



# PROGRAMMHEFT AUGUST BIS DEZEMBER

# 2026





# INHALT

## Unser Familienzentrum

Grußwort 1

---

Über uns 2

---

Förderverein 3

## UNSERE ANGEBOTE

Offene Gruppen 4-6

---

Projekte 7

---

wellcome 8

---

Vorträge + Elternbildung 9-13

## UNSER NETZWERK

Ehrenamt 14

---

Träger & Förderer 14

---

Kontakt 15

---



# GRUSSWORT

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Familien!

Sie halten das Programmheft von PaNaMa in den Händen – unserem Familienzentrum. Wenn Sie das Heft durchblättern, werden Sie eine Vielzahl von Kursen, Vorträgen, Workshops und Gruppenangeboten zu den unterschiedlichsten Themen entdecken: Von Ernährungsfragen über Förderung von gutem Schlaf, Begleitung von Kindern, die dem Tod begegnen, bis zu praktischen Hilfen für Familien nach der Geburt, offenen Eltern-Kind-Gruppenangeboten und Kursen für Geschwister von Kindern mit Behinderung und/oder chronischer Erkrankung – alles dient einem Ziel: **Familien zu stärken!**

Und Familie steht bei PaNaMa für Papa, Nachwuchs, Mama, Schwangere, werdende Väter, junge Eltern, Alleinerziehende, Familien mit oder ohne Patchwork, Migrantinnen und Großeltern mit Kindern von 0 bis 12 Jahren – also Familie als eine wirklich große Familie. Ich freue mich, dass PaNaMa Teil des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis Bremervörde-Zeven ist und wir so einen Teil dazu beitragen können, dass Familien begleitet und gestärkt werden. Konkret in die Tat umgesetzt wird dies durch die hoch kompetenten und engagierten Mitarbeiterinnen des PaNaMa-Teams. Starke Familien sind ein Segen – für alle, die zu ihnen gehören und für alle, die ihnen begegnen. Ich bin mir sicher, dass Sie in dem reichhaltigen Angebot von PaNaMa etwas finden, was Ihre Familie stärkt und Ihnen zum Segen wird. Mit herzlichen Grüßen

*Carsten Stock*

(Superintendent im Kirchenkreis Bremervörde-Zeven)



**Carsten Stock**  
Superintendent im Kirchenkreis  
Bremervörde-Zeven



# ÜBER UNS



## GEMEINSAM DIE WELT BEGREIFEN



Koordinatorinnen v.l. Ina Müller,  
Annemarie Preusse, Marion Rieck

Das PaNaMa Familienzentrum ist mehr als nur ein Treffpunkt - es ist ein Ort voller Leben, Gemeinschaft und Unterstützung. Hier kommen Familien aus der Region zusammen, um sich auszutauschen, voneinander und miteinander zu lernen und gemeinsam durch den Familienalltag zu gehen.

Ob offene Eltern-Kind-Gruppen, Beratung, kreative Angebote oder einfach mal eine Tasse Kaffee mit anderen Eltern - bei uns steht das **Miteinander im Mittelpunkt**. Unser Ziel ist es, Familien in allen Lebenslagen - von Schwangerschaft bis zur Einschulung - zu begleiten und zu stärken.

Wir schaffen Raum für:

- Begegnung auf Augenhöhe
- Frühkindliche Förderung
- Elternbildung und -beratung
- Interkulturellen Austausch
- Unterstützung in besonderen Lebenssituationen

Egal, ob Schwangere, frisch gebackene Eltern, Großeltern, Alleinerziehende oder Familien mit besonderen Herausforderungen - bei uns ist jede Familie willkommen.



SIGNAL-GRUPPE  
PANAMA NEWS

# UNSER FÖRDERVEREIN

Kinder lachen, Eltern tauschen sich aus, neue Freundschaften entstehen - das PaNaMa Familienzentrum ist ein lebendiger Ort der Begegnung in Bremervörde, Gnarrenburg und Geestequelle. Als eingetragener und gemeinnütziger Verein unterstützt der Förderverein das Familienzentrum ideell und finanziell dort, wo öffentliche Mittel nicht ausreichen - unbürokratisch und direkt.



