

2025 Info I



**Verband alleinerziehender
Mütter und Väter**
Landesverband Saar e. V.

Vernetzt euch mit uns!

Vernetzt euch mit uns!



Webseite



Facebook



Instagram



Inhalt

Zitat.....	03
Vorwort.....	04
Bundesverband: Wahlforderung.....	05-06
Wahlforderung (u.a.)	07-10
GROOMING: Was ist das eigentlich?.....	11-12

Rückblick

Elterncafé und Kochen mit Kids.....	13-14
Ausstellung: EinzelN NICHTAllein.....	15-16
Weihnachtsmärchen: Der Zauberer von OZ....	17-18
Workshop: Stressmanagement.....	19-20
Termine.....	21-22
Backidee: Schneemann - Muffins.....	23
Ansprechpartner.....	24
Informationen Landes- und Ortsverband.....	25
Grundsatzprogramm.....	26

Herausgeber: VAMV Landesverband Saar e.V.

Auflage: 500 Stück analog und 800 digital

Publikationsweise: viermal jährlich (Dezember/Januar, April, Juli, Oktober)

Redaktion: Esther Nikaes, Jenny Petrak, Dalila Wettki, Dr. Oetker

Bildquellen: Jenny Petrak, Dalila Wettki, Adobe Stock, Daria Döhl, Angelika Mühlbach, Eli Nikaes

Zitat

„Der Winter erinnert uns daran, dass auch die stillsten und kältesten Momente voller Zauber sein können, wenn wir sie mit Wärme im Herzen erleben.“

- unbekannt



Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

Die Winterzeit lädt uns ein, innezuhalten, zur Ruhe zu kommen und das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen.

Es war ein Jahr voller Herausforderungen, aber auch voller wertvoller Erlebnisse und unvergesslicher Momente. Während die Tage kürzer und die Abende länger werden, bietet sich die Gelegenheit, sowohl dankbar zurückzublicken als auch neugierig nach vorne zu schauen.

Neben spannenden Rückblicken stehen auch Themen im Fokus, die unseren Blick in die Zukunft lenken. Besonders die anstehenden Wahlen im nächsten Jahr sind ein zentraler Punkt, der uns alle beschäftigt. Welche Weichen können gestellt werden, um den Alltag vieler Familien, insbesondere Alleinerziehender, zu erleichtern? Diese Fragen werden uns in den kommenden Monaten intensiv begleiten.

Mit großer Vorfreude schauen wir auf die Planung unserer 50-Jahr-Feier und der Bundesdelegiertenversammlung, die 2025 an einem gemeinsamen Wochenende hier im Saarland stattfinden werden. Diese Veranstaltungen versprechen nicht nur unvergessliche Höhepunkte, sondern bieten auch wertvolle Gelegenheiten, unsere Gemeinschaft zu stärken und bedeutende Themen voranzubringen.

Auch das nächste Jahr hält viele spannende Projekte bereit, auf die wir uns schon jetzt freuen dürfen. Seien Sie gespannt, denn 2025 verspricht, ereignisreich und voller neuer Möglichkeiten zu werden.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Winterzeit, Momente der Entspannung und viel Freude beim Lesen dieses Infohefts.

- Esther Nikaes
(Landesvorsitzende)

Wahlforderungen: Gute Politik für Alleinerziehende!

Berlin, 15.11. 2024. Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter Bundesverband e.V. hat seine Wahlforderungen zu den anstehenden vorzeitigen Bundestagswahlen veröffentlicht. Er setzt damit Leitplanken dafür, was eine gute Politik für Alleinerziehende in der nächsten Legislaturperiode ausmacht.

