

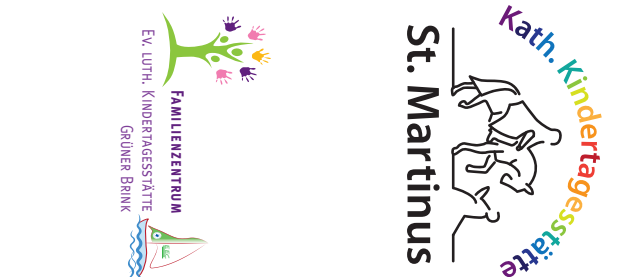
## Familienzentren sind gut und wichtig für Kinder und Familien

Um Bramscher Familien ein gutes und abwechslungsreiches Angebot präsentieren zu können, arbeiten wir, die Drei Bramscher Familienzentren eng miteinander zusammen. Alle Angebote sind gemeinsame Angebote der drei Familienzentren, diese richten sich an alle Eltern, auch an Eltern die kein Kind in der „Kita“ untergebracht haben. Wenn Sie sich für ein Angebot entscheiden haben, melden Sie sich bitte rechtzeitig an – wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der drei Bramscher Familienzentren

In allen drei Familienzentren wird angeboten:

- Das Offene Café – für alle Eltern, mit Kinderbetreuung.
- Babytreff für Eltern und ihre Babys (bis ca. 1 Jahr) - (kostenlos ohne Anmeldung)
- Baby- und Kleinkindersprechstunde - (kostenlos ohne Anmeldung)
- Zwergentreff für Eltern und ihre Kleinkinder (1 – 3 Jahre) - (kostenlos ohne Anmeldung)
- Familiensprechstunde & Hilfe bei Antragstellung – Alle Fragen, die Sie oder Ihre Familien betreffen, können hier gestellt werden. Sie erhalten Hilfe bei der Erstellung von Anträgen jeglicher Art. Kostenlos, ohne Anmeldung
- Frühfördersprechstunde – Bei Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes erhalten sie Auskunft und Unterstützung. Kostenlos, mit Anmeldung



**Kath. Kindertagesstätte und Familienzentrum St. Martinus**  
Monika Kramer  
Lindenstr. 36 / 49565 Bramsche / Tel.: 05461/4783  
kindergarten@st-martinus-bramsche.de  
familienzentrum@st-martinus-bramsche.de



**Ev. Luth. Kindertagesstätte und Familienzentrum "Grüner Brink"**  
Christiane große Sextro  
Grüner Brink 4 / 49565 Bramsche / Tel.: 05461/4201  
kita.gruenerbrink@ev-kitas-bramsche.de  
familienzentrum.gruenerbrink@ev-kitas-bramsche.de



**Ev. Luth. Kindertagesstätte und Familienzentrum Hesepe**  
Mareike Keur  
Rudolf-Harbig-Str. 2a / 49565 Bramsche / Tel.: 05461/64698  
kita.hesepe@osnane.de  
familienzentrum.hesepe@ev-kitas-bramsche.de



Zur besseren Wiedererkennung hat jedes Familienzentrum eine „eigene“ Farbe:

Rot = Familienzentrum St. Martinus  
Grün = Familienzentrum Grüner Brink  
Gelb = Familienzentrum Hesepe  
Blau = gemeinsame Veranstaltungen

Alle kostenlosen Angebote werden von den drei Bramscher Familienzentren finanziert.

Bitte beachten Sie: Einige Veranstaltungen müssen nicht in den Räumlichkeiten der Familienzentren stattfinden, sondern können in die angrenzenden Gemeindegemeinschaften verlegt werden. Diese werden dann entsprechend ausgewiesen.



Mehr Infos und den aktuellen Veranstaltungskalender als Download unter:

## Veranstaltungskalender

Januar - Juli 2020



# BRAMSCHER FAMILIENZENTREN

*gut und wichtig*

[www.bramscher-familienzentren.de](http://www.bramscher-familienzentren.de)





**Familienzentrum St. Martinus**  
Lindenstr. 36 | 49565 Bramsche  
Tel.: 05461/4783  
familienzentrum@st-martinus-bramsche.de

**Babytreff:** donnerstags 08:30 - 10:00 Uhr  
**Zwergentreff:** donnerstags 10:00 - 11:30 Uhr

**Familienprechstunde & Antragshilfe**  
Jeden ersten Mittwoch im Monat im Elterncafé (08:30-09:00 Uhr) und nach Bedarf - bitte Termin absprechen - novakovic@awo-os.de  
Tel.: 0163 - 3179420 oder in der Kita 05461-4783