## Was macht der Förderverein?

Ob neue Spielmaterialien, kleine Feste für Familien oder die Unterstützung einzelner Projekte - der Förderverein hilft dort, wo es notwendig ist. Die Aufgaben sind zum Beispiel:

Finanzierung von Anschaffungen, die das Spielen, Lernen und die Begegnung fördern, Unterstützung bei besonderen Veranstaltungen, Mitfinanzierung von kreativen oder pädagogischen Angeboten, Förderung von Teilhabe für Alle - unabhängig von finanziellen Möglichkeiten

## Warum das wichtig ist?

Nicht alles, was gut und wichtig ist, wird automatisch auch finanziert. Jedes Kind sollte die gleichen Chancen haben - auf Spiel, Bildung und Teilhabe. Starke Familien sind die Basis für eine lebendige Gemeinschaft. Der Förderverein sorgt dafür, dass gute Ideen nicht an Geld scheitern.

Ihr wollt Mitglied werden und das Familienzentrum unterstützen oder euch über aktuelle Aktionen und Spendenmöglichkeiten informieren? Dann schaut auf unserer Homepage vorbei:

**[panama-brv.de](http://panama-brv.de)**



Direktspende an  
den Förderverein

# OFFENE GRUPPEN

Entdecken, spielen, lachen - gemeinsam die Welt begreifen. Unsere offenen Spielgruppen laden alle Eltern/ Großeltern/ Bezugspersonen mit Kindern von 0-6 Jahren herzlich ein.

- 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 sind kostenfrei!**

**Wir freuen uns über eine Spende**

**In den Schulferien finden die Gruppen nicht statt.**

The infographic is a blue rectangular box containing several smaller colored boxes, each representing a different location and its schedule for open play groups. The locations and their details are as follows:

- PaNaMa Familienzentrum** (Neues Feld 60, Bremervörde)
  - Montag:** 9.30 bis 11.30 Uhr - Café Schwangere & Neugeborene
  - Dienstag:** 10 bis 11.30 Uhr Gruppe "Hasen" - 1 bis 3 Jahre
  - Mittwoch:** 10 bis 11.30 Uhr Gruppe "Raupen" - 0 bis 1 Jahre
  - Freitag:** 15 bis 16.30 Uhr Gruppe "Tiger" - 1 bis 6 Jahre
- Gemeindehaus Gnarrenburg** (Hindenburgstr. 60a, Gnarrenburg)
  - Montag:** 9.30 bis 11 Uhr Gruppe "Tigerküken" - 0 bis 1 J.
  - Gruppe "Tigerenten" 1 bis 3 Jahre
- Gemeindehaus Hipstedt** (Bahnhofstr. 9, Hipstedt)
  - Freitag:** 15.30 bis 17 Uhr Gruppe "Füchse" - 0 bis 4 Jahre
- DRK Mehrgenerationenhaus** (Bohlenstr. 16, Oerel)
  - Donnerstag:** 9.30 bis 11 Uhr Gruppe "Käfer" - 0 bis 3 Jahre
- Turnhalle** (Ludwig-Jahn-Str. 4, Bremervörde)
  - Freitag:** 9.30 bis 11 Uhr "Gemeinsam mehr bewegen" 1 bis 3 Jahre
- PaNaMa Familienzentrum** (Neues Feld 60, Bremervörde)
  - Jeden letzten Samstag im Monat: 10 bis 11.30 Uhr "Väter-Kind-Gruppe"



## CAFE FÜR SCHWANGERE UND ELTERN MIT NEUGEBORENEN

Ankommen, Austauschen, Durchatmen

Du bist schwanger oder gerade frisch Mama oder Papa geworden? Dann komm gerne in unser Café für Schwangere oder Eltern mit Neugeborenen.

In gemütlicher Atmosphäre könnt ihr bei einer Tasse Tee oder Kaffee zur Ruhe kommen, euch mit anderen Eltern austauschen, Fragen stellen und ein offenes Ohr finden.