Daniela Jaspers, Vorsitzende des Verbandes alleinerziehender Mütter und Väter Bundesverband e.V. sagt dazu: „Mit dem Aus der Ampel sind wichtige Gesetzesvorhaben geplatzt, wie zum Beispiel die Kindergrundsicherung oder die geplanten Reformen im Familienrecht sowie das Gewalthilfegesetz. Auch die Steuergutschrift für Alleinerziehende ist offengeblieben. Wir bedauern das, denn es ist dringend notwendig, Kinderarmut in Einelternfamilien effektiv zu bekämpfen und den Gewaltschutz bei häuslicher Gewalt zu verbessern. Umso mehr hoffen wir, dass die nächste Bundesregierung die offenen Baustellen zu einem guten Ende führt.“

„Alleinerziehende und ihre Kinder sind zu 41 Prozent überproportional von Armut betroffen. Eine gute Politik für Einelternfamilien muss für die Gleichstellung aller Familienformen sorgen. Aktuell sind Alleinerziehende gegenüber Verheirateten, die deutlich stärker vom Ehegattensplitting profitieren, steuerlich benachteiligt. Der jetzige Entlastungsbetrag muss deshalb in eine Steuergutschrift umgewandelt werden, die auch Alleinerziehende mit kleinen Einkommen erreicht.

Außerdem müssen unbürokratische Familienleistungen in angemessener Höhe und das Unterhaltsrecht sicherstellen, dass Trennungskinder bei beiden Eltern genug Geld zum Leben haben, bei Betreuung in zwei Haushalten müssen somit Mehrbedarfe berücksichtigt werden. Dafür ist es wichtig, die Folgen von allen

Umgangsmodellen auf den Kindesunterhalt gesetzlich zu regeln und Übergangfristen für Elternteile zu berücksichtigen, die während der Partnerschaft für die Kindererziehung beruflich zurückgesteckt haben. Kinder, die keinen Unterhalt vom anderen Elternteil erhalten, dürfen nicht mehr benachteiligt werden: analog zum Unterhalt ist auf den Unterhaltsvorschuss nur das halbe Kindergeld anzurechnen.

Im Familienrecht müssen die Vielfalt an Umgangsmodellen und der Anspruch auf eine ergebnisoffene Beratung für ratsuchende Eltern erhalten bleiben. Es gilt weiterhin, ein flächendeckendes Angebot an qualitativ guter, bedarfsgerechter, verlässlicher und möglichst kostenfreier Kinderbetreuung zu schaffen, damit Alleinerziehende den Lebensunterhalt für sich und ihre Kinder durch ihre Erwerbstätigkeit sichern können“, so Jaspers weiter.

Die Wahlforderungen des VAMV zur Bundestagswahl 2025 finden Sie auf unserer Website - www.vamv-saar.de.

Gewalthilfegesetz und Neuregelung des § 218 müssen jetzt kommen!

Berlin, 21. November 2024. Frauen- und Fachverbände fordern die Bundesregierung dazu auf, bis zu der Neuwahl im Februar 2025 das Gewalthilfegesetz auf den Weg zu bringen und den §218 neu zu regeln. Wir erwarten außerdem von den Oppositionsparteien, die Verabschiedung dieser wichtigen Vorhaben zu unterstützen:

- Finanziell abgesicherte, flächendeckende und bedarfsgerecht Ausweitung der Beratung und Unterstützung von gewaltbetroffenen Frauen
- Bundeseinheitliche, einzelfallunabhängige Finanzierung der Frauenhäuser
- Umfassender Ausbau der Täterarbeit
- Entkriminalisierung des Schwangerschaftsabbruchs durch eine gesetzliche Neuregelung außerhalb des Strafgesetzbuches
- Übernahme der Kosten des Schwangerschaftsabbruches durch die Krankenkassen
- Schwangerschaftsabbruch als feststehender Bestandteil der Ausbildung von Ärzt*innen

Gewalt gegen Frauen: Zahlen steigen dramatisch

Alle drei Minuten erleidet eine Frau in Deutschland Gewalt durch ihren Partner oder Ex-Partner . Jeden zweiten Tag stirbt eine Frau an den Folgen von Gewalt. Das sind die erschreckenden Zahlen aus dem aktuellen Lagebericht des BKA vom 19. November 2024.

Geschlechtsspezifische Gewalt ist kein Schicksal einzelner Frauen, sondern ein akutes, gesamtgesellschaftliches Problem. Viele betroffene Frauen – insbesondere Frauen, die von Mehrfachdiskriminierung betroffen sind, und auch Frauen in den ländlichen Räumen – finden nach wie vor keinen oder einen nicht ausreichenden Zugang zu Schutz und Hilfe. Hier besteht dringender Handlungsbedarf!

