

Newsletter 2/2021 – 12.04.2021

1. Mehrbedarfe für die Beschaffung von digitalen Endgeräten
2. Wege zum Wohlbefinden
3. Ferienfahrt für Ein-Eltern-Familien
4. Entspannungsangebot „Deine Entspannungsfee“
5. Kurs „Sicherheit finden in sich selbst“

1. Mehrbedarfe für die Beschaffung von digitalen Endgeräten

Homeschooling ohne Laptop? Wenn die Schule keine Geräte für den Fernunterricht zur Verfügung stellt, hat das Jobcenter einen Mehrbedarf im SGB II für digitale Endgeräte anzuerkennen. Die [Weisung](#) wirkt rückwirkend zum 01. Januar 2021 und gilt bei Anspruch auf Grundsicherung nach SGB II. Das Jobcenter hat einen [Flyer](#) herausgegeben und hier findet sich der [Antrag](#).

2. Wege zum Wohlbefinden

Die Gesundheitsberatung des Jobcenters Lichtenberg bietet kostenfreie Kurse zu den Themen Ernährung, Bewegung und Stressmanagement an. Der Einstieg ist fortlaufend möglich. Weitere Informationen finden sich [hier](#).

3. Ferienfahrt für Ein-Eltern-Familien

„Natur tut gut!“ Das Familienzentrum im „Familienhaus Felix“ organisiert in Kooperation mit dem Deutschen Familienverband Landesverband Berlin e.V. eine Ferienfahrt für Alleinerziehende vom 11.07. - 16.07.2021 ins Schlaubetal in die Jugendherberge Bremsdorfer Mühle. Weitere Informationen zur Anmeldung finden sich [hier](#).

4. Entspannungsangebot „Deine Entspannungsfee“

Stress, Müdigkeit, Überforderung... „Deine Entspannungsfee“ bietet Präventionskurse zu autogenem Training, progressiver Muskelentspannung und Stressbewältigung für Alleinerziehende an. Aufgrund der Kassenzertifizierung ist eine Rückerstattung der Kosten zwischen 60-100 % der Kursgebühren möglich. Weitere Informationen finden sich [hier](#).

5. Kurs „Sicherheit finden in sich selbst“

Der Kurs „Sicherheit finden in sich selbst“ (nur für Frauen aus dem Bezirk Lichtenberg) findet vom 26.05. bis 30.11.21 jeweils Montag, Mittwoch und Freitag von 10 bis 13 Uhr statt. Anmeldungen werden bereits angenommen. Das Angebot findet im Familienzentrum Fennpfuhl statt und ist für die Teilnehmenden kostenfrei. Weitere Informationen finden sich [hier](#).

Netzwerk
Alleinerziehende
Lichtenberg

Kontakt

Netzwerkkoordinierungsstelle Alleinerziehende Lichtenberg
Verein für aktive Vielfalt e.V.
Ribnitzer Str. 1 B · 13051 Berlin

☎ 030 96 277 111 oder 0176 4711 6277

✉ netzwerk-alleinerziehende@vav-hhausen.de