Jahresbericht 2025 (Statistik und Sachbericht)

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V.
Ortsverband München

gefördert durch
Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt

Stammdaten der Einrichtung

Einrichtungskategorie	**Beziehungsberatung**
Name	**Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V. Ortsverband München**
Träger	Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V. Ortsverband München
Adresse	Ramersdorfer Str. 1 81669 München
Telefon	089-6927060
E-Mail	info@vamv-muenchen.de
Homepage	https://www.vamv-muenchen.de/
Ansprechpartner	Frau Liszewski

Personalausstattung

Std/Woche: Hauptamtliche MA	127.0
VZÄ	3.3
Std/Woche: Verwaltungskräfte	24.5
Std/Woche: Honorarkräfte	17.0
Anzahl Ehrenamtliche MA	32

Fördersumme entsprechend ZND **0 Euro**

Dokument erstellt am: **19.02.2026**

Einrichtung.....
Vorwort.....
Personelle Besetzung (Personal).....
Beschreibung des Leistungsspektrums.....
Klientenbezogene statistische Angaben.....
Vorrangig gesprochene Sprache.....
Gründe für die Inanspruchnahme der Beratungsstelle.....
Angaben über geleistete Beratungsarbeit.....
Interne Qualifizierung und Qualitätssicherung.....
Prävention / Multiplikator*innen-Arbeit / Netzwerk.....
Öffentlichkeits- und Gremienarbeit.....
Nachrichten und Informationen.....
Ausblick.....

1 Einrichtung

1.1 Vorwort

In 2025 haben sich die Bedingungen und Umstände für Alleinerziehende leider nicht verbessert. Obwohl Alleinerziehende seit über einem Jahr eine höhere Dringlichkeit bei der Vergabe von Kinderkrippen- und Kindergartenplätze erhalten, ist es schwerer denn je, eine konstante und zuverlässige Kinderbetreuung zu finden. Vollzeitplätze sind rar und selbst bei einer stundenweisen Betreuung kann Stabilität oft nicht gewährleistet werden. Manche Kindertageseinrichtungen sind personell so knapp ausgestattet, dass Eltern nicht selten gebeten werden, ihre Kinder zu Hause zu lassen. Erkranken dann zusätzlich noch Mitarbeiter*innen, so kann es schon einmal recht kurzfristig dazu kommen, dass Öffnungszeiten reduziert werden oder komplette Gruppen geschlossen werden müssen. Personalmangel und Personalwechsel sorgen für instabile Betreuungssituationen und sind für Kinder und Eltern gleichermaßen beunruhigend. Nicht nur die Sorge darüber, wie man dies dem Arbeitgeber erklären soll, ist groß, sondern auch darüber, was es für die Entwicklung der Kinder bedeutet, wenn dauerhaft das Betreuungspersonal wechselt und keine verlässlichen und konstanten Bezugspersonen in der Kindertageseinrichtung vorhanden sind.

Nicht nur eine stabile Kinderbetreuung ist nach wie vor ein großes Thema, sondern auch bezahlbarer Wohnraum. Bereits seit Jahren ist es für Alleinerziehende schier unmöglich, auf dem privaten Wohnungsmarkt eine finanzierbare Wohnung zu finden und selbst wenn die Miete das Budget nicht sprengen würde, entscheiden sich Vermieter oft lieber für zwei kinderlose Vollverdiener. Wie sollen Eltern, die sich trennen möchten, unter diesen Umständen einen eigenen Wohnraum finden, der im besten Fall auch noch so groß ist, dass bei beiden Elternteilen genügend Platz für das Kind oder die Kinder vorhanden ist. Oft kann keiner von beiden aus der gemeinsamen Wohnung ausziehen oder sich die Miete der aktuellen Wohnung alleine leisten.

Auf Bundesebene spricht nach der Wahl der neuen Regierung niemand mehr von der Einführung einer Kindergrundsicherung, die Diskussionen darüber sind abgeebbt und die Vorlagen in Schubladen verschwunden. Stattdessen reformiert die Regierung das Bürgergeld und verschlechtert die Bedingungen besonders für Alleinerziehende im Leistungsbezug. Schon bereits vor der Umsetzung wirkt es so, als ob das Jobcenter einen deutlich strengeren Ton an den Tag legt und seine Sanktionen verschärft. Alleinerziehende sind verunsichert und befürchten, dass sich ihre Situation verschlechtert. Probleme Alleinerziehender, eine existenzsichernde Beschäftigung zu finden und den Lebensunterhalt für sich und ihre Kinder außerhalb des SGB II zu sichern, lassen sich nicht mit härteren Sanktionen und verschärften Anforderungen zur Aufnahme von Arbeit lösen. Alleinerziehende sind eine besonders vulnerable Gruppe und die Krisen der letzten Jahre waren extrem belastend. Sie tragen oft die komplette Verantwortung für sich und ihre Kinder allein. Trotz Erwerbstätigkeit - und vor allem wegen der nichtbezahlten Care-Arbeit - sind Alleinerziehende 3x mehr von Armut bedroht als andere Familienformen. Dies wurde - wie jedes Jahr - in unseren Beratungen sichtbar, Tendenz steigend. Ganz besonders groß ist die finanzielle Not und es fehlt an schnellen, niederschwelligen und leicht zugänglichen Hilfen, mit denen Alleinerziehende unkompliziert und unbürokratisch unterstützt werden können. Statt Entlastung, verschlechtern sich ihre Bedingungen und Umstände. Die Frage, warum das so ist, können wir leider unseren Alleinerziehenden nicht beantworten. Absolut klar ist jedoch, dass die Vulnerabilität von Alleinerziehenden abnehmen würde, wenn sich endlich ihre Rahmenbedingungen verbessern würden.

Seit Jahrzehnten unterstützt und begleitet der VAMV Alleinerziehende bei all diesen Herausforderungen. Leider mussten wir in 2025 von Juni bis Dezember 15 Fachpersonalstunden reduzieren. Grund dafür ist die angespannte Haushaltslage der Landeshauptstadt München. Das Sozialreferat fror den Haushaltszuschuss ein und konnte die steigenden Kosten des VAMV nicht refinanzieren. Die Konsolidierungsmaßnahmen der Kommune bedeuteten für den VAMV, dass er die Tariferhöhung nach TVÖD an seine

Mitarbeiter*innen in 2025 nicht ausbezahlen konnte. Wir mussten unsere offene Sprechstunde um eine Stunde verkürzen und die Geschäftsstelle freitags schließen. Die reduzierten Beratungsstunden bedeuteten für die Alleinerziehenden, dass sich die Wartezeiten auf einen Beratungstermin deutlich verlängerten. So konnten wir bereits kurz nach der Sommerpause 2025 nur noch Termine für Anfang 2026 vergeben. Für brisante und dringende Anliegen war das natürlich katastrophal. Vor allem, wenn es um finanzielle und existenzsichernde Angelegenheiten ging. Unsere präventiven und niederschwelligen Angebote blieben weitestgehend erhalten. Für die Alleinerziehenden und ihre Kinder ist der VAMV ein wichtiger Treffpunkt, um sich auszutauschen und zu vernetzen. Dazu stand ihnen weiterhin ein vielfältiges Angebot an Gruppen, Treffs, Festen, Familienfreizeiten, Seminaren, Workshops und Infoveranstaltungen zur Verfügung. Jetzt erst recht sehen wir es als unsere Aufgabe, im kommunalen Bereich sowie auf der gesellschaftlichen und politischen Ebene auf die Problemlagen der Alleinerziehenden aufmerksam zu machen.

Unser Dank geht an die Landeshauptstadt München, die uns seit Jahrzehnten unterstützt. Nur durch deren Fördermittel ist es überhaupt möglich unsere Arbeit auszuführen. Gemeinsam werden wir die Krise meistern, um dann in Zukunft hoffentlich bedarfsgerechter finanziert zu werden. Ich möchte mich herzlich bei den hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen, bei den Nebenamtlichen und Aushilfen, den ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen und bei unseren Vorständen für deren Einsatz und Engagement bedanken. Die hohe Fachlichkeit der unterschiedlichen Professionen und das kollegiale Miteinander sind die Basis, um gute Arbeit leisten zu können. Der Dank geht auch an die vielen Spenderinnen und Spender. Sie alle machen es möglich, Alleinerziehende und ihre Kinder zu begleiten und zu unterstützen.