Die Bundesregierung muss dafür sorgen, dass Frauen besser vor Gewalt geschützt werden und eine bedarfsgerechte Unterstützung erhalten. Bereits im Koalitionsvertrag hatte die Bundesregierung zugesagt, einen bundeseinheitlichen Rechtsrahmen – das derzeit geplante Gewalthilfegesetz – zu schaffen.

Damit würde die Bundesregierung auch die entsprechenden Verpflichtungen unter der Istanbul-Konvention, die Deutschland 2018 unterzeichnet hat, endlich erfüllen. Jeder Tag Verzögerung kostet das Leben von Frauen und jährlich 54 Mrd. Euro an Folgekosten dieser Gewalt.

Zu wenig Frauenhausplätze

Von Gewalt betroffene Frauen stehen je nach Region vor großen Schwierigkeiten und hohen Hürden eine Fachberatungsstelle oder einen Platz in einem Frauenhaus zu finden.

Vulnerable Gruppen wie migrantische oder geflüchtete Frauen, aber auch Frauen mit Beeinträchtigung oder Behinderung sowie trans* Frauen erleben aufgrund von Mehrfachdiskriminierungen zusätzliche Hürden im Zugang zu Schutz und Beratung; diskriminierende Rechtsrahmen wie das Aufenthaltsrecht und die Wohnsitzauflage erschweren den Zugang zu Schutzräumen.

Derzeit fehlen in Deutschland ca. 14.000 Frauenhausplätze. Aufgrund einer weiterhin fehlenden bundeseinheitlichen, einzelfallunabhängigen Frauenhausfinanzierung ist die Finanzierungssituation vieler Frauenhäuser prekär. Mehr als jede 4. Frau musste 2023 ihren Aufenthalt teilweise oder vollständig selbst bezahlen – eine finanzielle Belastung, die eine deutliche Barriere für hilfesuchende Frauen darstellt und den Zugang zum Frauenhaus erheblich erschwert.

Schwangerschaftsabbruch entkriminalisieren - § 218 endlich abschaffen!

§ 218 StGB kriminalisiert und stigmatisiert ungewollt Schwangere und schränkt das Selbstbestimmungsrecht von Frauen über ihren Körper und ihr Leben massiv ein. Die von der Bundesregierung eingesetzte, unabhängige Expert*innenkommission ist bereits im April zu einem eindeutigen Schluss gekommen: § 218 StGB verstößt gegen verfassungsrechtliche, völkerrechtliche und europarechtliche Vorschriften. Wir fordern die Bundesregierung und die Opposition auf, die Empfehlungen der Expert*innen nicht zu ignorieren und den Schwangerschaftsabbruch außerhalb des Strafgesetzes zu regeln – und somit auch den Wunsch der Bevölkerung zu respektieren: Mehr als 80 Prozent halten es für falsch, dass ein Schwangerschaftsabbruch, zu dem eine ungewollt Schwangere sich nach einer Beratung entscheidet, rechtswidrig ist (BMFSFJ, 2024). Rund 75 Prozent finden zudem, dass Abbrüche künftig nicht mehr im Strafgesetzbuch geregelt werden sollten.

Katastrophale Versorgungslagen für ungewollt Schwangere

Schwangere, die einen Abbruch vornehmen lassen wollen, müssen oft hunderte von Kilometern zurücklegen, um entsprechende Kliniken oder niedergelassene Ärzt*innen erreichen zu können. Die Zahl der Schwangerschaftsabbrüche vornehmende Kliniken bzw. Praxen ist seit 2023 um 40 Prozent auf nur noch 1200 in ganz Deutschland gesunken (Statistisches Bundesamt). Wie bereits die ersten, veröffentlichten Ergebnisse der ELSA-Studie gezeigt haben, ist die Versorgungslage in Baden-Württemberg, Bayern und Rheinland-Pfalz für betroffene Frauen besonders unzureichend und Kliniken bzw. Praxis oft nur sehr schlecht erreichbar.

Wir fordern daher von der Politik, das Selbstbestimmungsrecht von Frauen zu respektieren und den Versorgungsauftrag des

Schwangerschaftskonfliktgesetzes endlich wirksam umzusetzen, um flächendeckend eine Versorgungssicherheit zu gewährleisten. Schwangerschaftsabbrüche müssen darüber hinaus Teil der ärztlichen Aus- und Weiterbildung sein. Die Möglichkeit zu kostenfreien Schwangerschaftsabbrüchen durch eine Übernahme der Kosten durch die Krankenkassen gehören zu einer verlässlichen Gesundheitsversorgung.