Wir freuen uns auf euch

WO: PaNaMa Familienzentrum, Neues Feld 60 in Bremervörde

WANN: Montag von 9:30-11:30 Uhr

(in den Schulferien geschlossen)

## GEMEINSAM MEHR BEWEGEN

Eine offene Gruppe mit fachlicher Begleitung, gibt allen Kindern die Möglichkeit ihre motorischen und sozialen Fähigkeiten weiter zu entwickeln. Insbesondere Kinder mit Migrationshintergrund und Förderbedarf sind willkommen. Die Kinder können in ihrem Tempo die aufgebaute Bewegungslandschaft erkunden, gemeinsam mit ihren Eltern Spaß und Freude teilen und viele neue Erfahrungen machen.

WO: Turnhalle Ludwig-Jahn-Str. 4 in Bremervörde

WANN: Freitag 9:30-11 Uhr

(in den Schulferien geschlossen)



SIGNAL-GRUPPE CAFE



SIGNAL-GRUPPE BEWEGEN





## ELTERN-KIND-FRÜHSTÜCK

In gemütlicher Runde gemeinsam frühstücken und sich austauschen. Für Eltern von Kindern (0-6 Jahre)  
Wir freuen uns auf euch!

WO: Gemeindehaus Gnarrenburg, Hindenburgstr.60

WANN: jeden ersten Mittwoch im Monat von 9:30-11:30 Uhr  
(in den Schulferien geschlossen)

Eine Anmeldung bis Montag um 12.00 Uhr ist zur besseren Planung erforderlich.

## VATER-KIND-GRUPPE

Bei uns könnt ihr spielen, toben, singen oder einfach mal den Alltag hinter euch lassen - und dabei natürlich auch andere Väter kennen lernen.

Wir freuen uns auf viele neugierige kleine Entdecker (0-3 Jahre)  
- und ihre Papas!

WO: PaNaMa Familienzentrum, Neues Feld 60, Bremervörde

WANN: jeden letzten Samstag im Monat, 10:00 -11:30 Uhr  
(in den Schulferien geschlossen)



SIGNAL-GRUPPE FRÜHSTÜCK



SIGNAL-GRUPPE VÄTER

# ANKERPLATZ

TRAUERGRUPPE FÜR KINDER



Ankerplatz ist eine Trauergruppe für Kinder von 6-12 Jahren. In Begleitung von speziell dafür geschulten Erwachsenen treffen sich die Kinder (und nach Absprache jüngere Geschwisterkinder) alle zwei Wochen zum gemeinsamen spielen, basteln, toben und reden.

Wir bieten Raum für die individuelle Trauerverarbeitung jedes Kindes und den Austausch mit anderen Kindern in ähnlicher Situation.

Während der Treffen haben die Eltern parallel zur Kindergruppe die Möglichkeit, an einem eigenen Austausch mit anderen Eltern teilzunehmen.

Gemeinsam schaffen wir einen sicheren Ort – einen Ankerplatz.

**ANKERPLATZ UND SUSI SIND PROJEKTE IM  
PANAMA FAMILIENZENTRUM. EINE  
ANMELDUNG UND EIN VORGESPRÄCH SIND  
ERFORDERLICH. WEITERE INFORMATIONEN  
ERHALTET IHR UNTER  
[WWW.DIAKONIE-KKBZ.DE/PANAMA](http://WWW.DIAKONIE-KKBZ.DE/PANAMA)**



## SUSI - SUPPORTING SIBLINGS

STARK FÜR GESCHWISTER

Geschwister von Kindern mit Erkrankung und/oder Behinderung müssen oft auf besondere Weise Rücksicht nehmen, weil der Bruder oder die Schwester mit Erkrankung und/oder Behinderung sehr viel Zeit und Aufmerksamkeit der Eltern braucht. Sie übernehmen häufig schon früh Verantwortung und haben andere Sorgen und Zukunftsängste als Gleichaltrige.

In dem Präventionskurs SuSi erhalten die Geschwister Raum, um sich mit Gleichgesinnten über ihre besondere Situation auszutauschen, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, mit stressigen Situationen umzugehen und gestärkt zu werden. Das Angebot richtet sich an Geschwister von Kindern mit schwerer Erkrankung und/oder Behinderung von 7 bis 12 Jahren.



