

Unterstützung in der „Rush-Hour des Lebens“ – Erfolgsgeschichten von Lokalen Bündnissen

Donnerstag, 16. April, 11 bis 12 Uhr



Technische Hinweise

Damit unser Austausch reibungslos funktioniert

 **Diese Veranstaltung wird aufgezeichnet**

 **Video- und Tonfunktion sind deaktiviert**

 **Chatfunktion aktiv nutzen**

 **Dokumentation wird im Nachgang geteilt**



Agenda

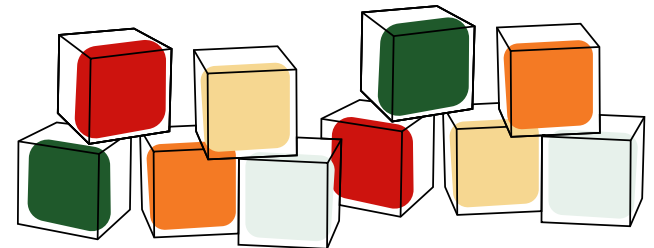
Ein Blick auf das, was kommt

1 Begrüßung und Einstieg ins Thema

2 Erfolgsgeschichte 1 aus Osnabrück

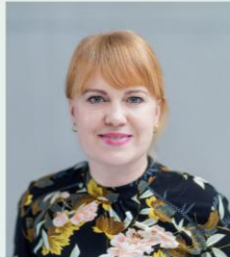
3 Erfolgsgeschichte 2 aus Schleswig

4 Zeit für Fragen & Ausblick



Ihr Team vom Servicebüro

Wir freuen uns auf Ihre Fragen und Ideen



Unsere Kontaktdaten

Kostenlose Hotline (Mo-Fr):
0800 0863-826

E-Mail:
info@lokale-buendnisse-fuer-familie.de

Website: www.lbff.de

Unsere Angebote

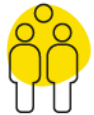
Unsere kostenfreien Angebote und Leistungen für die Bündnisse



Wir beraten und unterstützen bei Fragen rund um die Bündnisarbeit und -gründung



Wir geben fachliche Impulse für die Bündnisarbeit



Wir stärken die Bündnisse in Sachen Kooperation, Vernetzung und verhelfen zu mehr Sichtbarkeit



Wir erstellen Leitfäden und Checklisten zur Unterstützung der Bündnisarbeit

Für Ihre Bündnisarbeit

Aktionstag am 15. Mai

Bestellen Sie jetzt noch Materialien für Ihre Aktionen

- Bestelllink in der Mail vom 25. März
- Mail ans Servicebüro info@lokale-buendnisse-fuer-familie.de

Online-Seminar Praxiswissen am 20. Mai, 10:00 – 11:00

Eltern bei der Berufsorientierung ihrer Kinder unterstützen

- Melden Sie sich über folgenden Link an: [>>> Hier klicken <<](#)



Sehen wir uns in Präsenz?

Wir freuen uns, Sie in diesem Jahr zu vier Regionalworkshops einladen zu können

Inhaltlicher Schwerpunkt: *Bildung über alle Lebensphasen hinweg*. Neben fachlichen Impulsen steht der **gemeinsame Austausch** mit Ihrem Wissen und Ihren **Erfahrungen aus der Praxis** im Vordergrund.

Sie können frei auswählen, an welchem Workshop Sie teilnehmen möchten:

Berlin – 16.06.2026

Hannover – 24.06.2026

Düsseldorf – 16.07.2026

Nürnberg – 16.10.2026



Bei Bedarf übernehmen wir für **eine Person** aus Ihrem Bündnis die Fahrtkosten im Rahmen des Bundesreisekostengesetzes.