Unterzeichnende Verbände

Bundesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros und Gleichstellungsstellen
Bundesforum Männer – Interessenverband für Jungen, Männer & Väter e.V.
Business and Professional Women (BPW)
Deutscher Frauenring e.V.
Soroptimist International Berlin Charlottenburg
UN Women Deutschland
Verband alleinerziehender Mütter und Väter, VAMV

Grooming: Was ist das eigentlich?

Das Wort „Grooming“ hört man immer häufiger, sei es bei Infoabenden oder in Warnhinweisen. Doch was steckt eigentlich dahinter? Wir erklären es Ihnen kurz und verständlich:

Grooming – Was ist das?

Grooming beschreibt gezielte Versuche von Erwachsenen, das Vertrauen von Kindern oder Jugendlichen zu gewinnen, um sie zu manipulieren und auszunutzen. Oft geschieht dies mit der Absicht sexueller Übergriffe und findet vor allem online statt – z. B. über soziale Medien, Chats oder Online-Spiele.

Wie läuft Grooming ab?

Kontaktaufnahme: Täter suchen gezielt nach Kindern, die offen oder verletzlich wirken.

Vertrauensaufbau: Sie geben sich freundlich, hilfsbereit und verständnisvoll, um eine Bindung aufzubauen.

Manipulation: Sie überreden das Kind, Geheimnisse zu bewahren oder persönliche Informationen und Bilder preiszugeben.

Isolation: Das Kind wird von Familie und Freunden entfremdet, um die Kontrolle zu erhöhen.

Übergriff: Dies kann online durch den Austausch von Nachrichten oder Bildern oder im schlimmsten Fall im echten Leben passieren.

Woran können Eltern Grooming erkennen?

- Ihr Kind verbringt ungewöhnlich viel Zeit online, wirkt aber verschlossen.
- Es erwähnt neue „Freunde“, ohne nähere Informationen preiszugeben.
- Ihr Kind erhält unerklärliche Geschenke oder Nachrichten von Unbekannten.
- Plötzlich Angst oder Unbehagen vor bestimmten Aktivitäten oder Gesprächen.

Wie können Eltern Kinder schützen?

- Aufklärung: Kindern frühzeitig erklären, warum sie im Internet vorsichtig mit persönlichen Daten umgehen sollten.
- Offene Kommunikation: Ein vertrauensvolles Umfeld schaffen, in dem Kinder über ihre Online-Erlebnisse sprechen können.
- Technische Schutzmaßnahmen: Kinderschutzfilter und sichere Einstellungen auf Geräten und Plattformen aktivieren.
- Verdachtsfälle melden: Auffälliges Verhalten sofort der Plattform oder den zuständigen Behörden mitteilen.

Wichtig: Grooming ist strafbar, auch wenn es nur online geschieht. Eltern sollten wachsam bleiben und ihr Kind unterstützen, falls es sich unwohl fühlt oder etwas Ungewöhnliches erlebt.

- Dalila Wettki

Elteerncafé und Kochen mit Kids



Eine wichtige Kontaktmöglichkeit des VAMV OV Saarbrücken war von Anfang an „Die Teestube“, die später in „Elterncafé“ umbenannt wurde. Es diente dem Austausch aller und war eine Informationsmöglichkeit für neue Mitglieder. Durch die veränderten Arbeits- und Betreuungszeiten und die Möglichkeit, sich über das Internet zu informieren, stellte sich die Frage, ob das Elterncafé noch zeitgemäß ist und was man als Alternative planen könnte.

Durch die Koch- und Backaktivitäten an den Sonntagen, wurde der Wunsch geäußert auch mal abends gemeinsam zu kochen und sich dabei auszutauschen. So startete am 25. Oktober ein Versuch, mit Kürbisschnitzen und dem Kochen einer Kürbissuppe aus dem gewonnenen Fruchtfleisch am Abend.