# WELCOME

Das Baby ist da, die Freude ist riesig – und nichts geht mehr. Gut, wenn Familie und Freunde helfen, den Baby-Stress zu bewältigen. Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von wellcome.

## Was ist wellcome?

wellcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt, unterstützt junge Mütter oder Familien nach der Geburt eines Kindes und hilft, den Baby-Stress zu bewältigen.

Nach wenigen Tagen werden junge Eltern aus der Klinik entlassen. Zu Hause beginnt dann – trotz aller Freude über das Baby – der ganz normale Wahnsinn einer Wochenbett-Familie: das Baby schreit, niemand kauft ein, das Geschwisterkind ist eifersüchtig und der besorgte Vater bekommt keinen Urlaub. Wer nicht ausreichend Hilfe von Familie, Nachbarn oder Freunden hat, bekommt sie von wellcome. Wie ein guter Engel kommen die ehrenamtlichen wellcome-MitarbeiterInnen der Familie zu Hilfe. Sie wachen über den Schlaf des Babys, während die Mutter ausgiebig duscht. Sie gehen mit dem Geschwisterkind zum Spielplatz, begleiten die Zwillingsmutter zum Kinderarzt. Wenn es nötig ist, kaufen sie Kleinigkeiten ein, stehen mit Rat und Tat zur Seite oder hören einfach nur zu.

Kontakt:

[bremervoerde-zeven@wellcome-online.de](mailto:bremervoerde-zeven@wellcome-online.de)

<https://www.wellcome-online.de/>

**Wir freuen uns auch immer über Menschen, die sich für ein Ehrenamt als wellcome-Engel interessieren.**





## VON DER MILCH BIS ZUM FAMILIENTISCH

Simone Kerckhoff – Hebamme

Gemeinsam mit anderen Eltern könnt ihr etwas über den Übergang von der Milch zum Brei und zu fester Nahrung erfahren, euch austauschen und beraten lassen. Hebamme Simone Kerckhoff teilt ihr großes Wissen, sowie ihre Erfahrungen mit euch. Geeignet für alle Eltern in der Schwangerschaft und mit Säuglingen in den ersten acht Lebensmonaten.

**MONTAG, 31.08.2026**  
**9:30-11:30 UHR**

**MONTAG, 23.11.2026**  
**9:30-11:30 UHR**  
**PANAMA BREMERVÖRDE**  
**NEUES FELD 60**

## 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.

**MITTWOCH, 26.08.2026**  
**18:00-21:00 UHR**  
**PANAMA BREMERVÖRDE**  
**NEUES FELD 60**

**MITTWOCH, 11.11.2026**  
**18:00-21:00 UHR**  
**GEMEINDEHAUS**  
**GNARBURG**  
**HINDENBURGSTRASSE 60A**

FÜR ALLE VORTRÄGE BITTE ANMELDEN UND EIN TICKET BUCHEN UNTER  
[PRETIX.EU/PANAMA/VORTRAEGE-26/](https://pretix.eu/panama/vortraege-26/)





## DIGITALE WELTEN

Jennifer Jaschik, freie  
Referentin und erfahrene  
Eltern-Medientrainerin

Chancen und  
Herausforderungen für Eltern  
Welche Medien eignen sich  
für Kinder im Vorschulalter?  
Wie können diese in den  
Familienalltag eingebunden  
werden? Worauf sollten Eltern  
achten? Was können Kinder in  
diesem Alter schon selber  
nutzen und wo brauchen sie  
unsere Unterstützung? Ein  
gemeinsamer Blick auf die  
Möglichkeiten,  
Schwierigkeiten und Raum für  
eure Fragen.

**DIENSTAG, 08.09.2026**  
**19:00-21:00 UHR**  
**MGH OEREL,**  
**BOHLENSTRASSE 16**

## "LET'S TALK ABOUT GELD"

Koordinierungsstelle Frauen &  
Wirtschaft

Beruf, Alltag, eigene Ziele und  
irgendwo dazwischen die  
Finanzen.