1.2 Personelle Besetzung (Personal)

Vorstand bis 17.05.2025
Andrea Lausch, Vorsitzende
Carmen Burger, Stellvertretende Vorsitzende
Barbara Herzinger, Schatzmeisterin
Michaela Pöltl, Schriftführerin
Jessica Graf, Beisitzerin
Susanne Steckl, Beisitzerin

Vorstand ab 17.05.2025
Regina Kneuttinger, Vorsitzende
Andrea Lausch, Stellvertretende Vorsitzende
Dorothea Soellner, Schatzmeisterin
Susanne Steckl, Schriftführerin
Jessica Graf, Beisitzerin
Kilian Kreglinger, Beisitzer

Kassenprüferinnen
Lydia Steingruber, Kassenprüferin
Anne Marie Soellner, Kassenprüferin

Festangestellte Mitarbeiter*innen
Claudia Liszewski, Soziale Arbeit B.A., Leitung
Dorothea Soellner, Dipl. Sozialpädagogin (FH), bis 03/2025
Kathrin Onyiaorah, Ethnologin (M.A.)
Christina Höfel, Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Felix Ertl, Dipl. Sozialpädagoge (FH)
Stephan Fuchs, Dipl. Sozialpädagoge (FH)
Petra De Matteis, Dipl. Betriebswirtin (FH), Verwaltung

Nebenamtliche Mitarbeiter*innen und Aushilfen
Cornelia Strasser, RAin Beratung in familienrechtlichen Fragen
Carmen Wenz-Winghardt, RAin Beratung in familienrechtlichen Fragen
Judith Heuberger, RAin Beratung in familienrechtlichen Fragen
Barbara Diez, Beratung in familienrechtlichen Fragen
Anja Wölk, Bürokauffrau, vorbereitende Buchhaltung
Maria Zarda, Unterstützung der Geschäftsstelle

Diverse Referent*innen und Kinderbetreuer*innen

Treffleiter*innen und Helfer*innen
Christine Müller, Selina Olischer, Ossilie Liassou, Silke Nenzel, Clemens Röttger, Kilian Kreglinger, Colette Lawson,

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen
Das Team der ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen umfasst etwa 32 Personen.

1.3 Beschreibung des Leistungsspektrums

• Beratung von Kindern und Jugendlichen ohne Wissen der Personensorgeberechtigten nach § 8 Abs. 3 SGB VIII
• Beratung zur allgemeinen Förderung der Erziehung in der Familie nach § 16 SGB VIII
• Präventive Angebote nach § 16 SGB VIII
• Beratung in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung nach § 17 SGB VIII
• Beratung und Unterstützung bei der Ausübung der Personensorge und des Umgangsrechts nach § 18 SGB VIII
• Hilfe für junge Volljährige, Nachbetreuung nach § 41 SGB VIII
• Allgemeine Sozial- und Rechtsberatung
• Beziehungs- und Lebensberatung
• Unterstützung für Familien mit psychischer Erkrankung / Suchtproblematik

2 Klientenbezogene statistische Angaben

Gesamtzahl der Beratungsfälle nach Zählweise der Beratungsstelle

	2023	2024	2025
Fälle (Familien) gesamt	**907**	**933**	**661**
Kurzberatung	**400**	**379**	**151**
Beratung	**269**	**324**	**272**
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung	**238**	**230**	**238**

Es wurden im Jahr 2025 im VAMV ca. ein Drittel weniger Familien beraten, als 2024. Dies begründet sich zum einen durch die Reduzierung der Arbeitszeit von drei Berater*innen, zum anderen durch einen höheren Anteil an Klient*innen, die öfter kommen und regelmäßige Beratungstermine wahrnehmen.

Aufgrund der Konsolidierungsmaßnahmen der Stadt München, sahen wir uns gezwungen Sparmaßnamen zu ergreifen, um als Verein nicht in finanzielle Schieflage zu geraten und einen stabilen Haushaltsplan aufzustellen. Drei Mitarbeiter*innen reduzierten ab dem 01.07.2025 bis zum Jahresende (also für 6 Monate) ihre Arbeitszeit um jeweils 5 Stunden pro Woche. Damit fielen ab Juli pro Monat etwa 30 Beratungsstunden aus, insgesamt in den 6 Monaten etwa 180 Beratungsstunden (für Beratung und Kurzberatung). Um aufgrund der dazukommenden steigenden Nachfrage überhaupt noch in absehbarer Zeit Beratungstermine vergeben zu können, beschlossen wir die telefonische Kurzberatungen drastisch zu reduzieren, und dafür möglichst vielen Klient*innen die Möglichkeit zu geben, eine ausführliche Beratung in Anspruch zu nehmen.

Im Jahr 2025 verzeichneten wir zudem eine Zunahme von Klient*innnen, die mehrfach / regelmäßig bei uns Beratungen in Anspruch nahmen. Zum einen sind dies Klient*innen die in der Phase der Trennung eine enge Anbindung an den VAMV suchen und sich durch den Prozess der Trennung und Scheidung von uns begleiten lassen und sich Unterstützung holen. Zum anderen ergeben sich auch häufig frequentierte Beratungen im Bereich der Existenzsicherung / Antragstellungen von Sozialleistungen. Oft sind dies Alleinerziehende mit einem erhöhten Beratungsbedarf und Multiproblemlagen, wie z.B. mit Migrationshintergrund, Schuldenproblematik, fehlender Berufsausbildung und geringen Chancen auf dem Arbeitsmarkt, fehlender Kinderbetreuung bei mehreren Kindern, Gewaltproblematik mit dem Expartner, psychischen Einschränkungen, etc.

Die Anzahl der Rechtsberatungen blieb im Vergleich zu den Vorjahren gleich. Unsere Rechtsanwältinnen sind/ waren nach wie vor immer mittwochnachmittags vor Ort und beraten unsere Alleinerziehenden.

Anzahl beratene Kinder in Leistung Beratung mit §28

	2023	2024	2025
Beratung mit §28			

Zahl der Neuanmeldungen

	2023	2024	2025
gesamt	**452**	**501**	**450**
Kurzberatung			
Beratung	**214**	**271**	**212**
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung	**238**	**230**	**238**

s.o.

Anzahl der aus dem Vorjahr übernommenen Beratungen

	2023	2024	2025
gesamt	**55**	**53**	**60**
Kurzberatung			
Beratung	**55**	**53**	**60**
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung			

s.o.

Beendete Fälle

	2023	2024	2025
gesamt	**392**	**475**	**444**
Kurzberatung			
Beratung	**154**	**245**	**206**
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung	**238**	**230**	**238**

s.o.

Wartezeiten

	2023	2024	2025
Unter 1 Woche	**123**	**117**	**70**
1 – 3 Wochen	**322**	**353**	**261**
4 – 6 Wochen	**51**	**32**	**122**
6 – 8 Wochen	**5**		**24**
länger als 8 Wochen	**4**		**5**
innerhalb 24 Stunden	**2**	**52**	**28**

Durch die Reduzierung unserer Arbeitszeit und der damit verbundenen Schließung der Geschäftsstelle freitags ab Juli, erhöhten sich die Wartezeiten auf einen Termin drastisch. Konnten wir in der ersten Jahreshälfte häufig Termine noch in derselben Woche oder spätestens in der Folgewoche vergeben, belief sich die Wartezeit am Jahresende auf ca. 8 Wochen.

Terminvergaben innerhalb von 24 Stunden und teilweise auch bei unter 1 Woche betrafen zumeist kurzfristig abgesagte Termine (hauptsächlich in der Rechtsberatung) für die wir über die Warteliste den Termin neu vergeben konnten oder es handelte sich um "Notfälle", die wir aufgrund der dringlichen Situation außerhalb der normalen Beratungszeiten beraten haben.

Wer wird beraten?

	2023	2024	2025
1. Bezugsperson	**753**	**752**	**515**
2. Bezugsperson	**148**	**166**	**135**
Kind / Jugendlicher bis 18	**4**	**1**	**1**
junger Erwachsener bis unter 27		**2**	**3**
familiäres Umfeld (Nachbarn, Großeltern mit Kindbezug)	**9**	**6**	**2**
Fachkraft (Schule, Kita, BSA, Medizinsystem etc.)	**7**	**24**	**12**
Einzelperson (über 27)	**3**		**1**
Paar ohne Kinder			
Familie bzw. Paar mit Kindern über 27 Jahre			
Sonstige	**4**		

Der Großteil, ca. 80 % der beratenen Personen, ist jeweils die 1. Bezugsperson des Kindes, also tatsächlich die alleinerziehende Person. Zudem beraten wir auch Elternteile (ca. 20 %), die Umgang zu ihren Kindern haben oder diesen wünschen. Eltern, die ihr Kind im Wechselmodell betreuen, tauchen in dieser Statistik aufgrund der Abfragekategorien nicht auf.
Hin und wieder beraten wir auch Fachkräfte zu spezifischen Themen der Alleinerziehenden.

Altersstruktur Kinder

	2023	2024	2025
unter 3 Jahren			
3 bis unter 6 Jahre			
6 bis unter 9 Jahre	**1**		
9 bis unter 12 Jahre	**2**	**2**	
12 bis unter 15 Jahre			
15 bis unter 18 Jahre	**1**		**1**
18 bis unter 21 Jahre	**3**	**4**	**1**
21 bis unter 24 Jahre			
24 bis unter 27 Jahre			

Geschlechterverteilung

	2023	2024	2025
männlich	**57**	**49**	**41**
weiblich	**232**	**285**	**235**
divers			
ohne Angabe	**1**	**2**	

Beinahe unverändert sind auch im Jahr 2025 ca. 85 % der Klien*innen in der Beratung Mütter und etwa 15 % Väter.

