

## Eltern-Kind-Frühstück



In netter Runde, gemeinsam frühstücken und sich austauschen. Für Eltern von Kindern (0-6 Jahre).

**Kostenbeteiligung:**  
4€ je Elternteil & 1€ je mitessendem Kind.

**1. & 3. Donnerstag im Monat | 09:30 – 11:00 Uhr**  
**PaNaMa Bremervörde, Neues Feld 60**  
Anmeldung bis dienstags 12.00 Uhr

**1. Mittwoch im Monat | 09:30 – 11:00 Uhr**  
**Gemeindehaus Gnarrenburg, Hindenburgstr. 60a**  
Anmeldung bis montags 12.00 Uhr

Wir werden unterstützt von:



Wir freuen uns über Spenden:

Kirchenamt Stade  
Sparkasse ROW-OHZ BIC BRLADE21ROB  
IBAN DE44 2415 1235 0000 1108 82  
Verwendungszweck: PaNaMa Familienzentrum

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...

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

Weiterführende Informationen

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

oder auf Facebook:  
PaNaMa Familienzentrum Bremervörde

Bilder: DW KKBZ und pixabay



Bahnhofstr. 7  
27432 Bremervörde  
0152/ 07 55 34 35



**Aktuelles Programm  
Januar- Juni 2024**

## Offene Gruppen bei PaNaMa

PaNaMa Familienzentrum,  
Neues Feld 60, 27432 Bremervörde

Mo.	9:30 – 11:30 Uhr <b>Café Schwangere und Neugeborene</b>
Di.	10:00 – 11:30 Uhr <b>Hasen 1-6 Jahre</b>
Mi.	10:00 – 11:30 Uhr <b>Raupen 0-1 Jahre</b>
Fr.	15:00 – 16:30 Uhr <b>Tiger 1-6 Jahre</b>

Diakonisches Werk, Bahnhofstr. 7,  
27432 Bremervörde

Fr.	9:30 – 11:00 Uhr <b>Internationales Frauencafé</b>
-----	-------------------------------------------------------

Turnhalle, Ludwig-Jahn-Str. 4,  
27432 Bremervörde

Fr.	9:30 – 11:00 Uhr <b>Bären 1-3 Jahre</b>
-----	--------------------------------------------

Gemeindehaus, Hindenburgstr. 60a,  
27442 Gnarrenburg

Mo.	9:30 – 11:00 Uhr <b>Mäuse 0-1 Jahr</b> <b>Tigerenten 1-3 Jahre</b>
-----	--------------------------------------------------------------------------

DRK-MGH, Bohlenstr. 16, 27432 Oerel

Do.	9:30-11:00 Uhr <b>Käfer 0-3 Jahre</b>
-----	------------------------------------------

Kinderkrippe, Dorfstr. 19, 27432 Alfstedt

Mo.	15:30-17:00 Uhr <b>Frösche 0-4 Jahre</b>
-----	---------------------------------------------

Gemeindehaus, Bahnhofstr. 9, 27432 Hipstedt

Fr.	9:30-11:00 Uhr <b>Füchse 0-3 Jahre</b>
-----	-------------------------------------------

- **Kostenfrei**
- **Ohne Anmeldung**
- **Für alle Interessierten offen**
- **In den Schulferien geschlossen!**

## Von der Milch bis zum Familientisch Simone Kerckhoff - Hebamme



Gemeinsam mit anderen Eltern etwas über den Übergang von der Milch zum Brei und zu fester Nahrung erfahren, sich austauschen und beraten lassen. Die Hebamme Simone Kerckhoff teilt mit euch ihr großes Wissen und ihre Erfahrungen. Alle Eltern in der Schwangerschaft und mit Säuglingen in den ersten 8 Monaten.

**Dienstag, 06.02.2024 | 09:30 - 11:30 Uhr**  
**Gemeindehaus Gnarrenburg, Hindenburgstr. 60a**

**Montag, 13.05.2024 | 09:30 - 11:30 Uhr**  
**PaNaMa Bremervörde, Neues Feld 60**

**Aufgrund begrenzter Platzzahl bitte bei den  
Veranstaltungen auf dieser Seite immer anmelden!**

## PaNaMa Elternkino mit dem Film „Liebe, Wut und Milchzähne“



Kinder liebevoll begleiten. Das möchten wir gerne. Aber mit diesem Vorsatz allein sind noch keine Zähne geputzt und keine Windel gewechselt. Warum nur passiert es im Familienalltag, dass wir Kinder unter Druck setzen, Drohungen aussprechen und Angst erzeugen, obwohl wir das eigentlich nicht möchten? Ein Dokumentarfilm beschäftigt sich mit diesen Fragen und Ideen und wie wir den Familienalltag gestalten können. Wir möchten ihn mit euch schauen und darüber ins Gespräch kommen.