An diesem Abend nimmt euch  
Rudi Walter, der Geldlehrer, mit  
in ein Thema, das viele Eltern  
betrifft, oft im Hintergrund, aber  
mit enormer Wirkung auf  
Selbstbestimmung und  
Zukunftssicherheit.  
In seiner lockeren Art zeigt er,  
wie Eltern wieder Struktur,  
Überblick und Ruhe in ihre  
Finanzen bringen.

**DIENSTAG, 15.09.2026**  
**18:00-21:00 UHR**  
**PANAMA BREMERVÖRDE**  
**NEUES FELD 60**

FÜR ALLE VORTRÄGE BITTE ANMELDEN UND EIN TICKET BUCHEN UNTER  
[PRETIX.EU/PANAMA/VORTRAEGE1-26/](https://pretix.eu/panama/vortraege1-26/)





## IMPFFEN - EIN THEMA, VIELE MEINUNGEN

Dr. Axel Bosk - Kinderarzt

Welche verschiedenen Impfungen gibt es? Was ist sinnvoll, was ist wichtig zu wissen, was ist neu? An diesem Abend geht es um aktuelle Impfempfehlungen und Raum für eure Fragen, sowie einen sachlichen Austausch - informativ, verständlich und offen für unterschiedliche Perspektiven.

**MONTAG, 21.09.2026  
19:00-20:30 UHR**

**PANAMA BREMERVÖRDE  
NEUES FELD 60**

**ONLINETEILNAHME ZUSÄTZLICH  
MÖGLICH**

## MIT SPRACHE WACHSEN - WIE KINDER SPRECHEN LERNEN

Beate Szillat -  
Dipl. Sozialpädagogin

An diesem Abend wollen wir uns mit dem kindlichen Spracherwerb befassen und verschiedene Meilensteine dieser Entwicklungsaufgabe kennenlernen. Weiterhin wollen wir gemeinsam überlegen, wie wir unsere Kinder spielerisch beim Sprechenlernen begleiten und unterstützen können. Nicht alle Kinder lernen Sprache leicht. Im Austausch werden wir hilfreiche Anregungen und Tipps für den Alltag erhalten.

**MONTAG, 05.10.2026  
19:30-21:00 UHR  
PANAMA BREMERVÖRDE  
NEUES FELD 60**

**FÜR ALLE VORTRÄGE BITTE ANMELDEN  
UND EIN TICKET BUCHEN UNTER  
[PRETIX.EU/PANAMA/VORTRAEGE1-26/](https://pretix.eu/panama/vortraege1-26/)**





## ELTERNKINO

„Liebe, Wut & Geschwisterbande“

Wir laden euch zu unserem Elternkino ein mit dem Geschwisterfilm von „Good enough parents“.

Es geht um:  
Geschwister werden,  
Geschwister streiten,  
Geschwister begleiten

Wir möchten ihn mit euch schauen und darüber ins Gespräch kommen.

**DONNERSTAG,  
29.10.2026  
19:30-21:00 UHR  
PANAMA BREMERVÖRDE  
NEUES FELD 60**

## HEILMITTEL&WICKEL

Sonja Hiller – Heilpraktikerin und Kinderkrankenschwester

Hausmittel und Wickel können helfen, wenn Babys und Kleinkinder sich nicht wohlfühlen, Bauchweh haben oder erkältet sind. Auch uns Erwachsenen können sie Linderung verschaffen. Die Referentin wird uns an diesem Abend zeigen und erklären, wie Wickel angewendet werden, wann und wie Inhalation hilft, was eigentlich Pfefferminzsöckchen sind und vieles mehr. Sie bereichert damit jede Hausapotheke um einige Möglichkeiten, unseren Kindern und uns selbst durch die kalte Jahreszeit zu helfen.

**DONNERSTAG,  
05.11.2026  
19:00-21:00 Uhr  
PANAMA BREMERVÖRDE  
Neues Feld 60**

Onlineteilnahme zusätzlich möglich

FÜR ALLE VORTRÄGE BITTE ANMELDEN  
UND EIN TICKET BUCHEN UNTER  
[PRETIX.EU/PANAMA/VORTRAEGE1-26/](https://pretix.eu/panama/vortraege1-26/)







## GEBORGEN AUFWACHSEN - ÜBER BINDUNGS- UND BEDÜRFNISORIENTIERTE ERZIEHUNG

Erziehung von Kindern hat sich im letzten Jahrzehnt stark verändert. Eltern stehen heute eine Menge an Informationen über Entwicklung von Kindern und Erziehungsmethoden zur Verfügung. Gleichzeitig stehen mindestens genauso viele Fragen im Raum.

