

## Offene Gruppen bei PaNaMa

PaNaMa Familienzentrum  
Neues Feld 60, 27432 Bremervörde

Mo.	15.30 - 17.00 Uhr <b>Bärengruppe</b> für Kinder ab Lauffalter
Mi.	10.00 - 11.30 Uhr <b>Raupengruppe</b> Kinder im ersten Lebensjahr
Fr.	10.00 - 11.30 Uhr <b>Hasengruppe</b> Eltern mit Kindern 0-6 Jahre
Fr.	15.30 - 17.00 Uhr <b>Tigergruppe</b> für Kinder ab Lauffalter

Paulus-Kirchengemeine Gnarrenburg  
Hindenburgstr. 60a, 27442 Gnarrenburg

Mo.	9.30 - 11.00 Uhr <b>Mäusegruppe 0-1 Jahr</b> <b>Tigerengruppe 1-3 Jahre</b>
-----	---

DRK-Mehrgenerationenhaus Koopmannhof  
Bohlenstr. 16, 27432 Oerel

Do.	9.30-11.00 Uhr <b>Käfergruppe 0-3 Jahre</b>
-----	--

Kinderkrippe Dörpskinner  
Dorfstr. 19, 27432 Alfstedt

Mo.	15.30-17.00 Uhr <b>Froschgruppe 0-6 Jahre</b>
-----	--

- **Kostenfrei**
- **Zur Zeit immer mit Anmeldung!**
- **Für alle Interessierten offen**

In den Schulferien haben wir geschlossen!

Für **P**apa, **N**achwuchs, **M**ama, Großeltern,

... mit Kindern von 0 bis 6 Jahren  
sowie werdende Eltern.

... **Du** kannst zu den offenen Gruppen jederzeit  
dazu kommen und uns kennenlernen.

... **Du** kannst Dich ungezwungen austauschen,  
Fragen stellen, mit Deinem Kind und den  
anderen spielen und singen.

... **Du** kannst Beratung erhalten.

## Alle Gruppen/ Kurse sind **kostenfrei**

Wir freuen uns über eine Spende!

**Gibt es noch Fragen zu den Kursen, zur  
Teilnahme oder zur Anmeldung?**

**Interesse daran die Räume von PaNaMa  
für den eigenen Kurs zu nutzen?**

Einfach melden unter...

Tel. 0152/ 07 55 34 35  
panama-brv@gmx.de

Weiterführende Informationen

auf unserer Homepage:  
[www.panama-brv.de](http://www.panama-brv.de)

oder auf Facebook:  
PaNaMa Familienzentrum Bremervörde



Neues Feld 60, 27432 Bremervörde

## Aktuelles Programm

# September - Dezember 2020



Gefördert durch das Land Niedersachsen, den Landkreis  
ROW, die Stadt Bremervörde, die Gemeinde Gnarrenburg  
und Samtgemeinde Geestequelle

## PaNaMa - Zwillingstreff

Freitag 2.10.2020, 15.00 Uhr



Eltern von Zwillingen im Alter von 0-3 Jahren treffen sich mit ihren Kindern zum Kennenlernen und Erfahrungsaustausch. Aufgrund begrenzter Kapazitäten ist eine Anmeldung erforderlich.

**Ort: Familienzentrum, Neues Feld 60 in Bremervörde**

## Offene Sprechstunde

Mittwochs 9.00-12.00 Uhr

- Anträge gemeinsam ausfüllen
- Briefe von Behörden verstehen
- Informationen über finanzielle Hilfen erhalten
- Gespräche über Erziehungsfragen
- Zeit zum Reden über die individuelle Situation
- Informationen über Freizeitangebote für Familien usw.

Die Sprechstunde ist kostenfrei und wird von der Sozialarbeiterin des Familienzentrums am Standort Bremervörde angeboten.

## Fit für den Start...

### und das Baby kann kommen

Ein Kursangebot für werdende Eltern ab dem 4. Schwangerschaftsmonat.

Im Kurs geht es um:

- die erste Zeit mit dem Baby,
- die Veränderung als Familie,
- das Verstehen kindlicher Signale,
- Wickeln, Tragen und Halten des Babys,
- rechtliche Fragen, Elternzeit und Elterngeld.



Eine Trainerin und ein Trainer begleiten die Teilnehmenden an 4 Treffen während der Schwangerschaft und an 2 Treffen nach der Geburt mit Kind.

**Der nächste Kurs startet am 10.9.2020 um 19.00 Uhr im Familienzentrum in Bremervörde**

## Laterne laufen

Alle die gerne mit kleinen Kindern schon etwas früher als üblich eine eher kleinere Runde mit den Laternen um die Häuser ziehen möchten, sind eingeladen um 17.00 Uhr ins Familienzentrum, Neues Feld 60 in Bremervörde zu kommen.

Wir möchten zusammen Martinslieder singen, einen Spaziergang machen und anschließend Würstchen und Waffeln essen.

**Fr., 6.11.2020, 17.00 Uhr**

Treffen ist vor dem Familienzentrum Neues Feld 60 in BRV

## Notfalltraining

mit Andrea Grabau  
Ausbildungsgangleiterin Erste Hilfe DRK



Informationen über häusliche Notfälle  
Was zu tun ist, bis der Notarztwagen da ist  
Übungen am Phantom

## Schwerpunkt: Säuglinge und Kleinkinder

**Di., 15.09.2020, 18.00 – 21.00 Uhr**  
**Pauluskirchengemeinde Gnarrenburg**

## PaNaMa Eltern-Kochkurs



### Kleinkindernährung (ca. 10 Monate – 2 Jahre)

Gemeinsam mit anderen Eltern etwas über gesunde Ernährung erfahren und neue Rezepte ausprobieren. Kinder können gerne mitgebracht werden.

**Freitag 9.10.2020 von 9.00-12.00 Uhr**  
EWE Küche, Marktstr. 20 in BRV

**Bitte zu allen Gruppen/Kursen/Vorträgen anmelden!**