**Dienstag, 13.02.2024 | 20:00 Uhr**  
**Online**

## „Vom Einschlafen und Durchschlafen“ Marion Rieck und Simone Kerckhoff



Die wenigsten Babys schlafen durch. Warum eigentlich? Wie lange dauert es bis Kinder Durchschlafen und was können Eltern tun, um einen guten Babyschlaf zu fördern? Was tun wenn es so überhaupt nicht klappt mit dem Schlafen? Diese und weitere Fragen werden uns beschäftigen. Marion Rieck und Simone Kerckhoff haben neben fachlichen Informationen auch Raum und Zeit für Eure Fragen.

**Montag, 08.04.2024 | 19:00 - 21:00 Uhr**  
**DRK MGH Oerel, Bohlenstr. 16**

**Alle Gruppen/ Kurse sind kostenfrei**  
**Wir freuen uns über eine Spende!**

## Erste Hilfe – Notfalltraining Andrea Grabau – Ausbilderin Erste Hilfe Informationen über häusliche Notfälle



Was ist zu tun bis der Notarztwagen da ist?  
Schwerpunkt: Säuglinge und Kleinkinder  
Der Kurs richtet sich an (werdende) Eltern & Großeltern.

**Donnerstag, 22.02.2024 | 18:00 - 21:00 Uhr**  
**Gemeindehaus Hipstedt, Bahnhofstr. 7**

**Dienstag, 07.05.2024 | 18:00 - 21:00 Uhr**  
**PaNaMa Bremervörde, Neues Feld 60**

## AD(H)S bei Kindern

Ist mein lebendiger Bruchpilot schon auffällig und muss ich mir bei meiner zartbesaiteten Traumtänzerin langsam Sorgen machen? Und wie gehe ich bloß mit diesen intensiven Gefühlstornados um, die regelmäßig durch unsere Wohnung wüten? Wir schauen uns ADHS ganz genau an, beleuchten sowohl positive Seiten als auch typische Schwierigkeiten. Ein Abend mit der ADHS Elterntainerin und Inklusionspädagogin Melanie Klefeldt



**Dienstag, 05.03.2024 | 19:00 Uhr**  
**PaNaMa Bremervörde, Neues Feld 60**

## Peaky Eater – Was tun, wenn das Kind nicht essen will?

Man nennt sie wählerisch, mäkelig oder auch Suppenkasper – Kinder, die sehr einseitig und ausgewählt essen. Neues probieren mögen Sie überhaupt nicht, es bleibt oft bei trockenen Nudeln, Wurst pur, Joghurt usw. Wie können wir unsere Kinder durch diese Phasen hindurch begleiten? Wie fördere ich eine ausgewogene Ernährung? Die Ernährungsberaterin Annemarie Preusse bietet hierzu einige Informationen und Raum für Eure Fragen.



**Dienstag, 09.04.2024 | 19:30 Uhr**  
**PaNaMa Bremervörde, Neues Feld 60**

## PaNaMa Elternkino mit dem Film „Die Brüllfalle“



Im Familienalltag erleben wir viele Situationen, wo unsere Kinder scheinbar gar nicht wahrnehmen, dass wir sie gebeten haben z.B. die Schuhe wegzuräumen. Erst wenn wir lauter werden schauen sie hoch. So kommt es, dass wir immer öfter laut werden, weil sie nur dann reagieren und die Kinder warten bis wir lauter werden, weil sie sonst nicht sicher sind ob wir es so meinen. Das ist die Brüllfalle. Aber wie kommt es dazu und vor allem, wie kommen wir da wieder raus? Nach dem Film möchten wir darüber sprechen.

**Donnerstag, 11.04.2024 | 19:00 Uhr**  
**PaNaMa Bremervörde, Neues Feld 60**

## Gemeinsam mehr bewegen Marion Rieck - Kinderkrankenschwester



Ein integratives Angebot für Laufanfänger ab dem Ersten Geburtstag bis zum dritten Lebensjahr zur Bewegungsförderung, unterstützt von der Lotto-Sport-Stiftung. Für Kinder mit und ohne Förderbedarf, die sich selbstständig oder unterstützt von ihren Eltern, auf einer vorbereiteten Bewegungslandschaft ausprobieren können.

**Die Gruppe wird ganzjährig, als offene Gruppe stattfinden und ist ohne Anmeldung (siehe offene Gruppen)**