Die Räumlichkeiten des VAMV wurden herbstlich geschmückt und mit Messer und Löffel bewaffnet, gingen alle gemeinsam ans Werk. Nachdem die Kürbisonster fertig waren, wurde gemeinsam Suppe und Waffeln gegessen. Der Abend wurde von den Teilnehmern durchgehend als Erfolg eingeschätzt und auch neue Gesichter fanden sich ein. So wurde auch für den letzten Freitag im Monat November wieder ein Treffen geplant. Durch die Nähe zum ersten Advent wurde das Binden von Adventskränzen gewünscht. Mit Zweigen, Rohlingen und Dekoration gingen die Bastler ans Werk und konnten schon nach kurzer Zeit ihre schönen Werke präsentieren. Die Kinder wurden in der Zeit im Kinderzimmer bei Gesellschaftsspielen und mit Buchvorlesen von der lieben Conny betreut. Anschließend wurde der Abend bei Würstchen und Salaten noch gemeinsam gemütlich beendet.

Im Dezember findet kein gesondertes Treffen abends statt. Durch die positive Rückmeldung werden die „Kochen mit Kids“ Termine am letzten Freitag im Monat weitergeführt.

Durch die zusätzlichen Termine findet das Elterncafé jeden 1., 2. und 3. Mittwoch im Monat statt.

- Jenny Petrak

Ausstellung: Einzel NICHTAllein

Ausstellung: Einzeln NICHTAllein



Am 12. November hatten wir die große Freude, unsere Wanderausstellung über Alleinerziehende mit dem Titel „EinzelN Nicht Allein“ feierlich zu eröffnen.

Zu diesem besonderen Anlass waren Sozialminister Dr. Magnus Jung, der Oberbürgermeister der Stadt Neunkirchen, Jörg Aumann, sowie Gleichstellungsbeauftragte aus verschiedenen Landkreisen anwesend.

In einer eindrucksvollen Rede betonte Herr Aumann die Bedeutung des Abbaus von Vorurteilen gegenüber Ein-Eltern-Familien und die Anerkennung ihrer Leistungen. Minister Jung hob die großen Herausforderungen hervor, denen Alleinerziehende oft gegenüberstehen, darunter finanzielle Engpässe und das Risiko von Armut und plädierte für stärkere Unterstützung, wie etwa durch die Kindergrundsicherung. Esther Nikaes würdigte die Stärke und Hingabe Alleinerziehender und rief die Gesellschaft zu mehr Wertschätzung und Unterstützung auf.

Die bewegenden Geschichten der Alleinerziehenden werden in der Ausstellung durch beeindruckende Fotografien von Daria Döhl und Angelika Mühlbach visuell unterstrichen.

Mein besonderer Dank gilt allen, die maßgeblich zur Realisierung dieses Projekts beigetragen und die Umsetzung ermöglicht haben!

Die Ausstellung wird 2025 in den verschiedenen Landkreisen ausgestellt. Die genauen Termine werden wir noch auf unserer Webseite bekannt geben.

- Dalila Wettki

Weihnachtsmärchen: Der Zauberer von OZ



Es ist mittlerweile eine wundervolle Tradition geworden, dass der Ortsverband die Kinder in der Weihnachtszeit zu einem Theaterbesuch im Staatstheater Saarbrücken einlädt. In diesem Jahr stand das bezaubernde Stück „Der Zauberer von Oz“ auf dem Programm.

Die Geschichte, die erstmals im Jahr 1900 veröffentlicht wurde und in den USA einen ähnlichen Stellenwert genießt wie die Märchen der Gebrüder Grimm bei uns, wurde von den Theatermachern kindgerecht und mit viel Humor in die heutige Zeit übertragen.

Die talentierten Darsteller entführten uns in eine magische Welt voller Wunder. Sie vermittelten dabei die berührende Botschaft, dass man mit festem Glauben und Zusammenhalt kann alle Herausforderungen überwinden.

- Dalila Wettki

Workshop: Stressmanagement

Unser schnelllebiger Alltag und die Vielzahl täglicher Herausforderungen lassen das Stresslevel immer weiter ansteigen – mit teils erheblichen Folgen für unsere körperliche und mentale Gesundheit. Auch Alleinerziehende bleiben davon nicht verschont.

