

## 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>PaNaMa – Café</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>
Di.	15.30-17.00 Uhr <b>Entengruppe 0-4 Jahre</b>

Kinderkrippe Dörpskinner  
Dorfstr. 19, 27432 Alfstedt

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

- **Kostenfrei**
- **Ohne 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 2019



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

## Eltern-Kind-Frühstück



Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat in BRV  
Anmeldung bis montags 12.00 Uhr

Jeden 3. Donnerstag im Monat in Gnarrenburg  
Anmeldung bis mittwochs um 12.00 Uhr

Kosten: 3,50 Euro pro Erwachsenem

## 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.

## Wie begleite ich mein Kind durch die Trotzphase?



Sie beginnt irgendwann im zweiten Lebensjahr und dauert bis zum fünften Lebensjahr. Sie kann von mehr oder weniger heftigen Trotzanfällen und Auseinandersetzungen begleitet sein, die nicht selten die Nerven aller strapazieren.

Wie wir unsere Kinder in dieser Zeit gut begleiten und unterstützen können, dazu werden Marina Kerrutt und Martina Hügelmeier von der Familienberatungsstelle Bremervörde, uns fachliche Informationen, sowie Raum für eigene Erfahrungen und Fragen geben.

**Donnerstag, 26.09.2019 um 19.00 Uhr**

Neues Feld 60 in BRV

## Heilmittel und Wickel

Sonja Hiller

Heilpraktikerin/Kinderkrankenschwester

Die Herbst- und Winterzeit ist da und mit ihr die erste Welle von Erkältungen und anderen Erkrankungen.

Frau Hiller wird uns an diesem Abend zeigen und erklären, wie Wickel angewendet werden, wann und wie Inhalation hilft, was eigentlich Pfefferminzsockchen sind und vieles mehr.

**Mo., 28.10.19, 19.00 Uhr**

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., 03.09.2019, 18.00 – 21.00 Uhr**

**Neues Feld 60 in BRV**

## 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 20.9.2019 von 9.00-12.00 Uhr**

EWE Küche, Marktstr. 20 in BRV

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