät die Fachstelle für Suchtprävention Berlin folgendes:

### Sei Vorbild für Dein Kind!

Überprüfe Deinen eigenen Umgang mit Medien: Schaust Du bei Langeweile Fernsehen? Nutzt Du Dein Smartphone während der gemeinsamen Mahlzeiten? Checkst Du ohne Grund Deine Nachrichten? Kinder lernen von ihren Eltern und übernehmen Verhaltensweisen ihrer Vorbilder.

### Schaffe medienfreie Zeiten!

So könnt Ihr z.B. zu gemeinsamen Mahlzeiten, wenn die Kinder ihre Schulaufgaben erledigen oder während gemeinsamer Familienaktionen medienfreie Zeiten vereinbaren.

### Sei sparsam im Umgang mit der Veröffentlichung von Daten und Bildern von Deinem Kind!

Stelle nicht ungefragt die Fotos Deines Kindes ins Internet!

### Zeige Interesse für die Aktivitäten Deines Kindes im Internet!

Lassen Dir von Deinem Kind zeigen, womit es sich gerade im Internet beschäftigt. Mit welchen Spielen spielt es, mit wem ist Dein Kind im Kontakt? Zeige Interesse und tausche Dich mit ihm dazu aus. Hast Du Bedenken zu Aktivitäten Deines Kindes im Internet, äußere diese und bleibe im Kontakt. Gehe dabei auch Konflikten nicht aus dem Weg.

### Stelle gemeinsam mit Deinem Kind Regeln und Zeitvergaben für die Mediennutzung auf.

Ein selbst erstellter Mediennutzungsvertrag beinhaltet z.B. was ist erlaubt und wann dürfen Medien von Deinem Kind genutzt werden. Jüngere Kinder sollten nur in Deinem Beisein digitale Medien nutzen.

So gibt es Richtwerte zum zeitlichen Rahmen:

im Alter von 3 bis 5 Jahren	maximal 30 Minuten/ Tag
im Alter von 6 bis 9 Jahren	maximal 60 Minuten/ Tag
ab 10 Jahren	Wochenkontingent von 1 Std/ Lebensjahr
ab 14 Jahren	sind Mediennutzungsverträge nicht mehr altersentsprechend

Schaffe für Dein Kind Alternativen zum Surfen im Internet und Spielen im Onlinebereich. So könnt Ihr gemeinsame Spieleabende planen, Fahrradausflüge unternehmen, Kochen und /oder Langeweile aushalten lernen. Denn Langeweile ist nicht selten Quelle neuer Ideen und Kreativität.

Weitere Anregungen gibt es unter folgenden Links:

[www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de), [www.check-dein-spiel.de](http://www.check-dein-spiel.de)



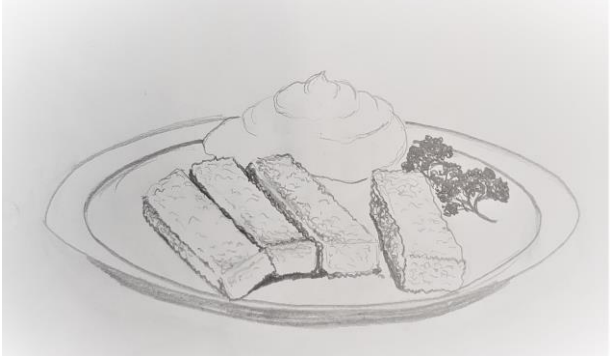
[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de), [www.usk.de](http://www.usk.de)

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info), [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de)

---

## So kann man Kindern in diesen Zeiten die Tage „versüßen“ / Küchenplan für eine Woche

(zum Ausdrucken und in die Küche hängen)

<p><b>Montag</b></p> <p>Bratkartoffeln von Pellkartoffeln (die Kinder können vielleicht auch abpellen) und Spiegelei</p>	<p><b>Dienstag</b></p> <p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> 
<p><b>Mittwoch</b></p> <p>Bouletten mit Gemüse, als Nachtisch Vanillepudding mit Schokosoße oder Joghurt (was der Kühlschrank so hergibt)</p> 	<p><b>Donnerstag</b></p> <p>Milchsuppe mit Nudeln</p>
<p><b>Freitag</b></p> <p>Salzkartoffeln, Senfsoße oder süßsaure Soße, gekochte Eier (die Kinder können die Eier abpellen), als Nachtisch eine Quarkspeise</p>	<p><b>Samstag</b></p> <p>Gulasch, Klöße oder Nudeln und Gurkensalat</p>
<p><b>Sonntag: Highlight der Woche</b></p> <p>Stampfkartoffeln, Fischstäbchen, dazu eine „Vitaminbombe“</p> <p>Rohe Möhren schälen und grob raspeln Äpfel schälen und ebenfalls grob raspeln 1 Zitrone auspressen In einer Schüssel alles gut durchmengen, mit etwas Zucker abschmecken. Wenn andere Obstsorten vorhanden sind (z. B. Weintrauben, Apfelsinen), könne sie auch in die Schüssel. Gekochte Möhren essen Kinder nicht so gern, aber rohe im Salat schon.</p> 	

## Freizeit

Gute Spiel- und Bastelanregungen für Kinder findet Ihr auf der website: [www.kindersache.de](http://www.kindersache.de)  
 Es werden Brettspiele, wie Siedler, Rummikub vorgestellt. Daneben erhaltet Ihr Spielanleitungen zu Stadt-Land-Fluss oder 5 aus dem Hut, die leicht zu spielen und ohne großes Zubehör zu organisieren sind. Auch Dinge zum Selbermachen werden hier anschaulich beschrieben.