Kinder brauchen Eltern, die entspannt und präsent sind, um die Sicherheit, Geborgenheit und Liebe zu erfahren, die essenziell für ihre gesunde Entwicklung und ein stabiles Nervensystem sind. Deshalb bieten wir im Rahmen unserer Wanderausstellung an zwei Samstagen im Februar einen speziellen Workshop zum Thema „Stressmanagement“ für Alleinerziehende an.



**Meldet euch
jetzt an
und investiert
in euer
Wohlbefinden!**

Ziele des Workshops:

- Praktische Werkzeuge an die Hand bekommen, um den Alltag bewusster und stressfreier zu gestalten.
- Die eigenen Bedürfnisse besser wahrnehmen und lernen, wie wichtig Selbstfürsorge für langfristige Gesundheit und Leistungsfähigkeit ist.

Der Workshop ist kostenlos, die Teilnehmerzahl jedoch auf 12 Personen begrenzt. Die Termine finden an 2 Samstagen in Neunkirchen statt. Die genauen Daten findet ihr auf den Terminseiten und auf vamv-saar.de.



Ankündigung: Workshop

Termine & Veranstaltungen

Generell findet jeden ersten und dritten Sonntag im Monat um 11:00 Uhr ein gemeinsames Frühstück/Brunch im Elterncafé in der Gutenbergstraße 2a in Saarbrücken statt.

Jeder bringt mit, was er mag und im Anschluss stehen verschiedene Ausflugsziele oder Aktivitäten auf dem Plan.

Detaillierte Erläuterungen zu unseren Aktivitäten findet man auf unserer Webseite www.vamv-saar.de.

Die Anmeldungen dafür werden in unserer eigenen WhatsApp-Gruppe abgefragt.

Bist du bislang nicht dabei?

Dann melde dich gerne per E-Mail für die Ausflüge an. (info@vamv-saar.de)

Wann?	Um?	Was?
05.01.2025	11:00	Spielenachmittag
08.01.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
15.01.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
19.01.2025	11:00	Sprungpark Saarbrücken
22.01.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
25.01.2025	14:00	Mitgliederversammlung
25.01.2025	14:00	Elterncafé Nonnweiler
31.01.2025	17:00	Kochen mit Kids
02.02.2025	11:00	Basteln für Fasching
05.02.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
08.02.2025	10:00	Workshop: Stressmanagement

Wann?	Um?	Was?
12.02.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
15.02.2025	14:00	Elterncafé Nonnweiler
16.02.2025	11:00	Ausflug in den Wildpark
19.02.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
21.02.2025	18:00	Stammtisch
22.02.2025	10:00	Workshop: Stressmanagement
28.02.2025	17:00	Kochen mit Kids
02.03.2025	11:00	Faschingsumzug schauen
05.03.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
12.03.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
16.03.2025	11:00	Insektenhotel bauen
19.03.2025	16:00	Elterncafé Saarbrücken
28.03.2025	17:00	Kochen mit Kids
29.03.2025	14:00	Elterncafé Nonnweiler

Rührteig

125 g weiche Butter oder Margarine
100 g Zucker
1 Pck. Vanillin-Zucker
1 Pr. Salz
2 Eier (Größe M)
225g Weizenmehl
2 gestr. TL Backpulver
2 Msp. gemahlener Zimt
100 ml Milch
60 g Schoko-Tröpfchen

Zum Verzieren

100 g Puderzucker
etwa 2 EL Zitronensaft
Lustige Zuckeraugen
ca. 15 g Schoko-Tröpfchen
Marzipan Rübli

Für die 12er - Muffinform

1 Vorbereiten

Papierbackförmchen in die Muffinform stellen. Backofen vorheizen.
Ober- und Unterhitze: etwa 180 °C
Heißluft: etwa 160 °C

2 Rührteig zubereiten

Butter oder Margarine in einer Rührschüssel mit einem Mixer (Rührstäbe) geschmeidig rühren. Nach und nach Zucker, Vanillin-Zucker und Salz hinzufügen, bis eine gebundene Masse entsteht. Jedes Ei etwa 1/2 Min. auf höchster Stufe unterrühren. Mehl mit Weinstein-Backpulver und Zimt mischen und zusammen mit der Milch unterrühren. Schoko-Tröpfchen (bis auf die Tröpfchen für die Verzierung) kurz unterrühren. Teig gleichmäßig in die Förmchen verteilen. Muffinform auf dem Rost in den Backofen schieben.