Die Rush-Hour des Lebens

Zahlen und Fakten

- Die Rush-Hour des Lebens bezeichnet die Phase für Eltern, bei der die **Summe aus Erwerbsarbeit, Fürsorgearbeit und Hausarbeit besonders hoch** ist. Dies zeigt sich insbesondere dann, wenn das jüngste Kind unter sechs Jahre alt ist, da der Zeitaufwand für Fürsorge bei kleinen Kindern besonders hoch ist. Wenn die Kinder älter werden, reduziert sich die Fürsorgearbeit deutlich, wenngleich die mentale Last ("mental load") oft hoch bleibt.
- **Quelle:** [Rushhour des Lebens: Familien- und Erwerbsarbeit im Lebensverlauf \(Sozialbericht 2024\)](#)

Wunsch und Wirklichkeit

Zahlen und Fakten

- Mütter und Väter teilen sich **Erwerbs- und Sorgearbeit nach wie vor sehr ungleich auf**. Studie zeigt, dass Einstellungen zu idealer Aufteilung von Erwerbsarbeit bei Paaren mit Kindern unter zwölf Jahren egalitärer sind als gelebte Wirklichkeit. Gründe: Diskrepanz im Steuer- und Transfersystem, unzureichende Kinderbetreuungsinfrastruktur und hoher Gender Pay Gap
- **Quelle:** [DIW Wochenbericht 29 / 2024](#)

Noch mehr Infos zum Nachlesen

Zahlen und Fakten

- [Wie viel sollten Mütter und Väter arbeiten? Idealvorstellungen variieren in und nach der Rushhour des Lebens](#) (BIB - Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung, 2024)
- [Geteilt, gerecht, zufrieden? Aufteilung von Hausarbeit in Beziehungen](#) (BIB - Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung, 2025)
- [Wie Unternehmen das Potenzial von Müttern besser nutzen können](#) (Prognos AG, 2025)

Familienbündnis Region Osnabrück

Andrea Spree & Sandra Holtgreife

Mehr Infos zum Familienbündnis Osnabrück auf der
Webseite <https://familienbuendnis.osnabrueck.de/de/>
Und O-Töne der zertifizierten familienfreundlichen
Unternehmen finden Sie hier:
https://www.instagram.com/typisch_osnabrueck/



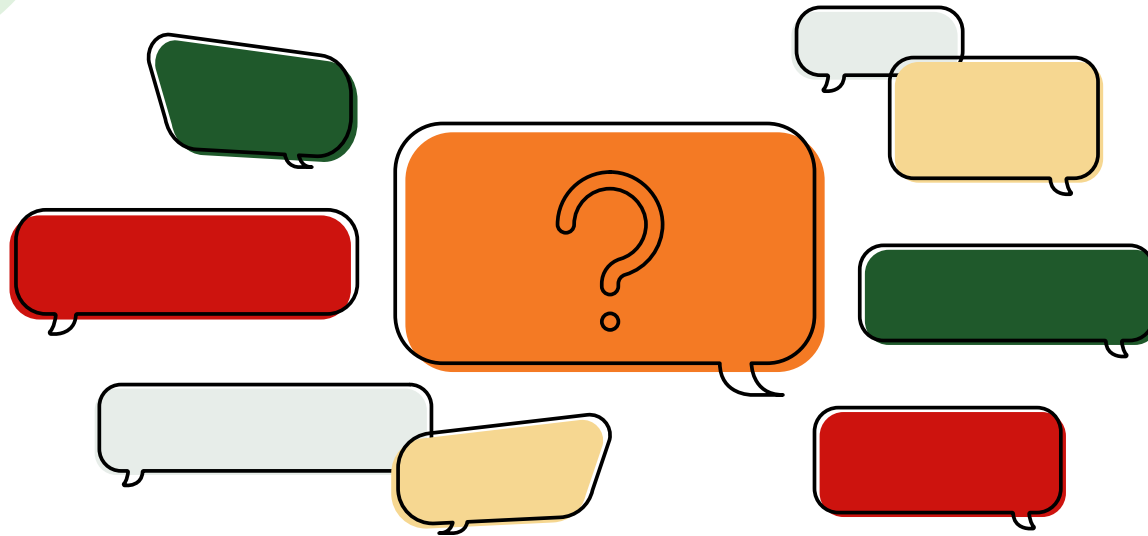
Bündnis für Familie in der Region Schleswig- Flensburg

Anika Nissen & Stefan Wesemann

Mehr Infos zum Bündnis für Familie in der Region Schleswig-Flensburg gibt es auf unserer Webseite: <https://www.lokale-buendnisse-fuer-familie.de/lokale-buendnisse-familie/unsere-buendnisse/buendnisfinder/buendnis-fuer-familie-in-der-region-schleswig-flensburg-217846>



Zeit für Ihre Fragen



***Danke, dass Sie
dabei waren!***

Bis zum nächsten Mal!