Dein Garten für die Fensterbank

Ein kleiner grüner Daumen reicht, um eigene Pflanzen auf dem Fensterbrett zu ziehen. Hier lernst Du, welche Pflanzen besonders dafür geeignet sind und welche Tricks es gibt, um bald erfolgreich ernten zu können. [www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/experimente/dein-garten-fuer-die-fensterbank](http://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/experimente/dein-garten-fuer-die-fensterbank)

Hier findet Ihr eine Anleitung zur Herstellung eines Mundschutzes (ohne Nähmaschine).



[www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/basteln/mundschutz-selber-machen](http://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spass/selbermachen/basteln/mundschutz-selber-machen)

Wir wünschen Euch viel Spaß!

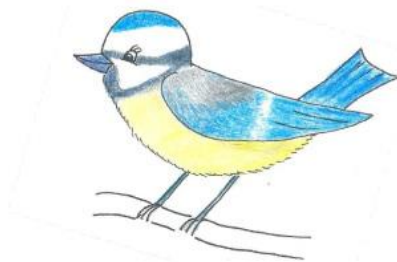
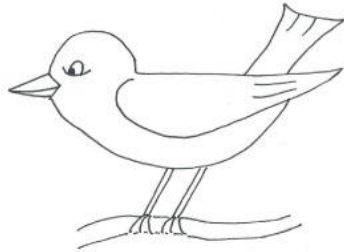
## Rätsel für Kleine und Große

A	K	T	I	V	Z	A	H	L	O	R	T	Hier sind sehr viele Wörter versteckt. Findet ihr sie alle? Sie sind entweder von links nach rechts angeordnet oder von oben nach unten. Ihr müsst weder von rechts nach links, noch von unten nach oben oder diagonal lesen. Aber manche Wörter überlappen sich mit anderen. Und es kommt vor, dass sich in einem Wort ein weiteres Wort verbirgt (Beispiel: <b>TRAUM</b> ). Umkreist die Wörter, die ihr gefunden habt. Beispiel:  Wo sind sie, die folgenden Wörter? Rat, Atem, Kuss, Pandemie, Sage, Husten, Sog, Maske, aktiv, Ort, heilen, zusammen, Ton, Mief, Balkon, Zeit, Ruhe, spielen, Arzt, Eis, danken, Start, Kuba, Zahl, Spagat, krank, alt, Heim, Serum, Rand, Abstand, Roman, As, Virus, Oma, Opa, Rum, Teuer, Satz, gesund, Koma, Test, Lunge, Takt, Rom, Schutz, Risiko, <u>Laerm</u> , Tat, Kontakt, lesen, Tor
L	T	S	P	I	E	L	E	N	T	O	R	
T	E	U	E	R	I	S	I	K	O	M	A	
M	S	C	H	U	T	Z	L	U	Z	A	N	
A	T	E	M	S	A	G	E	S	U	N	D	
S	P	A	G	A	T	O	N	S	S	O	G	
K	U	B	A	L	K	O	N	T	A	K	T	
E	I	S	R	U	H	E	L	A	M	R	S	
S	A	T	Z	N	L	A	E	R	M	A	E	
O	R	A	T	G	H	U	S	T	E	N	R	
P	A	N	D	E	M	I	E	F	N	K	U	
A	S	D	A	N	K	E	N	H	E	I	M	

# Vogel

## Tiere zeichnen - ganz einfach

### Vogel



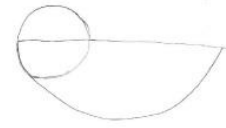
- Tipps:
- erst die einzelnen Körperteile mit Bleistift vorzeichnen
  - dann den Vogel mit Fineliner, Filzstift o.ä. nachzeichnen
  - Bleistiftlinien wegradieren, den Vogel nach Wunsch bunt ausmalen

#### Anleitung:

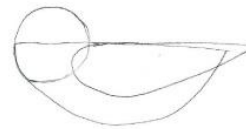
1. Kopf



2. Körper



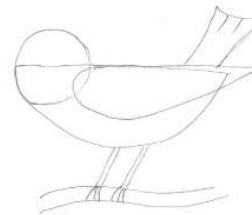
3. Flügel



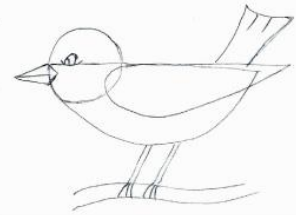
4. Schwanz



5. Beine und Ast



6. Schnabel und Auge



fertig! Jetzt noch die Linien mit einem Filzstift o.ä. nachziehen, die Bleistiftzeichnung wegradieren und den Vogel bunt anmalen

**Impressum:** SelbstHilfeInitiative Alleinerziehender  
(SHIA e.V.) Landesverband Berlin

**Verantwortlich:** Dr. Martina Krause (Geschäftsführerin)  
**Vereinsregister:** VR 11799B

Rudolf-Schwarz-Str. 31  
10407 Berlin

[kontakt@shia-berlin.de](mailto:kontakt@shia-berlin.de)  
[www.shia-berlin.de](http://www.shia-berlin.de)