



NRW e.V.  
Verband allein erziehender  
Mütter und Väter

Du bist nicht  
allein!

*„Ich habe bei einem Alleinerziehenden-Gruppentreffen erlebt, wie kraftvoll diese Frauen sind: Sie sind total erschöpft, an der absoluten Belastungsgrenze – so wie ich auch – aber die kriegen es trotzdem irgendwie hin, ihre Kinder zu erziehen, Freundschaften zu pflegen und Alltagsdinge zu erledigen. Das hat mich motiviert, mich zu engagieren und zu überlegen: Was kann ich tun, um die Situation zu ändern.“ (Ute. D)*

## So kannst du dich engagieren



Wir sind ein Verein engagierter Alleinerziehender, die sich auf ganz unterschiedliche Art und Weise alle für dasselbe Ziel stark machen: die gesellschaftliche, rechtliche und finanzielle Gleichstellung der Einelternfamilie Wirklichkeit werden zu lassen. Denn:

Gemeinsam sind wir laut und stark! Mach mit!

## Treffen organisieren

Mit anderen Alleinerziehenden Gemeinschaft zu erleben, ist toll. Du kannst selber den Anfang machen und ein Netzwerk gründen, die sich gegenseitig unterstützt und versteht, was den oder die andere bewegt.

So kannst du mitmachen

## Verbandshaltung mitbestimmen

Unsere Haltungen und Ziele legen wir gemeinsam fest. Du kannst als Mitglied im VAMV NRW deine Erfahrungen und Positionen einbringen, mit anderen diskutieren und unsere Verbandshaltung mitbestimmen.

---

So kannst du mitmachen

## Aktionen unterstützen

Je mehr Menschen bei unseren Aktionen mitmachen, desto schlagkräftiger werden unsere Forderungen! Du kannst uns unterstützen, damit Alleinerziehende mit ihren Anliegen endlich wahrgenommen werden.

---

So kannst Du mitmachen

## Pressearbeit ermöglichen

Wir wollen unsere Themen in der Öffentlichkeit platzieren. Wir wollen über die Lebenswirklichkeit Alleinerziehender aufklären, und Druck auf die Politik machen. Du kannst mit deiner Geschichte dazu beitragen, unseren Themen und Forderungen ein Gesicht zu geben.

So kannst Du mitmachen