**Offenes Café / Elterncafé**  
mittwochs 08:00 - 10:00 Uhr

**Frühförsprechstunde mit HPH Insa Focken**  
mittwochs 10:30 - 12:30 Uhr  
05.02. / 04.03. / 08.04. / 06.05. / 03.06. / 08.07.2020

**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri**  
mittwochs 08:30 - 09:30 Uhr

**Turnen für die Kleinsten (1 - 3 Jahre)**  
mittwochs 16:00 - 17:00 Uhr

**Liedergarten Frau Karsies (kostenpflichtig)**  
donnerstags 09:30 - 10:15 Uhr Liedergarten I (Kinder 1,5-3 Jahre)  
freitags 09:30 - 10:15 Uhr Liedergarten II (Kinder 1,5-3 Jahre)  
samstags 09:30 - 10:15 Uhr Liedergarten III (Kinder 1,5-3 Jahre)  
10:30 - 11:15 Uhr Liedergarten IV (Kinder 1,5-3 Jahre)

**Kinderkirche und Begegnung (Nicole Schuckmann)**  
sonntags 10:30 Uhr  
12.01. / 16.02. / 22.03. / 17.05. / 28.06.2020



**Familienzentrum Grüner Brink**  
Grüner Brink 4 | 49565 Bramsche  
Tel.: 05461/4201  
familienzentrum.gruenerbrink@ev-kitas-bramsche.de

**Babytreff:** montags 15:00 - 16:15 Uhr  
**Zwergentreff:** montags 16:15 - 17:30 Uhr

**Familienprechstunde & Antragshilfe**  
Jeden ersten Donnerstag im Monat im Elterncafé (08:00 - 10:00 Uhr) und nach Bedarf - bitte Termin absprechen - info@pffiv.de oder Anette Becklöcher: 0160 - 2000 395 oder Sabine Lins: 0152 - 04019482

**Offenes Café / Elterncafé**  
donnerstags 08:00 - 10:00 Uhr

**Frühförsprechstunde mit HPH Eva Pollee**  
dienstags oder donnerstags 8:00 - 10:00 Uhr  
15.01. / 05.02. / 04.03. / 01.04. / 06.05. / 03.06. / 01.07.2020

**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri**  
donnerstags 8:30 - 09:30 Uhr

**Kinderkirche 10 vor 10**  
sonntags 09:50 Uhr  
19.01. / 16.02. / 15.03. / 19.04. / 17.05. / 21.06.2020

**Selbstbehauptungstraining mit Jan Korus (kostenpflichtig)**  
freitags 17:15 - 18:00 Uhr



**Familienzentrum Hesepe**  
Rudolf-Harbig-Str. 2a | 49565 Bramsche  
Tel.: 05461/64698  
familienzentrum.hesepe@ev-kitas-bramsche.de

**Babytreff / Zwergentreff:** dienstags 15:30 - 17:00 Uhr

**Familienprechstunde & Antragshilfe**  
Jeden ersten Mittwoch im Monat im Elterncafé (15:30-17:00 Uhr) und nach Bedarf - bitte Termin absprechen - info@pffiv.de oder Anette Becklöcher: 0160 - 2000 395 oder Sabine Lins: 0152 - 04019482

**Offenes Café / Elterncafé**  
mittwochs 15:30 - 17:00 Uhr

**Frühförsprechstunde mit HPH Insa Focken**  
mittwochs 8:00 - 10:00 Uhr  
05.02. / 04.03. / 08.04. / 06.05. / 03.06. / 08.07.2020

**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri**  
dienstags 08:00 - 09:00 Uhr

**Nähhilf Kita Hesepe**  
dienstags 19:30 - 21:00 Uhr

**Selbstbehauptungstraining mit Jan Korus (kostenpflichtig)**  
mittwochs 17:15 - 18:00 Uhr

**Ballett mit Irina Schorn (kostenpflichtig)**  
freitags 16:00 - 17:00 Uhr (Anfänger)  
17:00 - 18:00 Uhr (Fortgeschrittene)

