

Newsletter Nr. 4 – Mai 2018

VAMV OV München

Liebe Leserinnen und Leser,

hier die aktuellen Angebote und Infos für Mai 2018.

Schöne Pfingsttage wünscht Euch Euer VAMV-Team!

Termine unserer Treffs und Gruppen

Feierabend-Treff am Freitag, den 11.05.2018, von 17.00-19.00 Uhr

Wir suchen im Hinterhof nach den ersten Maikäfern und wenn wir dann hungrig sind, essen wir Pizza, die wir nach Wunsch belegen.

Kosten: MG 3,00 €, Nicht-MG 4,50 €

Sonntagsbrunch Neuaubing im SOS Familien- und Kindertageszentrum Neuaubing

Sonntag, 27.05.2018, von 09.30-13.00 Uhr

Leitung: Petra Rink

Kosten: Erwachsene 5,00 €, Kinder frei

Dies ist eine Kooperation des VAMV mit dem SOS Mütter- und Kindertageszentrum Neuaubing, Wiesentfellerstr. 68. Termine unter www.alleinerziehend-in-muenchen.de

Neu Neu Neu

Offener Treff in Neuperlach „Alleinerziehend ABER nicht allein“

Sonntag, 06.05.2018, von 10.00–13.00 Uhr

Leitung: Karina Hoff

Kosten: Spende für Kaffee / Tee, Essen kann mitgebracht werden

Wo: Frauentreffpunkt Neuperlach e.V., Oskar-Maria-Graf-Ring 16, Raum 20

Diese Treffs sind alle mit Kinderbetreuung!

Wochenende für Väter und Kinder

Freitag 08.06. - Sonntag 10.06.2018

(Abfahrt Freitag ca. 14.00 Uhr / Ankunft am Sonntag ca. 15.00 Uhr)

Ein Wochenende im Bayerischen Wald auf dem Adventure- und Erlebniscampingplatz „Schnitzmühle“ (www.schnitzmuehle.de).

Leitung: Stephan Fuchs

Kosten incl. Fahrtkosten, Übernachtung und Verpflegung

100,00 € pro Erwachsenem / 30,00 € pro Kind

Anmeldung schriftlich im VAMV (Adresse / Tel. / E-Mail / Zahl und Alter der Kinder).

Nur noch ein Platz frei!

Infoveranstaltung:

Ab in den Urlaub ...

Urlaubsangebote für Alleinerziehende und Kinder

Termin: Dienstag, **15.05.2018 von 18.00-20.00 Uhr**

Leitung: Dorothea Soellner

Informationsveranstaltung und Einstimmung auf den Urlaub. Wir bieten Informationen zu

Urlaubsangeboten für allein Erziehende und geben Raum zum Kennenlernen und Austausch. Eine umfangreiche, jährlich neu überarbeitete Urlaubsübersicht mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen kann sich jeder mit nach Hause nehmen. Das Angebot reicht von Familienbildungsstätten über Bauernhöfe bis zu Hotels und Wellnessurlaub.

Unser diesjähriger Schwerpunkt:

Claudia Jablonski von FerienGlück - Reisen für allein Erziehende wird an diesem Abend über ihre diversen Angebote (Sri Lanka: als Abenteuer- Strand- oder Ayurvedareise, Toskana, Elba) berichten und ihre Erfahrungen mit uns teilen.

Svenja von Weitershausen vom Lilalu Bildungs- und Ferienprogramm wird über das diesjährige Angebot mit Ermäßigungsmöglichkeiten berichten.

Kosten: MG 3,00 €, Nicht-MG 4,50 €

Anmeldung bis 08.05.2018

Vorankündigung:

Gruppenangebot für Alleinerziehende: Selbstmanagement für Alleinerziehende

Termine		Uhrzeit
Samstag	23.06.18	10.00-12.30 Uhr
Samstag	30.06.18	10.00-12.30 Uhr
Samstag	14.07.18	10.00-12.30 Uhr

Leitung: Astrid Maier, Pädagogin M.A.

Den Alltag als Alleinerziehende/r zu bewältigen, ist nicht immer einfach. Neben dem Kümmern um die Kinder, den Haushalt, die berufliche Karriere, die Finanzen etc. soll man auch noch einen gesunden Lebensstil führen, soziale Kontakte pflegen, für eine ausgewogene Ernährung, reichlich Bewegung, genug Schlaf und Entspannung sorgen. Und am Besten alles gleichzeitig!

3 Samstagvormittage zum persönlichen Strategien entwickeln, Ideen und praktischen Tipps.

Mit Kinderbetreuung! Kosten für die 3 Samstage 25,00 €, Anmeldung bis 11.06.18.