Einmal im Monat laden wir euch zu einem Elternabend über ein bestimmtes Thema ein. Wir schauen gemeinsam auf die Kernaussagen und Methoden der verschiedenen Pädagogen und sprechen darüber was sie für unseren Alltag bedeuten.

Mehr Informationen unter  
[www.diakonie-kkbz.de/PaNaMa/Elternkurs](http://www.diakonie-kkbz.de/PaNaMa/Elternkurs)



## “WIR WERDEN ELTERN - UND NU?”

Infoveranstaltung im Ostemed

Ein Baby verändert alles – und wir begleiten euch auf diesem Weg. In Kooperation mit der Schwangerenberatung der Diakonie, Hebamme Simone Kerckhoff und der OsteMed Klinik Bremervörde laden wir werdende Eltern zu unseren regelmäßigen Informationsveranstaltungen zu folgenden Themen ein:

- ✨ Elterngeld, Kindergeld und weitere finanzielle Leistungen
- ✨ Die erste Zeit mit dem Baby (Ernährung, Schlafen, Alltag)

Mehr Informationen unter  
[www.diakonie-kkbz.de/PaNaMa/Infoabend-Ostemed](http://www.diakonie-kkbz.de/PaNaMa/Infoabend-Ostemed)





# UNSER NETZWERK

## EHRENAMT

### **Wir suchen Verstärkung!**

Ohne ehrenamtliches Engagement läuft bei PaNaMa nicht viel. Unsere Ehrenamtlichen begleiten die wöchentlich stattfindenden Gruppen, begleiten als wellcome-Engel Familien mit Neugeborenen, engagieren sich im Vorstand des Fördervereins oder helfen uns, Projektabende und Veranstaltungen zu gestalten. Dabei werden sie fachlich begleitet und unterstützt.

**Du möchtest dich ehrenamtlich für junge Familien engagieren und ein Teil des PaNaMa Familienzentrums werden? Dann melde dich gerne bei uns!**

## TRÄGER & FÖRDERER

Unserer Angebote wären ohne die Unterstützung unserer Träger, Förderer und Kooperationspartner nicht möglich. Durch finanzielle Förderung, gemeinsame Projekte und vertrauensvolle Zusammenarbeit helfen sie dabei, Familien in unserer Region nachhaltig zu stärken und bestehende Angebote weiterzuentwickeln. Für dieses Engagement und die gute Kooperation sagen wir herzlich Danke.



# KONTAKT

PaNaMa Familienzentrum  
im Diakonischen Werk Bremervörde/Zeven  
Bahnhofstraße 7  
27432 Bremervörde

Mail: [panama.brsv@evlka.de](mailto:panama.brsv@evlka.de)

Homepage: [www.diakonie-kkbz.de/PaNaMa](http://www.diakonie-kkbz.de/PaNaMa)



## ANSPRECHPARTNERINNEN



**Ina Müller**

Mobil: 0152 0755 3435

[ina.mueller@evlka.de](mailto:ina.mueller@evlka.de)

Leitung PaNaMa Familienzentrum

Fachberatung im Kinderschutz (Insofa), Frühe Hilfen,  
Entwicklungspsychologische Beratung für Eltern von Säuglingen  
und Kleinkindern



**Marion Rieck**

[marion.riek@evlka.de](mailto:marion.riek@evlka.de)

Kinderkrankenschwester, Fachkraft Frühe Hilfen, Väterarbeit,  
Kordinatorin PaNaMa



**Annemarie Preusse**

Mobil: 0178 8663 324

[annemarie.preusse@evlka.de](mailto:annemarie.preusse@evlka.de)

Koordinatorin wellcome - praktische Hilfe nach der Geburt, Frühe  
Hilfen, Öffentlichkeitsarbeit



Pa Na Ma



Familienzentrum Bremervörde

