

Alleinerziehende unterstützen

in Betrieb und Verwaltung

Vereinbarkeit

gestalten

Familien sind vielfältig. In jeder fünften wachsen Kinder bei einem Elternteil auf. Ihre Lebenssituationen können sehr unterschiedlich sein. Was sie alle gemeinsam haben: Allein für eine Familie verantwortlich zu sein, bedeutet häufig, weniger Chancen auf beruflichen Erfolg, weniger Teilhabe am öffentlichen Leben und mehr finanzielle Sorgen. Ein Einkommen reicht selten für eine ganze Familie. Die Belastungen für Alleinerziehende sind enorm.

Als Betriebs- und Personalräte könnt ihr dazu beitragen, alleinerziehende Kolleg*innen zu unterstützen und Entlastung für den Alltag zu schaffen.

Das DGB-Projekt „Vereinbarkeit von Familie und Beruf gestalten“ unterstützt euch dabei. Mit Beratung, Infomaterial und Praxiswissen. Kostenlos, vor Ort und online.

Arbeiten unfreiwillig
in Teilzeit

Beengte Wohnsituation

Hohes Armutsrisiko
in Erwerbsphase
& im Alter

Unzureichende
Kinderbetreuung

Mental Load

Was Alleinerziehende belastet

Wenig Zeit für eigene Erholung,
Entspannung & soziale Kontakte

Werden oft vergessen
bei Weiterbildung
& Beförderung

Tragen die
Hauptverantwortung

Fakten

1,62 Mio
in Deutschland

29 %
Einkommen unter der
Armutsgefährdungsgrenze

72 %
erwerbstätig

4 von 5
sind Mütter

39 %
der Mütter
arbeiten in Vollzeit

Hört zu & findet heraus,
was die betroffenen Kolleg*innen
brauchen

Schafft Sichtbarkeit
& räumt
mit Vorurteilen auf

Findet heraus, was im Team funktioniert
(z. B. Vertretungsregelungen, Dienstplanung,
mobiles Arbeiten)
In gemischten Teams in unterschiedlichen Lebens-
situationen lassen sich Bedarfe leichter abdecken

Macht euch für sorge-
sensible Arbeitszeiten stark
(z. B. Gleitzeitregelungen,
befristete
Arbeitszeitverkürzung)

Was ihr als Betriebs- und Personalräte tun könnt

Macht deutlich: Ihr seid
nicht allein!
(z. B. durch Möglichkeiten
für Austausch & Vernetzung,
Ansprechpersonen
im Betrieb oder Verbündete
wie Gewerkschaften oder
Gleichstellungsbeauftragte)

Informiert über finanzielle
Unterstützungsmöglichkeiten

Bietet Unterstützung
bei der Kinderbetreuung

Findet unbüro-
kratische Lösungen,
z. B. für Notfälle



Mehr Informationen und kostenlose
Materialien gibt's auf der Projekt-Website:
vereinbarkeit.dgb.de

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

DGB