Tipps:

Ab **15.05.18** ist unsere neu überarbeitete **Urlaubsbroschüre "Urlaub für Alleinerziehende"** erhältlich. Es wurden viele neue Anregungen für Euch gesammelt. Sie ist für 2,50 € in Digital- oder Printform bei uns erhältlich.

Am **21.04.18** war in der Geschäftsstelle ein Fachseminar zum Thema Vorsorge im Krankheitsfall mit Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Alle Informationen und Vordrucke zu diesem Thema sind in diesen beiden Broschüren (im Buchhandel erhältlich):

- Broschüre: „Vorsorge für Unfall, Krankheit, Alter“ (Beckverlag, 5,00 €)

- „Der große Vorsorgeberater“ (Beckverlag, 11,00 €)

Neuer Alleinerziehenden Treff: Regionalstelle für Ehe Familie Alleinerziehende München Ost
Meet: Mein EinElternfamilien Treff, im Pfarrheim St. Gabriel, Informationen bei Michael Kafka;
mkafka@ebmuc.de

Können Bäume sprechen und wer wohnt ganz oben?

Kindererlebnistage im Wald und auf der Wiese - ein Wochenende für Alleinerziehende vom VAMV Landesverband vom **15.-17.6.2018** in Pappenheim

Anmeldung und Infos unter www.vamv-bayern.de / info@vamv-bayern.de

Lilalu-Ferienprogramm für Pfingsten und Sommerferien
www.lilalu.org/Ferien/Workshops

Fachtag für Alleinerziehende von der SPD im Bayerischen Landtag

Donnerstag / Christi Himmelfahrt **10.5.2018 von 10.00-14.30 Uhr**

Es wird unter anderem der Dokumentarfilm "MaPa Solo- Die Welt der Alleinerziehenden" von Vanilla Houver gezeigt. RA Cornelia Strasser gibt in diesem Film ein Interview.

Infos unter www.vamv-bayern.de

Veranstaltung des Bündnis München Sozial zu **Armut und Wohnungsnot in München** am

Mittwoch, **8.5.2018**, im Gewerkschaftshaus, Schwanthalerstr. 64, 80336 München

Anmeldung unter f.novak@paritaet-bayern.de

In eigener Sache:

Endspurt! - Nicht vergessen für den VAMV abzustimmen!

Liebe Alleinerziehende, Förderer und Freunde des VAMV München, wie bereits vielen bekannt, sind wir in der Online-Abstimmung des Wettbewerbs "Wertebotschafter" der Spardabank München.

Wir brauchen noch viele Stimmen, um die Spende zu bekommen.

Falls Du / Sie noch nicht abgestimmt hast / haben, bitte unterstütze/t den VAMV mit Deiner / Ihrer Stimme(bis zum 30. April 2018).

Gebt es bitte auch an Freunde, Familie, Nachbarn ... weiter, denn jede Stimme zählt.

Danke für Eure Unterstützung!

Euer VAMV-Team

So könnt Ihr uns helfen ... und so geht es:

- 1) Geht auf <http://www.werte-botschafter.de>
- 2) Unter dem Text ist ein Button "hier" - anklicken
- 3) Registrieren (nicht anmelden)
Benutzernamen und Passwort merken
AGBs ankreuzen
"Registrierung" abschließen" anklicken
- 4) Ihr erhaltet auf Eurer angegebenen E-Mailadresse eine Mail von Wertebotschafter
- 5) Den Link anklicken.
- 6) Einloggen anklicken
- 7) Anmelden mit dem Benutzernamen und Passwort
- 8) Jetzt voten und
- 9) Unter "Suchen" VAMV eingeben
- 10) Jetzt voten
- 11) Meine Stimme für Projekt ... anklicken
- 12) Ok bestätigen

Ein Hinweis „in eigener Sache“, wie Sie unsere Arbeit unterstützen können:

Als Kunde von Amazon können Sie den **VAMV OV München** mit jedem Einkauf unterstützen. Einfach über www.smile.amazon.de mit Ihrem Passwort normal anmelden und dann den VAMV OV München als zu unterstützende Organisation auswählen. Ab dann immer über smile.amazon anmelden und shoppen wie immer. Es ist dasselbe Amazon, das Sie kennen. Dieselben Produkte, dieselben Preise, derselbe Service. Aber mit Amazon Smile gibt Amazon 0,5 % der Einkaufssumme Ihrer Einkäufe an uns weiter. Wir sagen jetzt schon mal DANKE!

Wenn Sie den Newsletter nicht mehr empfangen möchten, können Sie ihn unter info@vamv-muenchen.de abbestellen.

VAMV OV München, Silberhornstr. 6, 81539 München-Giesing, Tel.: 089 - 6 92 70 60

Fax: 089 - 69 37 29 26, Email: info@vamv-muenchen.de Homepage: www.vamv-muenchen.de

facebook: www.facebook.com/VAMV.Muenchen