**Kinderkirche**  
wird im evangelischen Gemeindehaus Hesepe angeboten.

**Januar**

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Ort	Leitung	Kosten
Di, 07.01.2020	18:30 Uhr	<b>KURS (9x) FAYO</b> - Kombination aus Faszienrollmassage, Dehnübungen und dynamischen Kräftigungsübungen. (9 Termine) (Anmeldung unter: melaniemanoutcheri@yahoo.de oder 05461/995411)	Hesepe	Melanie Manoutcheri	90,- €/Kurs
Do, 09.01.2020	18:30 Uhr	<b>KURS (9x) FAYO</b> - Kombination aus Faszienrollmassage, Dehnübungen und dynamischen Kräftigungsübungen. (9 Termine) (Anmeldung unter: melaniemanoutcheri@yahoo.de oder 05461/995411)	Grüner Brink	Melanie Manoutcheri	90,- €/Kurs
Fr, 10.01.2020	10:00 - 11:00 Uhr	<b>KURS (8x) Kangatraining</b> - Workout mit Baby in der Tragehilfe - 8 Wochen Kurs (Anmeldung unter: kristina.d@kangatraining.de oder Kita St. Martinus)	Medi 4 Gesundheitskomplex	Kristina Dahl	89,- €/Kurs
Do, 20.01.2020	08:30 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> Brustwickel, Zwiebelsäckchen und Co. Nützliches rund um bewährte Heilmittel aus Großmutters Zeiten.	Grüner Brink	Melanie Manoutcheri	Kostenlos
Mi, 29.01.2020	15:30 Uhr	<b>Kochen mit Opa Otto</b> - Thema: Wintergemüseintopf mit Grießklößchen (mit Anmeldung)	St. Martinus	Otto Wrocklage Elisabeth Heyer	Kostenlos

**Februar**

Do, 06.02.2020	15:00 - 16:30	<b>Bewegungsbaustelle</b> für Kinder von 0-3 Jahren (mit Anmeldung)	Hesepe	Insa Focken	Kostenlos
Sa, 08.02.2020	15:00 - 17:00 Uhr	<b>Flohmarkt</b>	St. Martinus	Förderverein, Elternbeirat und Familienzentrum	s. Aushang
Mi, 12.02.2020	15:30 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> Entspannung für Mamas. Einen entspannten Nachmittag mit Düften, Yoga und vieles mehr. Die Kinder werden in der Zeit betreut. (Mit Anmeldung)	Hesepe	Melanie Manoutcheri	Kostenlos
Do, 13.02.2020	19:30 Uhr	<b>Infoveranstaltung</b> - Erste Hilfe am Kind und Kindernotfälle. Wie reagiere ich richtig? Was kann ich tun, wenn doch einmal etwas passiert? (Ohne Teilnehmerbescheinigung)	Hesepe	<b>Malteser</b>	10,- €/p.P.
Di, 18.02.2020	15:30 Uhr	Spiele zur Sprachförderung für Eltern und Kinder von 5-6 Jahren (mit Anmeldung)	St. Martinus	Nadine Krumbek	Kostenlos
Mi, 26.02.2020	15:30 Uhr	<b>Kochen mit Opa Otto</b> - Thema: „Märchenhaftes Kochen“ - Rotkäppchens Gughelupf (mit Anmeldung)	Grüner Brink	Otto Wrocklage	Kostenlos
Do, 27.02.2020	16:00 Uhr	<b>Elternabend - Thema:</b> „Unglückliche Prinzen und Prinzessinnen“ mit Ilka Tietze-Jecker (mit Anmeldung)	Hesepe	<b>BRAMSCHE FAMILIENZENTREN</b> professionell	Kostenlos
Fr, 28.02.2020	15:30 - 17:30 Uhr	Gemütliches Zusammensein für Alleinerziehende (mit Anmeldung)	St. Martinus	Sandra Pardieck (Familienervicebüro) Monika Kramer	Kostenlos