Backzeit: etwa 22 Min.

Muffins aus der Form nehmen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

3 Schneemann-Muffins verzieren

Puderzucker mit Zitronensaft zu einem dickflüssigen Guss verrühren. Muffins mit dem Guss bestreichen. Muffins mit Zuckeraugen, Marzipan-Rübli und Schoko-Tröpfchen als Schneemänner verzieren und den Guss fest werden lassen.



Ansprechpartner

Ansprechpartner Ortsverband:

Esther Nikaes (Vorsitzende) 0152 / 29 12 03 03
Jenny Petrak (Stellvertretung) 0152 / 29 18 83 44

Ansprechpartner Kommunen/Orte:

Wo?	Wer?	Telefonnummer
Homburg	Kerstin Collisi	06841 / 75 59 67
Merzig	Doreen Schrecklinger	06861 / 80 32 0
Saar-Pfalz	Jenny Petrak	0152 / 29 18 83 44
St. Wendel	Ursula Weiland	06851 / 80 12 07 0
Neunkirchen	Mehrgenerationenhaus Familien- und Nachbar- schaftszentrum	06821 / 27 63 3
Nonnweiler	Mandy Mewes	0174 / 46 92 18 0

Informationen

Der Ortsverband Saarbrücken und der Landesverband teilen sich die Räume im Herzen von Saarbrücken:

**Gutenbergstraße 2a
66117 Saarbrücken**

**Büro: 0681 / 33 44 6
Mail: Info@vamv-saar.de
Web: www.vamv-saar.de**

Für Mitglieder bieten wir Sozial- und Rechtsberatung an.
Also werde Teil der VAMV-Familie für 30 Euro im Jahr.

Konten:

Landesverband:

Sparkasse SB
DE03 5905 0101 0090 0027 75
SAKSDE55XXX

Ortsverband:

Sparkasse SB
DE48 5905 0101 0000 0102 15
SAKSDE55XXX

Grundsatzprogramm

Gedruckt kann es in unserer Geschäftsstelle abgeholt oder bestellt sowie auf der Homepage des Bundesverbandes (www.vamv.de) heruntergeladen werden.

1. Familien in ihrer Vielfalt fördern, statt Alleinerziehende zu benachteiligen.
2. Chancengleichheit am Arbeitsmarkt schaffen.
3. Bedarfsgerechte, gute Bildung und Betreuung für Kinder sichern.
4. Zeit als Familie ermöglichen.
5. Gesundheit von Alleinerziehenden sichern.
6. Armut Alleinerziehender und ihrer Kinder verhindern.
7. Bezahlbares Wohnen und lebenswertes Umfeld schaffen.
8. Mehr gesellschaftliche und politische Teilhabe ermöglichen.
9. Kinder im Blick behalten: Gemeinsame elterliche Verantwortung nach Trennung stärken.
10. Familiäre Solidarität durch ein faires Unterhaltsrecht fördern.
11. Gewaltfreiheit durchsetzen.

Seit 03.10.2021 ist das aktuelle Grundsatzprogramm des VAMV veröffentlicht.

Der **VAMV** ist eine Selbsthilfeorganisation alleinerziehender Mütter und Väter. Er vertritt die Interessen von 2 Millionen Einelternfamilien, von Familien also, in welchen ledige, getrennt lebende, geschiedene, in neuer Partnerschaft oder verwitwete Eltern mit ihren Kindern leben. Der **VAMV** zeigt die Benachteiligungen dieser allein- und getrennterziehenden Eltern auf und will verhindern, dass sich familienpolitische Maßnahmen vorwiegend an Ehepaaren und Ehepaarfamilien orientieren.

VAMV Landesverband Saar e. V.

Gutenbergstraße 2a
66117 Saarbrücken

Tel.: 068133446

Mail: info@vamv-saar.de

Web: www.vamv-saar.de



Vorstand

Landesvorsitzende: Esther Nikaes

Stellv. Vors.: Cornelia Norheimer

Schatzmeisterin: Stephanie Sauer

Unterstützt durch das Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen und Gesundheit.

Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit
SAARLAND