2.1 Vorrangig gesprochene Sprache

Generell beraten wir in unserer Beratungsstelle auf deutsch. In seltenen Fällen auch auf englisch.

regionale Verteilung – nach örtlichen Trägern der öffentlichen Jugendhilfe

	2023	2024	2025
gesamt	**507**	**554**	**510**
Sozialregion 1-13	**497**	**545**	**507**
Landkreis München			
außerhalb Stadt und Landkreis München			
ohne Angabe	**10**	**9**	**3**

Unsere Klient*innen kamen im Jahr 2025 stadtweit in einer recht gleichmäßigen Verteilung aus allen Stadtbezirken zu uns in den VAMV. Eine Ausnahme nach oben bilden die Zahlen aus unserem "Heimatviertel" Ramersdorf-Perlach sowie aus den angrenzenden Stadtteilen Berg am Laim, Ober- und Untergiesing. Die wenigsten Klient*innen kamen aus dem Münchner Norden (Milbertshofen und Feldmoching) zu uns.

sozioökonomische Situation der Familien

	2023	2024	2025
gesamt	**507**	**554**	**510**
ja	**158**	**197**	**152**
nein	**325**	**350**	**356**
unbekannt	**24**	**7**	**2**

Etwa 30 % der Hilfesuchenden beziehen Bürgergeld, Wohngeld oder Kinderzuschlag, wobei der Prozentsatz im Bereich der psychosozialen Beratungen ohne § 28 bei 40 % liegt und bei der Rechtsberatung nur etwa 18 % der Beratenen auf Leistungen angewiesen sind.

Familiensituation

	2023	2024	2025
Eltern leben zusammen	**67**	**42**	**59**
Eltern sind getrennt und praktizieren ein paritätisches Wechselmodell (50:50)	**30**	**59**	**49**
Elternteil lebt mit Kind/Kindern und neuer Partnerin/neuem Partner in einem Haushalt	**6**	**13**	**6**
Eltern sind verstorben			
Unbekannt	**1**		
Mutter (alleinerziehend) lebt mit Kind/Kindern alleine in einem Haushalt	**378**	**420**	**375**
Vater (alleinerziehend) lebt mit Kind/Kindern alleine in einem Haushalt	**21**	**13**	**17**
Eltern/Elternteil leben/lebt zusammen mit Kindern über 27	**1**	**2**	**1**
Paar ohne Kinder			
Einzelperson alleinlebend	**3**	**5**	**3**
In Trennung lebendes Paar ohne Kinder			

Fast 74 % unserer Klient*innen sind alleinerziehende Mütter, lediglich 3 % alleinerziehende Väter, und etwa 10 % erziehen im Wechselmodell. Diese Zahlen decken sich in etwa mit den Vorjahreszahlen. Eltern, die noch zusammen leben und bei uns in Beratung sind, machten im Jahr 2025 etwa 12 % aus. Dieser Wert ist im Vergleich zum Vorjahr etwas höher, aber deckt sich in etwa mit dem Wert aus 2023. Hierbei handelt es sich häufig um Familien in Trennungssituationen, die aufgrund der angespannten Wohnungsmarktlage in München keine Möglichkeit haben, die Trennung auch räumlich zu vollziehen.

3 Gründe für die Inanspruchnahme der Beratungsstelle

Beratungsgründe Eltern

	2023	2024	2025
gesamt	**907**	**933**	**661**
Kritische Lebensumstände / Krisen	**136**	**66**	**38**
Existentielle Probleme	**188**	**226**	**126**
Gewalt (-erfahrungen) körperlich, psychisch	**14**	**18**	**13**
Erziehungsverhalten, pädagogische Überforderung, unangemessene Verwöhnung	**21**	**23**	**10**
Körperliche und seelische Beeinträchtigungen	**13**	**13**	**5**
Konflikte im familiären Zusammenleben bzw. Interaktionen im Beziehungssystem	**98**	**60**	**46**
Probleme / Konflikte im Zusammenhang mit Trennung und Scheidung	**428**	**517**	**420**
Probleme des Sozialverhaltens wie z.B. Delinquenz und Straftaten	**2**	**2**	**1**
Belastungen durch das Schulsystem	**7**	**6**	
Fragen der Sexualität			
Fragen der Familienplanung und des Kinderwunsches		**2**	**2**
Gewalt (-erfahrungen) sexuell			

Psychosoziale Beratung

Bei einer Trennung gibt es immer viele ungeklärte Fragen sowie Zweifel und Ängste bei den sich trennenden Elternteilen, die wir versuchen in der Beratung aufzufangen, damit sie ihre Unsicherheiten überwinden können. Beispiele sind hier: Was kommt auf mich zu, was muss ich alles beachten? Welche Hilfen und Unterstützungen gibt es? Wer bleibt in der Wohnung? Wie finde ich eine neue bezahlbare Wohnung? Bei wem werden die Kinder wohnen, wie gestalten wir gute Umgangszeiten? Was sind die jeweiligen Rechte und Pflichten? Wie bereite ich das Kind/ die Kinder auf die Trennung vor? Wie gehe ich mit meinen Schuldgefühlen, Ängsten vor der Zukunft, existentiellen Ängsten sowie mit Kränkungen und emotionalen Verletzung um?

Doch nicht nur in der Phase der Trennung und Scheidung hatten Alleinerziehende mit vielen Mehrfachbelastungen zu kämpfen und einen erhöhten Unterstützungsbedarf. Nach wie vor zeigten sich in den letzten Jahren die Folgen der Coronapandemie im Alltag der Alleinerziehenden: Kinder mit psychischen Auffälligkeiten, wie z. B. Angststörungen, Sozialphobien, Depressionen und Drogenkonsum nahmen weiter zu. Alleinerziehende sind mit solchen Problematiken häufig auf sich allein gestellt und können sich oft nicht auf die Unterstützung des anderen Elternteils verlassen. Im schlimmsten Fall werden sie von diesem auch noch "verurteilt" und verantwortlich gemacht, weil sie in der Erziehung "versagt" haben, oder aber es werden notwendige Unterschriften verweigert, um dem Kind eine hilfreiche Therapiemaßnahme zu ermöglichen. In einer solchen Situation den Weg über das Familiengericht zu gehen, ist sehr kräftezehrend, viele schaffen das nicht.

Themen wie finanzielle Engpässe, fehlende Kinderbetreuung und kein bezahlbarer Wohnraum führten zu massiven, auch psychischen Belastungen unserer Zielgruppe. Wir unterstützten die Alleinerziehenden in unseren Beratungen, gaben ihnen Rückhalt und das Gefühl nicht allein zu sein sowie praktische Tipps, um schwierige Situationen zu meistern.

Existenzberatung (im Statistomaten unter "Existentielle Probleme" eingeordnet)

In sehr vielen Beratungen dieses Jahr standen wieder die finanziellen und existenzsichernden Aspekte im Vordergrund. Vor allem in diesem Bereich gab es eine große Anzahl Alleinerziehender, die über das Jahr sehr regelmäßig zu uns in Beratung kamen, um Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen zu bekommen, sich ihre Bescheide und Behördenbriefe erklären zu lassen oder sich überhaupt erstmal über ihre Ansprüche zu informieren. Wir gaben den Ratsuchenden einen Überblick über ihre Rechte und Pflichten bezüglich des Unterhalts für sich und ihre Kinder und berieten sie zur Antragstellung möglicher öffentlicher Leistungen, wie Bürgergeld, UVG, Kinderzuschlag, Wohngeld sowie den freiwilligen Leistungen der Landeshauptstadt München. Wir unterstützten Einzelne konkret bei der Antragstellung, stellten Antragsformulare bereit, fertigten Kopien an, halfen beim Beschaffen aller notwendigen Unterlagen, formulierten Begleitschreiben an Behörden, um Sachverhalte zu erläutern, erklärten Bescheide und erinnerten an Folgeanträge. Das ganze Jahr über kamen Alleinerziehende zu uns, die sich in finanziellen Engpässen befanden. Es waren nicht nur Alleinerziehende ohne oder mit geringem Einkommen, sondern zunehmend auch Betroffene aus der sogenannten Mittelschicht, die sich trotz "normalem" Einkommen ihr Leben nicht mehr leisten konnten. Nicht selten waren dieses Jahr auch ausbleibende Unterhaltszahlungen Grund für die plötzliche finanzielle Notlage von Alleinerziehenden. Die Scheu diese einzufordern oder UVG in Anspruch zu nehmen war hoch, mit der Begründung, dass man vor dem Konflikt mit dem anderen Elternteil Angst habe oder dem anderen Elternteil nicht schaden wolle, weil es diesem finanziell auch gerade nicht gut gehe. Teilweise wurde auch die Angst verbalisiert, dass sich die Unterhaltsforderung negativ auf die Beziehung zwischen den Unterhaltspflichtigen und den Kindern auswirken könnte. Es bedurfte viel Fingerspitzengefühl und Aufklärung in der Beratung, da fehlende Unterhaltszahlungen weitreichende Konsequenzen haben. So werden beispielsweise Anträge auf Wohngeld oder Kinderzuschlag überhaupt nicht bearbeitet, wenn der Unterhalt nicht geklärt ist. Ohne einen Bescheid über Wohngeld oder Kinderzuschlag, gibt es keine BuT Leistungen, das heißt, oft muss das Essensgeld in Kita, Schule oder Hort voll selbst bezahlt werden, sowie der Sportverein oder die Musikstunden. Bei Alleinerziehenden, die selbst arbeiten und Geld verdienen (und nicht im Bürgergeldbezug sind), führt so nicht gezahlter Unterhalt sehr schnell an die finanzielle Existenzgrenze.

Familienrechtliche Beratung

Auch im Jahr 2025 berieten unsere Rechtsanwältinnen einmal wöchentlich Alleinerziehende zu allen rechtlichen Aspekten einer Trennung und Scheidung. Es gab Fragen zu den verschiedenen Unterhaltsformen, zum Vermögensausgleich sowie Fragen zum anstehenden Scheidungsverfahren, Ehegattenunterhalt und Betreuungsunterhalt, zum Thema Vaterschaftsanerkennung, Sorgerecht, Aufenthaltsbestimmungsrecht und Umgang sowie Fragen rund um das Thema Wechselmodell. Ebenso berieten die Rechtsanwältinnen vereinzelt zu Erbrecht und Testament.

Beratung für Väter in/nach Trennung und Scheidung

Das Beratungsangebot richtet sich generell nicht nur an alleinerziehende Väter, sondern auch an Väter, bei denen die Kinder nicht im Alltag leben, sondern nur zum Umgang sind. Das Beratungsangebot wurde 2025, ebenso wie im Vorjahr, gut angenommen. Bei den Vätern stand oft die Frage im Vordergrund, wie eine gute Elternschaft trotz Trennungs- und Scheidungssituation gelingen kann. In der Beratung wurde dazu ermutigt nach Lösungen zu suchen, die den Bedürfnissen des Kindes/der Kinder gerecht werden und gleichzeitig

beiden Elternteilen ermöglichen, ihrer Verantwortung nachzukommen. Themen der Beratungen waren oft auch die verschiedenen Modelle der elterlichen Betreuung und des Umgangs. Die Förderung der elterlichen Kooperation und die Entwicklung von Konfliktlösungsstrategien waren dabei entscheidende Elemente, die in den Beratungen entwickelt und besprochen wurden. Wie bereits im letzten Jahr, war auch 2025 die Belastung der Väter durch ein hohes Arbeitspensum, finanziellen Schwierigkeiten, teils hochstrittigen Familienrechtsverfahren und ein dadurch belastetes Verhältnis zum Kind/zu den Kindern und der Kindsmutter, spürbar.

Single-moms-by-choice

Eine spezielle Gruppe in der Beratung sind die Single-moms-by-choice, also Frauen, die ein Kind über Samenspende - durch einen privaten Spender oder anonym über eine Kinderwunschklinik - bekommen haben oder bekommen wollen. Die Themen dieser Alleinerziehenden unterschieden sich nicht in allen Punkten, aber doch in einigen gravierenden von den Themen anderer Alleinerziehender. Auch in unserer psychosozialen Beratung, der Existenzberatung und in der Rechtsberatung war diese Gruppe der Alleinerziehenden im Jahr 2025 vertreten.

Beratung Alleinerziehende und Jugendliche

Die Beratungen fanden sowohl mit Eltern, Kindern und Jugendlichen allein oder auch gemeinsam statt. Das Setting wurde individuell auf den Bedarf der Klient*innen abgestimmt. Gemeinsam wurden aktuelle Themen behandelt und versucht, Lösungen zu erarbeiten. Hauptsächlich ging es um Themen des täglichen Zusammenlebens, sowie Regeln und Grenzsetzung in dieser schwierigen Zeit des Erwachsenwerdens.

Offene Beratung

Einmal pro Woche boten wir eine offene Beratung und einen offenen Treff in unserer Geschäftsstelle an. Immer dienstags von 14.00 - 16.00 Uhr (bis zum 30.06.2025 war die offene Beratung von 14.00 - 17.00 Uhr) konnten Alleinerziehende ohne Anmeldung vorbeikommen und erhielten eine psychosoziale Beratung, ein erstes Clearinggespräch oder sie konnten sich untereinander vernetzen. Dieses niederschwellige Angebot half dabei Hürden zu überwinden und unkompliziert und unverbindlich unser Angebot kennenzulernen. In der offenen Beratung tauchten allerlei Themen auf, wie z. B. Alltagsbewältigung, Erziehungsfragen, Fragen zum Umgangs- und Sorgerecht, Unterhaltsfragen, aber auch zu einem hohen Prozentsatz Fragen rund um das Thema Existenzsicherung. Viele Ratsuchende kamen beispielsweise mit Bescheiden, die sie nicht verstanden, mit Antragsformularen, die sie allein nicht ausfüllen konnten oder benötigten dringend Hilfe, da sie aufgrund verzögerter oder ausbleibender Zahlungen kein Geld mehr für notwendige Einkäufe hatten.

Gründe Hilfegewährung Kind

	2023	2024	2025
gesamt	**5**	**1**	**2**
Unversorgtheit des jungen Menschen			
Unzureichende Förderung/Betreuung/Versorgung des jungen Menschen in der Familie	**1**		

	2023	2024	2025
Gefährdung des Kindeswohls			
Eingeschränkte Erziehungskompetenz der Eltern/Personensorgeberechtigten			
Belastungen des jungen Menschen durch Problemlagen der Eltern	**1**		**1**
Belastungen des jungen Menschen durch familiäre Konflikte		**1**	
Auffälligkeiten im sozialen Verhalten (dissoziales Verhalten) des jungen Menschen			
Entwicklungsauffälligkeiten/seelische Probleme des jungen Menschen	**1**		
Schulische/berufliche Probleme des jungen Menschen	**2**		**1**

4 Angaben über geleistete Beratungsarbeit

Anzahl der Gesprächskontakte der beendeten Hilfen

	2023	2024	2025
gesamt	**545**	**623**	**589**
Kurzberatung			
Beratung	**307**	**388**	**351**
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung	**238**	**235**	**238**

Unsere Rechtsberatung ist auf einmalige Kontakte ausgelegt, da es sich um eine familienrechtliche Erstberatung handelt, daraus ergibt sich die Zahl der Fälle (238) gleich der Zahl der Kontakte (238).

Unsere psychosoziale Beratung (einschließlich der Existenzberatung) ist oftmals ein Beratungsprozess mit mehreren Kontakten in regelmäßigen oder unregelmäßigen Abständen, teils über mehrere Monate oder Jahre, da sich die Problematiken der Alleinerziehenden, wenn auch in unterschiedlichen Formen, oft über die gesamte Zeit des Elternseins bis zum Erwachsenwerden der Kinder hinziehen.

So kommen zu den 351 Kontakten der beendeten Hilfe nochmal doppelt soviele Kontakte (Beratungsstunden), nämlich 353, der andauernden Hilfe. Mit einer Gesamtzahl von 704 geleisteten Beratungsstunden (ohne Rechtsberatung) liegen wir damit 158 Beratungskontakte hinter der Vorjahreszahl aus 2024. Dies spiegelt deutlich unsere Fachpersonalstundeneinsparung ab Juli 2025 wider. Drei Mitarbeiter*innen verkürzten für 6 Monaten (Juli-Dezember 2025) ihre wöchentliche Arbeitszeit um je 5 Stunden. Pro Monat mussten somit insgesamt etwa 30 Beratungsstunden ausfallen, also 180 Beratungsstunden über den gesamten Zeitraum.

Beratungssetting

	2023	2024	2025
F2F in der Wohnung der Herkunftsfamilie/ Adoptivfamilie (des jungen Menschen)			**1**
F2F in der Wohnung einer Verwandtenfamilie			
F2F in einer Einrichtung der Kindertagesbetreuung			
F2F in der Schule			
F2F in den Räumen der Beratungsstelle	**548**	**519**	**446**
Per Telefon	**336**	**413**	**206**
Video			
F2F an sonstigem Ort	**1**		**3**

	2023	2024	2025
F2F im Familienzentrum			
F2F in Einrichtungen der Flüchtlingshilfe			
Email	**22**	**1**	**5**
Chat			

Der überwiegende Teil der Beratungen findet in unserer Beratungsstelle statt. Etwa ein Drittel der Beratungen finden aufgrund von terminlichen Überschneidungen, langem Anfahrtsweg oder Krankheit (des Kindes) telefonisch statt.

Art des Abschlusses

	2023	2024	2025
Zuständigkeitswechsel:			
Weiterverweisung			
Beratung in allgemeinen Fragen der Erziehung durch den Allgemeinen Sozialdienst			
Hilfe zur Erziehung nach §§ 27-35, 41 SGB VIII			
Eingliederungshilfe nach § 35a SGB VIII			
Keine unmittelbar nachfolgende Hilfe nach dem SGB VIII bekannt			

Anzahl EB im FZ - Fälle

	2023	2024	2025
gesamt	**1**	**2**	**1**
Kurzberatung		**1**	
Beratung			**1**
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung	**1**	**1**	

Anzahl EB an GS- Fälle

	2023	2024	2025
gesamt			
Kurzberatung			

	2023	2024	2025
Beratung			
Beziehungsberatung			
Rechtsberatung			

Anregung / Anmeldung

	2023	2024	2025
Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre	**13**	**2**	
Eltern bzw. Personensorgeberechtige / Erwachsene	**382**	**377**	**270**
Schule / Kindertageseinrichtung			
Sozialer Dienst / andere Institution	**6**	**46**	**60**
Gericht / Staatsanwaltschaft / Polizei			
Arzt / Klinik / Gesundheitsamt	**3**		
Ehemalige Klienten / Bekannte / Verwandte	**17**	**52**	**64**
Sonstige	**12**	**6**	**2**
Jugendamt / BSA	**74**	**71**	**114**

Weit mehr Alleinerziehende als in den vergangenen Jahren kommen aufgrund einer Weiterverweisung des Jugendamtes oder einer anderen Institution zu uns in Beratung. Anders als in den Vorjahren, gaben fast die Hälfte der Ratsuchenden an, dass sie unseren Kontakt über das Jugendamt, einen anderen sozialen Dienst oder über Bekannte, die schon einmal bei uns waren, bekommen hätten. Wir sehen das positiv und führen dies auf gute Vernetzungsarbeit und positive Erfahrungen mit unserem Verein zurück.

Weiterverweisung / Zusammenarbeit

	2023	2024	2025
nein	**679**	**872**	**634**
andere psychosoziale Beratungsstellen	**53**	**16**	**15**
BSA / Sozialbürgerhaus	**77**	**14**	**3**
Einrichtungen des Gesundheitssystems	**14**	**1**	**2**
Wohnungslosenhilfe	**15**	**2**	
Hilfsangebote bei Fluchthintergrund / Asyl	**2**		
sonstiges	**64**	**13**	**5**
keine Angabe	**3**	**1**	

Eine direkte Weiterverweisung erfolgt selten, da wir es als unsere Aufgabe ansehen, den

Alleinerziehenden (für die wir als VAMV die "Spezialisten" sind) möglichst direkt und vollumfänglich zu helfen und sie nicht wieder weiterzuschicken. Eine Zusammenarbeit mit anderen Institutionen wie dem SBH, Jobcenter, Jugendamt, UVG-Stelle, Agentur für Arbeit, etc. beschränkt sich auf kurze Telefonate, Emails oder schriftliche Informationsweitergabe gemeinsam mit den Klient*innen und ist hier nicht gesondert vermerkt im Statistomaten. Darüberhinaus ist eine wirkliche (überbehördliche) Zusammenarbeit nicht möglich.

Dolmetscher*in notwendig

	2023	2024	2025
nein	**501**	**546**	**504**
benötigte ausländische Sprachkompetenz in der Einrichtung vorhanden	**4**	**8**	**6**
Dolmetscher*inneneinsatz	**1**		
Sprachmittler*inneneinsatz	**1**		
DGS Dolmetscher*innen			

Wir beraten fast ausschließlich auf deutsch, manchmal auf englisch. Für andere Sprachen bringen unsere Klient*innen eigene Übersetzer mit, wenn nötig.

Migrationshintergrund

	2023	2024	2025
ja	**180**	**199**	**189**
nein	**327**	**355**	**321**
keine Angabe möglich			

Fluchthintergrund

	2023	2024	2025
ja	**22**	**13**	**6**
nein	**485**	**541**	**504**

handelt es sich um einen MüMo-Fall

	2023	2024	2025
ja			
nein	**269**	**324**	**272**

Teilnahme an der ersten Anhörung beim FamG

	2023	2024	2025
ja			
nein			

Ergebnis der Beratung

	2023	2024	2025
Fall ist beendet - Rückgabe an BSA			
Fall ist beendet - Rückgabe an FamG			
Weiterverweisung an spezialisierte Beratungsstellen			
Fall ist beendet, da letzter Beratungstermin länger als sechs Monate zurückliegt			
Fall ist beendet			

einvernehmliche Lösung

	2023	2024	2025
ja			
nein			

weiterer Verlauf

	2023	2024	2025
Zusätzliche Weiterverweisung an spezialisierte Beratungsstellen			
Rückgabe an die BSA			
Rückgabe an das FamG			
Weiterberatung ausschließlich intern			

4.1 Interne Qualifizierung und Qualitätssicherung

Fortbildung und Tagungen

Unsere Mitarbeiter*innen nahmen an diversen internen Fortbildungsveranstaltungen teil.

Anfang des Jahres fand erneut eine Infoveranstaltung der Landeshauptstadt München zum Thema Zuschussverfahren und Verwendungsnachweis statt. Der Paritätische informierte mehrmals in diesem Jahr über die angespannte finanzielle Lage der Kommune und über die Ergebnisse der Arbeitsgruppe Zukunftssicherung, in der die Verbände der freien Wohlfahrt gemeinsam mit dem Sozialreferat und der Stadtpolitik überlegen, wie die Krise bewältigt werden kann.

Unsere Mitarbeiter*innen nahmen an Weiterbildungen über Canva und KI-Kompetenz für den Arbeitsplatz teil und an einer Wordpressfortbildung. Das Jobcenter bot eine Multiplikatorenschulung an und die BGW eine Informationsveranstaltung für Sicherheitskonzepte in Einrichtungen. Unser Team konnte zudem verschiedene Fachvorträge und Workshops der Onlineplattform STARK Trennung, Scheidung und Umgang besuchen.

Wir besuchten an mehrere Fachtage, darunter waren u.a. Themen wie Präventionsarbeit in der Kinder- und Jugendhilfe oder Frauengesundheit.

Auch dieses Jahr nahmen unsere Mitarbeiter*innen abwechselnd an mehreren Vorträgen der Inforeihe Kinder, Jugend und Familie des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes teil, sowie an regelmäßigen Supervisionen.

4.2 Prävention / Multiplikator*innen-Arbeit / Netzwerk

Treffs und Gruppen

Seit vielen Jahren gibt es im VAMV offene Gruppen, die sogenannten Treffs. Sie sind für die Alleinerziehenden ein wichtiges Angebot zum Austausch, um Kontakt zu finden und zur gegenseitigen Unterstützung. Bei den Treffs wird Kinderbetreuung angeboten. Vor Ort gibt es immer etwas zu essen und zu trinken, oftmals gibt es Wohlfühl- und Kreativangebote oder gemeinsame Unternehmungen. Über die Jahre hinweg haben sich die Treffs den veränderten Wünschen und Bedürfnissen der Besucher*innen angepasst.

Feierabendtreff

Der monatliche Treff am Freitagabend mit einem gemeinsamen Abendessen lässt die Woche entspannt ausklingen. Ab und zu gibt es Themenabende oder es stellt sich eine andere Einrichtung vor, dieses Jahr war z.B. eine Mitarbeiterin von LernFair sowie von Zu Hause gesund werden da, und es gab Tipps zur Lohnsteuererklärung von einer alleinerziehenden Geschäftsführerin eines Lohnsteuerhilfevereins. Die Kinder der Teilnehmer*innen konnten in der Kinderbetreuung eigene Angebote wahrnehmen.

Wohlfühlcafé

Dieser Treff hat sich über viele Jahre etabliert und ist gar nicht mehr wegzudenken. Das Café ist ein monatlich stattfindender Sonntagnachmittag mit Erfahrungsaustausch und Kontaktmöglichkeiten. Es gibt immer feinsten, selbstgebackenen Kuchen, Obstsalat, Pizza oder ähnliches. Zusätzlich gibt es ein wechselndes Programm an Kreativ- und Entspannungsangeboten, so richtig zum Wohlfühlen.

Sonntagsbrunch im Münchner Norden

Bei einem gemütlichen Brunch können sich die Alleinerziehenden vernetzen.
Dieser Treff im Münchner Norden wird gut angenommen und gibt den Alleinerziehenden die Möglichkeit, sich in näherer Umgebung mit Gleichgesinnten zu treffen. Seit 06.04.2025 haben wir den Treff mit einer neuen Treffleitung und einem etwas abgeändertem Konzept aufgefrischt. Die Teilnehmer*innen müssen kein Essen mehr selbst mitbringen, sondern werden mit einem monatlich wechselndem Themenbrunch verwöhnt.

Freitagabendauszeit im Münchner Westen

Die Freitagabendauszeit im Münchner Westen mussten wir leider aus finanziellen und personellen Gründen zum 31.01.2025 einstellen. Unser Kooperationspartner vor Ort, das Condrobs Familienzentrum, hat das Angebot für Alleinerziehende vorerst übernommen und richtet alle zwei Monate einen Alleinerziehenden-Treff aus.

Vätergruppe

Auch dieses Jahr erfreute sich unsere offene Vätergruppe wieder großer Beliebtheit. Besonders unsere beiden Schwimmbadbesuche im neu eröffneten Naturbad Georgenschwaige und im Nordbad fanden großen Anklang und wurden von vielen Vätern mit ihren Kindern als Highlights der Vater-Kind-Gruppe im vergangenen Jahr identifiziert. Beim gemeinsamen Wasserball spielen schlossen sowohl die Väter als auch die Kinder untereinander schnell Kontakt, der beim gemeinsamen Muffins-Essen weiter vertieft werden konnte.
Das Wetter meinte es bei unseren Sommeraktionen, wie z.B. dem gemeinsamen Grillen im Laimer Gemeindehausgarten, stets gut mit uns und die beiden alleinerziehenden Väter und Mitverantwortlichen der Gruppenaktivitäten, Clemens Roettger und Kilian Kreglinger, bereicherten die Vätergruppe durch großes Engagement und stets guter Laune.

Als Abschluss des Jahres haben wir uns dieses mal etwas Besonderes überlegt:
Gemeinsam mit dem Boxwerk in der Maxvorstadt fand unsere alternative Weihnachtsaktion "Box den Nikolaus" statt.
Am Interesse der alleinerziehenden Väter und ihren Kindern an den vielfältigen, gemeinsamen Gruppenaktivitäten konnten wir erkennen, dass das Bedürfnis nach gegenseitigem Kennenlernen und Austausch auch im fünften Jahr des Bestehens nach wie vor ungebrochen ist.
Unser Dank gilt allen Vätern und Kindern, die sich mit Freude, guter Laune und Abenteuerlust an unseren Angeboten beteiligt haben.

Solomamas by Choice - eine offene Gruppe für Solomamas und solche, die es (vielleicht) werden wollen

Die Solomama Gruppe hat sich fest bei uns etabliert für Singlefrauen, die einen Kinderwunsch haben und mit dem Gedanken spielen, ein Kind per Samenspende zu bekommen oder die vielleicht bereits ein Kind aus Samenspende haben oder schwanger sind. Sechs Treffen fanden im Jahr 2025 statt. Es gab stets einen regen Austausch zu den Themen: Ablauf der Kinderwunschbehandlung, Ärzte, Kliniken, gesetzliches Setting, Alltag als Solomama, Feedback/ Reaktion des Umfelds, Schwangerschaft und ähnliches statt. Auch Alltagsthemen und Vernetzung haben ihren Platz in dieser Gruppe.

Pubertätstalk - Austauschabend für Alleinerziehende mit Kindern in der Pubertät

Der Austauschabend für Alleinerziehende mit Kindern in der Pubertät erlebte dieses Jahr ein Revival, nachdem letztes Jahr eher wenig Interesse bestanden hatte, und fand über das Jahr 2025 verteilt, mit reger Teilnahme insgesamt dreimal statt. Der Austausch untereinander war, neben dem fachlichen Input, jeweils ein wichtiger Teil der Abende, denn es entstand das Gefühl des gegenseitigen Verstehens und der Anerkennung der Erziehungsleistung in dieser schwierigen Zeit.

Online Entspannungsstunde

Viele Alleinerziehende erleben ihren Alltag, in dem sie viel Verantwortung alleine tragen, als aufreibend und stressig. Zudem ist es für sie besonders schwierig, sich Auszeiten zu organisieren oder an Entspannungskursen oder Ähnlichem teilzunehmen, da diese in der Regel ohne Kinderbetreuung angeboten werden. Um hier einen kleinen Ausgleich zu schaffen, haben wir seit September 2025 das neue Angebot der monatlichen Online-Entspannungsstunde im VAMV eingeführt. Alleinerziehende haben die Möglichkeit, sich auf eine Interessent*innenliste zu setzen, bekommen dann vorab einen MS-Teams-Link zugemailt und können regelmäßig, sporadisch oder auch einmalig teilnehmen, ganz wie es ihr Alltag zulässt. Das Interesse ist sehr groß und die ersten drei Termine wurden recht gut angenommen.

Seminare und Infoveranstaltungen

Gestärkt ins neue Jahr starten

Wie war dein vergangenes Jahr und wie soll dein nächstes werden?
In diesem Workshop, welcher am 12.01.2025 bei uns im VAMV durch die externe Referentin, Kathrin Bethke (zertifizierte Achtsamkeitstrainerin, psychologische Beraterin und Life Coach), angeboten wurde, beschäftigten sich die Teilnehmer*innen mit der Reflektion ihres vergangenen Jahres und setzten ganz gezielt einen Kompass für ihr neues Jahr. Dabei ging es nicht um "gute Vorsätze", sondern um eine individuelle Jahresplanung mit Substanz für ein zufriedenes Leben. Damit sich die teilnehmenden Alleinerziehenden ganz auf sich konzentrieren konnten, wurde der Workshop mit Kinderbetreuung angeboten.

In der Ruhe liegt die Kraft - Einführung und Ausprobieren verschiedener Entspannungstechniken

Je stressiger der Alltag, desto mehr sehnen wir uns nach Entspannung - aber welche verschiedenen Entspannungstechniken gibt es eigentlich und welche könnte zu mir persönlich passen? Am Sonntag, den 09.02.2025, gab es für die teilnehmenden Alleinerziehenden die Möglichkeit sich zusammen mit Christina Höfel, Dipl.-Soz.päd. (FH) und Kursleiterin in Progressiver Muskelentspannung, Autogenem Training und Stressmanagement, die Zeit zu nehmen, um einen Überblick über einzelne Entspannungstechniken (z.B. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitsübungen und Methoden der Stressbewältigung nach Gert Kaluza) zu erhalten. Zudem gab es natürlich auch direkt verschiedene angeleitete Übungen zum Ausprobieren. Um maximale Entspannung zu gewährleisten, wurde der Kurs mit Kinderbetreuung angeboten.

Existenzsicherung nach Trennung und Scheidung

Neben den emotionalen Belastungen nach einer Trennung, sind Alleinerziehende in Trennungssituationen oft mit finanziellen Schwierigkeiten und Unsicherheiten konfrontiert. Aufgrund der gesteigerten Nachfrage nach Existenzberatungen in unserer Beratungsstelle, bieten wir seit zwei Jahren regelmäßige Infoabende zu diesem Thema an. Auch 2025 gab es die Möglichkeit für Alleinerziehende sich unverbindlich einen Überblick über die Möglichkeiten finanzieller Hilfen zu verschaffen, wie z.B. Bürgergeld, Wohngeld, Kinderzuschlag, UVG, Prozess- und Verfahrenskostenhilfe, Wirtschaftliche Jugendhilfe sowie weitere freiwillige Leistungen der Stadt München. Das Angebot kam gut an und die Teilnehmenden stellten auch viele Fragen und tauschten sich offen untereinander aus.

Mein Kind erzählt mir, dass es Gewalt erfährt. Was kann ich tun?

Im Rahmen der Münchner Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen, Mädchen, Jungen und nonbinären Menschen organisierten wir am 12.11.2025 diese Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Fachanwältin für Familienrecht Cornelia Strasser. Der Vortrag richtet sich diesmal nicht nur an Fachpublikum, sondern auch an betroffene oder interessierte Alleinerziehende, die sich zum Thema Gewalt informieren möchten. Wie verhalte ich mich richtig, wenn mein Kind Gewalt erfährt? Was kann ich tun, um mein Kind zu schützen? Wann ordnet das Gericht ein Gutachten an und wie gehe ich damit um? Frau Rechtsanwältin Strasser beleuchtete in ihrem Vortrag u.a. die Verfahrensweisen in Umgangs-, Sorgerechts- und Gewaltschutzverfahren. Im Anschluss gab es die Gelegenheit Fragen zu stellen sowie zum Austausch eigener Erfahrungen.

Elternkurs inklusiv: Starke Eltern - Starke Kinder mit und ohne Behinderung

Diese Kooperationsveranstaltung der Münchner Alleinerziehenden-Einrichtungen konnte dieses Jahr mit neuer Referentin (Mareike Eisenhuth, Antonia Infante TEAM Elternkurs inklusiv) an drei Terminen im November stattfinden. Der Veranstaltungsort rotiert jährlich und der Kurs fand dieses Jahr bei siaf statt. Die Veranstaltung richtete sich an alle alleinerziehenden Mütter und Väter mit Kindern mit und ohne Behinderung. Es wurden Wege besprochen, um Konflikte zu lösen und neue Chancen zu entdecken. Durch Inputs und das Eingehen auf spezielle Fragestellungen kamen die Alleinerziehenden in einen Austausch über das Zusammenleben mit Kind bzw. Kindern und konnten daraus Anregungen für ihren Alltag mitnehmen. Während der Kurszeiten wurden die Kinder von der Kinderbetreuung liebevoll betreut.

Feste, Freizeiten und Kreativangebote

Feste gemeinsam zu begehen und Freizeit mit den Kindern zu gestalten, ist ein wichtiger

Schwerpunkt in unserer Arbeit. Faschingsfest, Sommerfest, Advents- und Weihnachtsfeier haben einen regen Zulauf und sind für viele Familien schon fest im Jahresablauf eingeplant. Gemeinsame Freude im gemeinsamen Tun, schafft Verbundenheit und Selbstvertrauen. Bei den Freizeitveranstaltungen haben die Mütter, Väter und ihre Kinder viel Spaß, knüpfen Kontakte und bringen eigene Ideen ein.

Fasching im Dschungel (22.02.)

Wilde und weniger wilde Tiere und andere Dschungelwesen fanden sich dieses Jahr wieder zahlreich zu unserem Faschingsfest unter dem Motto "Fasching im Dschungel" in unseren dekorierten Räumen ein, um gemeinsam mit uns zu feiern. Gestärkt vom Faschingsbuffet, auf dem natürlich gefüllte Faschingskrapfen und erfrischende Getränke sowie weitere süße und herzhafte Snacks nicht fehlen durften, ging es gleich mit einer Polonaise durch die Räumlichkeiten der Geschäftsstelle lustig zur Sache. Danach folgten abwechslungsreiche Spiele, die zur ausgelassenen Stimmung der närrischen Gesellschaft beitrugen. Tanz und Pfandspiele waren ebenso angesagt, wie das allseits beliebte Schaumkussessen ohne Hände aber mit Ende. Die Musikanlage wurde eigens mit der VAMV-Playlist gefüttert, die zur Unterhaltung der zahlreichen Festgäste eine wichtige Aufgabe innehatte. Erheitert verließen die Dschungelgäste dann das Festgelände, gestärkt und mit vielen schönen Eindrücken eines gelungenen Dschungelfestes. Nun hieß es wieder ein Jahr warten auf die nächste actionreiche Mottoparty des VAMV-Eventteams Kathrin und Felix.

Frühlingsausflug Poing (24.05.)

Immer wieder eine Attraktion ist der weiträumig und tierfreundlich angelegte Wildpark Poing. So entschlossen wir dieses Jahr im Frühling einen Ausflug zu besagtem Wildpark zu unternehmen. Das Wetter meinte es gut mit uns und unseren zahlreichen alleinerziehenden Müttern und Vätern mit ihrem Nachwuchs, die sich für dieses Ereignis angemeldet hatten. Zu den Highlights gehörte natürlich wie immer das Füttern der Tiere, die Beobachtung vielfältiger Tierarten und der ausgedehnte Besuch des großangelegten Kinderspielplatzes, an dem auch die mitgebrachte Brotzeit zu sich genommen wurde. Unterwegs zum Ziel, aber auch vor Ort ergaben sich auch mehrfach Gelegenheiten einander besser kennenzulernen oder auch Kontakte zu knüpfen, die evtl. über den Ausflug hinaus gepflegt werden. Fazit: Ein sehr schöner Ausflug der in Erinnerung bleibt, sehr freundliche und zugewandte Teilnehmer*innen und das Ganze bei schönem angenehmen Ausflugswetter. Der nächste Ausflug kann kommen.

Isar-Entspannung (05.07.)

Bei bestem Wetter und guter Stimmung trafen sich Kathrin Onyiaorah und Christina Höfel nebst Kinderbetreuerin mit 8 alleinerziehenden Müttern und ihren 14 Kindern und spazierten an die Isar. Ein erster Platz für unsere Picknickdecken war schnell gefunden und fast alle Teilnehmenden genossen ein (Fuß-)Bad im kühlen Wasser der Isar. Es wurde geplaudert, gebadet, gesnackt und die Sonne genossen, bevor wir weiterzogen und uns inmitten schattenspendender Bäume in den Isarauen erneut niederließen. Nun kamen die Mamas in den Genuss einer angeleiteten Entspannungseinheit, während die Kinder mit Freude am Kinderyoga teilnahmen oder beaufsichtigt durch die Kinderbetreuerin auf dem nahegelegenen Spielplatz spielten. Ein gemeinsames Picknick bildete einen gelungenen Abschluss.

Sommerfest Sommer in der Stadt (12.07.)

"Sommer in der Stadt! 36 Grad und es geht noch heißer! Summer in the city! Isarflimmern! Lasst uns den Sommer in unserer schönen Stadt feiern, mit weiß-blauem Himmel, bayrischer Gmiatlichkeit, ohne Schickeria, dafür mit mehr Amore!" So lautete das Motto unseres diesjährigen Sommerfestes. Neben einem typisch bayrischen Buffet und

gespendetem Hopfentrunk der Giesinger Brauerei, (es gab auch alkoholfreie Getränke), stand auch die bayerische Patronin Bavaria für ein Fotoshooting mit unseren jungen und jung gebliebenen Gästen bereit. Für die jüngeren Gäste gab es Spiel und Spaß mit alpenländischem Hintergrund und natürlich durfte ein Kuchenbuffet nicht fehlen. Alles in allem hatten wir alle viel Freude bei sonnigem Sommerwetter, das der VAMV im Vorfeld bestellt hatte.

Rockige Adventsfeier (12.12.)

Am 12.12.2025 luden wir im VAMV zu einer etwas anderen Adventsfeier ein mit rockiger musikalischer Untermalung, die zum Mittanzen und Mitsingen animierte. 10 Mamas und 13 Kinder amüsierten sich prächtig und feierten ausgelassen in unseren Räumen. Zur Stärkung gab es selbstgemachtes Chili Sin Carne. Lebkuchen, Weihnachtsplätzchen und (Kinder-)Punsch sorgten für weihnachtliche Stimmung.

Mütterwochenende für alleinerziehende Mütter und ihre Kinder (10.10.-12.10.)

Das Jugendhaus Josefstal liegt in einer herrlichen und malerischen Umgebung im bayerischen Oberland, in unmittelbarer Nähe zum Schliersee. Wir verbrachten zusammen mit 5 alleinerziehenden Müttern und 7 Kindern dort vom 10.10. - 12.10.2025 ein entspanntes Herbstwochenende in der Natur mit Bewegung, Spaß und Kreativität. Unsere Kinderbetreuerinnen kümmerten sich stundenweise um die Kinder, damit die Mamas auch mal Zeit für sich hatten. Währenddessen gab es die Möglichkeit an einem Kreativangebot teilzunehmen und die Zeit zu nutzen, um sich selbst etwas Gutes zu tun. Erschöpfung und Stress und deren Bewältigung im Alltag war ein großes Thema bei den Alleinerziehenden. Der Austausch, die Unterstützung untereinander und auch mal gemeinsames Lachen waren wichtig und hilfreich für alle Teilnehmerinnen. Nach einem gemeinsamen Ausflug am Samstag, konnten wir als weiteres Highlight noch am Lagerfeuer zusammensitzen.

Väterwochenende für alleinerziehende Väter und ihre Kinder (26.09.-28.09.)

"Möchtet ihr ein besonderes Wochenende mit euren Kindern erleben?"
Diesem Aufruf folgten dieses Jahr wieder zahlreiche alleinerziehende Väter mit ihren Kindern. Mit Abenteuerlust, zwei hochmotivierten Erlebnispädagogen und ebensolchen Kinderbetreuern und großem Gepäck, fuhren wir am Samstagnachmittag mit der Regionalbahn zu unserer wunderschön und ruhig gelegenen Unterkunft, dem Jugendhaus Josefstal. Dort angekommen und mit sehr gutem Abendessen versorgt, entfachten wir nach Einbruch der Dunkelheit ein Lagerfeuer an der hauseigenen Feuerstelle. Stockbrot und Getränke waren ebenso vorhanden wie gute Gespräche zum gegenseitigen Kennenlernen. Diesmal hatten wir auch einige jüngere Kinder dabei, die sich aber bestens in die Gruppe mit älteren Teenagern integrierten und auf die in der Programmgestaltung durch die beiden "Eventmanager" durchaus Rücksicht genommen wurde. Am Samstag ging es nach einem sehr guten Frühstück Richtung Schliersbergalm, denn das Wetter meinte es diesmal gut mit uns. So ausgestattet konnten einige der Teilnehmer auch den 45-minütigen Fußmarsch anpeilen oder es ging mit der Gondel auf den Gipfel zur Schliersbergalm. Oben angekommen wurde Kaffee getrunken, Kuchen gegessen, Minigolf gespielt oder sich auf dem nahegelegenen Spielplatz ausgetobt. Darüber hinaus genossen wir die Brotzeit in Form von Lunchpaketen und zusätzlich bestellten, kulinarischen Köstlichkeiten, die droben auf der Alm angeboten wurden. Runter ging es für die Gemütlicheren wieder mit der Gondel, oder für die Tempoverliebten mit der Sommerrodelbahn. Unten angekommen erfolgte die Heimfahrt zur Unterkunft und eine längere Verschnaufpause vor unserem gemeinsamen Abendprogramm. Da es während diesem abwechslungsreichen Wochenende in München hieß: "Auf zum Oktoberfest", nahmen wir diesen Slogan auch als Grundlage für unsere abendliche Wiesnparty im Gruppenraum. Hierbei wurden Nägel in einen eigens dafür mitgebrachten Holzbalken gehämmert, Luftballons mittels Spicker zum Platzen gebracht und man konnte sein Glück am Glücksrad versuchen, was mit 100 % igen Erfolgsaussichten auf einen satten Gewinn

verbunden war. "Mr. Samson", der stärkste Mann der Welt, stand zum Armdrücken bereit und so mancher Vater überzeugte in diesem lustigen Wettbewerb durch überdurchschnittlich ausgeprägte Muskelkraft. Für alle gab es zum Abschluss noch ein satirisch angehauchtes Kasperltheater, das mit Freude aufgenommen wurde. Ein Süßigkeitenbuffet flankierte unsere Oktoberfestparty und so fielen alle glücklich und zufrieden in den wohlverdienten Schlaf. Am nächsten Tag überraschte uns noch einmal die Sonne, sodass einige - unter der Leitung der hochmotivierten Kinderbetreuer - ein Fußballspiel arrangierten. Nach dem sehr guten Mittagessen und einer Abschlussrunde mit überwiegend positivem Feedback, traten alle glücklich, gestärkt und zufrieden die Rückreise in das Millionendorf München an. Fazit des Wochenendes: Schee wars und schod is das gar ist.

Box den Nikolaus am (06.12.)

Eine außergewöhnliche Weihnachtsveranstaltung in Kooperation mit dem Boxwerk war unsere Aktion Box den Nikolaus. 14 Kinder und Jugendliche erhielten zunächst ein Schnuppertraining von den sehr engagierten Kinder- und Jugendtrainern des Boxwerk. Zuvor und zur Begrüßung wurden alle Teilnehmer sowie anwesenden Eltern mit selbstgebackenen Boxhandschuhen durch die Geschäftsleitung des VAMV, Claudia Liszewski, versorgt. Nach dem Umziehen und dem erfolgten Schnuppertraining gewährte man dem Boxnachwuchs eine wohlverdiente Verschnaufpause bis zum Eintreffen des Nikolaus. Nick Trachte, der Leiter des Boxwerk, begrüßte gemeinsam mit Felix Ertl alle Boxwilligen samt Anhang und gab eine kurze Einführung. Die Hauptattraktion war dann der finale Kampf gegen den Nikolaus in einem original Boxring. Hierbei bewiesen die Kinder- und Jugendlichen durchaus Geschick und Schlagkraft, sodass unser Nikolaus, der 14 Kämpfe in Folge zu absolvieren hatte des Öfteren zu Boden ging. Er war aber so fit, dass er die 14 Kämpfe und 14 Niederlagen gut wegsteckte und Humor mit Geschick und Fitneß gut verbinden konnte. Zum Schluß galt unser Dank dem Boxwerk, der mit großzügiger Unterstützung das ganze Spektakel ermöglichte und von Anfang an unterstützte. Alles in allem hatten sowohl die Veranstalter als auch die Beteiligten kinder- und Jugendliche viel Freude an dieser alternativen Weihnachtsaktion mit Fitnesscharakter.

4.3 Öffentlichkeits- und Gremienarbeit

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

Der VAMV war 2025 in verschiedenen Arbeitskreisen vertreten:

- Arbeitskreis Alleinerziehender (AK AE: katholische und evangelische Fachstelle für Alleinerziehende, Siaf und VAMV)
- Arbeitskreis "Ehe-, Partnerschaft, Familie und Lebensberatung" (AK EPFL)
- Arbeitskreis Alleinerziehende beim Stadtjugendamt (AK AE JA)
- Arbeitskreis "Rechte der Frauen" von Einspruch e.V.
- Arbeitskreis frühe Kindheit (SBH Giesing/Harlaching)
- Arbeitskreis Regsam Soziales Ramersdorf/Perlach
- Arbeitskreis Regsam Soziales Giesing/Harlaching
- Arbeitskreis Regsam Schwabing-Freimann
- Facharbeitskreis Soziales Perlach
- Facharbeitskreis Soziales Ramersdorf
- Runder Tisch Väterarbeit
- Runder Tisch gegen Männergewalt
- Münchner Frauen*netz
- Stadtbund Münchner Frauenverbände
- Bundesweites Hauptamtlichen Treffen VAMV
- Bundesweites Berater*innen Treffen VAMV

Wie jedes Jahr, nahm der VAMV OV München auch 2025 im Rahmen des Münchner Frauen*netzes, an dem Jour fixe mit der Bürgermeisterin, Verena Dietl und dem Bürgermeister, Dominik Krause, teil und an dem Jour fixe mit den verschiedenen Stadträt*innen München.
Gemeinsam mit siaf e.V. und der Renate Stichter Stiftung hatten wir einen weiteren Termin bei der Bürgermeisterin Verena Dietl zu einem Austausch zum Thema Wohnkonzepte für Alleinerziehende mit der Münchner Wohnen GmbH.
2025 fanden die verschiedensten Veranstaltungen, Jahres- und Sozialempfänge Einstandsfeiern, Festakte und Verleihungszeremonien, sowie Sommerempfänge und Jubiläen statt, an denen wir geladen waren und mit großer Freude teilnahmen.
Bei all unseren Vernetzungstreffen, vor allem in unseren angrenzenden Stadtteilen Giesing, Ramersdorf und Perlach, aber auch darüber hinaus, konnten wir uns austauschen oder neue Kooperationspartner gewinnen. So entstand beispielsweise zum Thema Wohnen eine Zusammenarbeit mit inGemeinschaft, einem jungen Startup, das Wohnraumsuchende und Wohnraumbesitzer in München zusammenbringen möchte.
Wir freuen uns immer sehr, wenn wir zusammen mit siaf e.V. unsere Angebote präsentieren können und so teilten wir uns einen Stand bei der Infobörse für Frauen aus aller Welt und bei dem Marktplatz der Möglichkeiten des feministischen Rathauses.
Weitere Infostände hatte der VAMV beim Fachtag für Frauengesundheit an der Hochschule der KSH, bei der Freiwilligenmesse im Rathaus und der Messe rund um die Familie vom Jobcenter.

Mit dem VAMV Landesverband, dem VAMV Bundesverband und allen anderen Orts- und Landesverbänden des VAMV sowie mit den Münchner Einrichtungen für Alleinerziehende fand ein fachlicher Austausch statt.

Verbandsarbeit

Der VAMV Landesverband Bayern lud dieses Jahr das Jugendamt in Memmingen zu einem Fachvortrag sowie eine Referentin zum Thema Resilienz zur Landesdelegiertenversammlung ein.

Die Verbandsarbeit war ein wichtiger Bestandteil des VAMV. Hierzu gehörten Vorstandssitzungen, die Mitgliederversammlung, die jährlichen Delegierten-Versammlungen auf Bundes- und Länderebene sowie diverse Austauschtreffen und Fachveranstaltungen. Sie dienten der Information und Diskussion über die Verbesserung der Lebenssituation Alleinerziehender und deren Kinder sowie der Vernetzung mit den anderen VAMV Orts- und Landesverbänden. Vorherrschendes Thema war hier der 10. Familienbericht, der die Lebenssituationen von Alleinerziehenden darstellt, und vor allem die hohe Armutsgefährdung und die erschwerten Bedingungen der existenzsichernden Erwerbstätigkeit herausarbeitet und gleichzeitig grundsätzliche Ziele und Maßnahmen an die Politik heranträgt. Weitere Themen waren die Vulnerabilität der Alleinerziehenden, Förderung der Elternverantwortung, bezahlbarer Wohnraum und vor allem die schwierige Kinderbetreuungssituation.

Der Vorstand bestand aus 6 Personen, arbeitete ehrenamtlich und hat in 2025 über 170 Stunden für den VAMV OV München geleistet.

4.4 Nachrichten und Informationen

Nach fast 25 Jahren schied Dorothea Soellner aus dem VAMV aus. Für ihren großen Einsatz und ihr Engagement über all die Jahre hinweg sind wir sehr dankbar. In unserem Team wird Frau Soellner als Kollegin und Beraterin sehr fehlen. Umso mehr freuen wir uns darüber, dass Frau Soellner den VAMV künftig im Vorstand als Schatzmeisterin unterstützt.

4.5 Ausblick

Der VAMV ist ein Ort der Begegnung und des Austauschs. Wir hoffen sehr, dass wir trotz der unsicheren finanziellen Situation die Arbeit für unsere Alleinerziehenden entsprechend ihrer Bedarfe weiterhin angemessen ausführen können und dass wir Besucher*innen eine angenehme Atmosphäre vermitteln können, in der sie sich Willkommen fühlen, damit wir auch in 2026 vertrauensvolle und tragfähige Beziehungen zu unseren Klient*innen herstellen können.