**März**

Mi, 04.03.2020	08:30 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> Faszien - das faszinierende Stoffwechsellorgan - Was haben Dein Stoffwechsel, Dein Säure-Basen-Haushalt und Dein Körpergewicht mit Deinen Faszien zu tun? Alle Antworten gibt es im Offenen Café.	St. Martinus	Melanie Manoutcheri	Kostenlos
Fr, 13.03.2020	10:00 - 11:00 Uhr	<b>KURS (8x) Kangatraining</b> - Workout mit Baby in der Tragehilfe - 8 Wochen Kurs (Anmeldung unter: kristina.d@kangatraining.de oder Kita Grüner Brink)	Medi 4 Gesundheitskomplex	Kristina Dahl	89,- €/Kurs
Mo, 16.03.2020	19:00 Uhr	Nähabend: Jeder kann nähen „upcycling- aus Alt mach Neu“	St. Martinus	Ilona van Lil	1,- €/p.P.
Di, 17.03.2020	18:30 Uhr	<b>KURS (4x) - Heilfasten im Frühjahr</b> - Ein Frühjahrsputz der besonderen Art. Ob klassische Heilfasten, Intervallfasten oder Smoothiefasten, wir lernen alles kennen und bringen Deinen Stoffwechsel in Schwung. (4 Termine: 17.03./19.03./24.03./26.03.2020 Anmeldung unter: melaniemanoutcheri@yahoo.de oder 05461/995411)	Grüner Brink	Melanie Manoutcheri	45,- €/Kurs
Di, 24.03.2020	15:00 Uhr	<b>Bastelnachmittag</b> - Thema: Frühlingsbasteln (mit Anmeldung)	Hesepe	Ines Viethmeyer	Kostenlos
Do, 26.03.2020	08:30 - 10:00 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> Was koche ich bloß heute? Tipps und Tricks für die schnelle Küche. „Alles andere außer Fast Food. (mit Anmeldung)	Grüner Brink	Agnes Selders-Adelt	Kostenlos
Do, 26.03.2020	15:00 Uhr	Wie kann Sprache und Wahrnehmung auf dem Wickeltisch gefördert werden? (mit Anmeldung)	Hesepe	Sandra Kämpf	Kostenlos
Do, 26.03.2020	15:30 - 17:00 Uhr	<b>Bewegungsbaustelle</b> für Kinder von 0 - 24 Monaten (mit Anmeldung)	Grüner Brink	Eva Pollee Christina Kurschat	Kostenlos
Do, 26.03.2020	15:30 Uhr	<b>Bastelnachmittag - Thema:</b> „Wir basteln für den Frühling“ (mit Anmeldung)	St. Martinus	Sandra Krecke Sandra Wellinghof-Gärther	Kostenlos
Sa, 28.03.2020	10:00 - 12:00 Uhr	2. Heseper Kleiderbörse (Nummernvergabe ab 28.02.2020)	Hesepe	Hesepe	s. Aushang

**April**

Do, 02.04.2020	15:00 Uhr	<b>Backnachmittag</b> - Thema: Osterbacken (mit Anmeldung)	Hesepe	Mareike Wegmann	Kostenlos
Do, 16.04.2020	08:30-10:00 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> „Geh nie mit einem Fremden mit“	Grüner Brink	Sabine Stein Ulrike Lalmanzik	Kostenlos
Mi, 22.04.2020	15:30 Uhr	<b>Kochen mit Opa Otto - Thema:</b> Blätterteig - mal süß mit Obst und mal pikant (mit Anmeldung)	Hesepe	Otto Wrocklage	Kostenlos
Do, 23.04.2020	15:30 Uhr	<b>Kochnachmittag - Thema:</b> „Was koche ich bloß heute Mittag?“ Schnelle Küche - aber alles außer Fast Food (mit Anmeldung)	St. Martinus	Agnes Selders-Adelt Elisabeth Heyer	Kostenlos

**Mai**

Mo, 04.05.2020	15:00 Uhr	<b>KURS (3x) - pädagogik auf dem Wickeltisch</b>   Kurs im Babytreff Grüner Brink (3 Termine) (mit Anmeldung)	Grüner Brink	Melanie Manoutcheri	Kostenlos
Mi, 13.05.2020	15:30 Uhr	<b>Kochen mit Opa Otto - Thema:</b> „Partyküche“ - Käsesesichter , Hexentrunk und Piratenspieße (mit Anmeldung)	Grüner Brink	Otto Wrocklage	Kostenlos
Do, 14.05.2020	15:00 Uhr	Frau Zunge und Herr Mund laden zu Mundmotorik- und Spracherwerbsspielen ein. Für Kinder von 0-3 Jahren (mit Anmeldung)	Hesepe	Sandra Kämpf	Kostenlos
Sa, 16.05.2020	10:00 Uhr	<b>Papavormittag:</b> Wettspiele mit dem Papa (mit Anmeldung)	St. Martinus	Werner Oenning	5,- €/Papa
Di, 19.05.2020	15:30 - 17:00 Uhr	<b>KURS (4x) Malen</b> - Malen wie große Künstler ( Kinder ab 5 Jahre) (4 Termine: 19.05. / 26.05. / 02.06. / 09.06.2020) (mit Anmeldung)	St. Martinus	Sandra Wellinghof-Gärther Maja Wellinghof	Kostenlos
Di, 19.05.2020	18:30 Uhr	<b>KURS (8x) FAYO</b> - Kombination aus Faszienrollmassage, Dehnübungen und dynamischen Kräftigungsübungen. (8 Termine) (Anmeldung unter: melaniemanoutcheri@yahoo.de oder 05461/995411)	Hesepe	Melanie Manoutcheri	80,- €/Kurs
Do, 28.05.2020	18:30 Uhr	<b>KURS (8x) FAYO</b> - Kombination aus Faszienrollmassage, Dehnübungen und dynamischen Kräftigungsübungen. (8 Termine) (Anmeldung unter: melaniemanoutcheri@yahoo.de oder 05461/995411)	Grüner Brink	Melanie Manoutcheri	80,- €/Kurs

**Juni**

Mi, 17.06.2020	08:30 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> Verletzungen im Kindesalter - Wie kann ich Verletzungen vorbeugen? Was kann ich tun, wenn doch mal etwas schiefgelaufen ist?	St. Martinus	Melanie Manoutcheri	Kostenlos
Mi, 17.06.2020	15:30 Uhr	<b>Kochen mit Opa Otto - Thema:</b> „Pizza Kunterbunt“ (mit Anmeldung)	Hesepe	Otto Wrocklage	Kostenlos
Do, 18.06.2020	08:30 - 10:00 Uhr	<b>Offenes Café - Thema:</b> „Erziehung hier und anderswo“ Was ich schon immer einmal fragen wollte.	Grüner Brink	Sabine Stein	Kostenlos
Fr, 29.05.2020	10:00 - 11:00 Uhr	<b>KURS (8x) Kangatraining</b> - Workout mit Baby in der Tragehilfe - 8 Wochen Kurs (Anmeldung unter: kristina.d@kangatraining.de oder Kita Hesepe)	Medi 4 Gesundheitskomplex	Kristina Dahl	89,- €/Kurs
<b>Juli</b>					
Do, 09.07.2020	08:30 - 10:00 Uhr	Offenes Café - Thema: „Wie entwickelt sich Sprache?“	Grüner Brink	Nadine Krumbek	Kostenlos



Mehr Infos und den aktuellen Veranstaltungskalender als Download unter:

**Ganzheitliche Baby- und Kleinkindsprechstunde**

mit Melanie Manoutcheri (Krankenschwester und Heilpraktikerin)

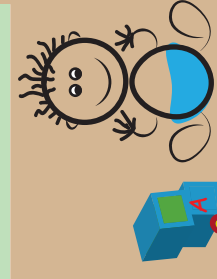
Im Rahmen der **Bundesinitiative Frühe Hilfen** bieten wir die ganzheitliche **Baby- und Kleinkindsprechstunde** an. Sie findet seit dem 6.2.2018, in den 3 Bramscher Familienzentren statt. Dieses Angebot richtet sich an alle Eltern mit kleinen Kindern, die Fragen haben zu Themen wie: Körperpflege, Entwicklungsförderung, Altersgerechte Ernährung, Gesunder Schlaf, Begleitung bei Krankheit, Sinnvolles Spiel und alles was Ihnen noch unter den Nägeln brennt.

**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri im Familienzentrum St. Martinus**  
mittwochs 08:30 - 09:30 Uhr

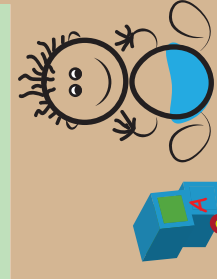
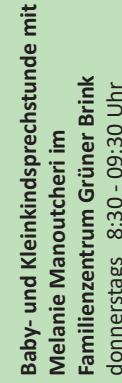
**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri im Familienzentrum Grüner Brink**  
donnerstags 8:30 - 09:30 Uhr



**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri im Familienzentrum Hesepe**  
dienstags 08:00 - 09:00 Uhr



**Baby- und Kleinkindsprechstunde mit Melanie Manoutcheri im Familienzentrum Hesepe**  
dienstags 08:00 - 09:00 Uhr



Dieses Angebot ist für die Eltern kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich!