

# PANAMA

*Städt. Familienzentrum*



## *Angebote*

*September bis Dezember 2019*

  
Amt für Kinder,  
Jugend und Schule

  
Mülheim bildet

Early  
Excellence  
Centre

  
Mülheim  
an der Ruhr  
Stadt am Fluss



**laufende Angebote**  
**September bis Dezember 2019**

**Kinderturnen**

jeweils montags von 10.00 bis 11.30 Uhr  
und dienstags von 14.00 bis 14.45 Uhr

Bewegungsangebot für Kinder des Familienzentrums  
im Bewegungsraum.

*Leitung: Oliver Lenz*

*Kostenfrei! Anmeldung erbeten.*

**Eltern-Kind-Turnen**

jeweils dienstags von 14.45 bis 15.30 Uhr

Bewegungsangebot im Bewegungsraum des  
Familienzentrums für Eltern mit ihren Kindern  
ab 3 Jahren. Bitte bequeme Kleidung anziehen  
und Turnschuhe mitbringen.

*Leitung: Oliver Lenz*

*Kostenfrei! Anmeldung erbeten.*

**Eltern-Kind-Gruppe**

jeweils mittwochs von 11.00 bis 12.30 Uhr

Ein bunter Vormittag im Bewegungsraum des  
Familienzentrums mit spielen, singen und basteln für  
Eltern mit ihren Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren.

*Leitung: Silke Brenzel (Eltern werden – Eltern sein e. V.)*

*Kostenfrei! Anmeldung erbeten.*

**laufende Angebote**  
**September bis Dezember 2019**

**MUT-Café für Frauen**

jeweils donnerstags von 9.15 bis 11.30 Uhr  
im OGS Speiseraum, Eingang FZ Panama

Ein fortlaufendes Sprachprogramm, bei dem Frauen  
ermutigt werden, die deutsche Sprache zu erler-  
nen. Bei einem kleinen Frühstück können Mütter die  
deutsche Sprache üben. Es geht um Erziehungs- und  
Gesundheitsfragen, wie z. B. Impfungen oder allge-  
mein um Fragen des Alltags.

*Leitung: Nuran Brüntgens*

*Kostenfrei! Offenes Angebot ohne Anmeldung.*

**Sprachkurs**

jeweils freitags von 9.30 bis 11.30 Uhr  
im OGS Speiseraum, Eingang FZ Panama

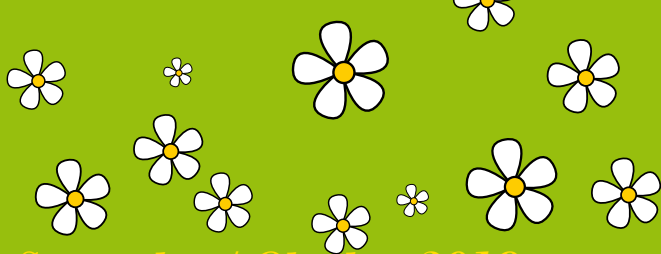
Fortlaufender Deutschkurs für Erwachsene, die die  
deutsche Sprache erlernen möchten. Dieser Kurs ist  
eine gute Vorbereitung für einen Integrationskurs  
und auch geeignet für Menschen, die nicht lesen und  
schreiben können.

*Leitung: Heidemarie Brandt*

*Kostenfrei! Anmeldung kann laufend erfolgen.*

*Teilnehmerzahl begrenzt.*

*Mitzubringen sind ein DIN A4-Heft liniert, ein Bleistift,  
ein Radiergummi und ein Anspitzer.*



**September / Oktober 2019**

### **Elterncafé**

#### **„Die Caritas stellt sich vor“**

Dienstag, 10. September, 14.30 bis 16.00 Uhr

Bei einer Tasse Kaffee oder Tee stellt die Mitarbeiterin der Caritas Sozialdienste e. V. sich und ihre Arbeit vor. Die Eltern haben die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich über das Angebot zu informieren.

*Kostenfrei!*

*Leitung: Jessica Wennemann (Caritas)*

*Anmeldung: bis zum 9.9.2019 im Familienzentrum*

### **Elternfrühstück „Wie können Eltern die Sprachentwicklung ihres Kindes fördern?“**

Dienstag, 8. Oktober, 9.00 bis 11.00 Uhr

Bei einem gemeinsamen Frühstück mit einer Mitarbeiterin der Caritas Sozialdienste e. V. werden mit den Eltern zusammen Themen aus dem Alltag besprochen und Tipps und Anregungen gegeben.

*Kostenfrei!*

*Leitung: Jessica Wennemann (Caritas)*

*Anmeldung: bis zum 7.10.2019 im Familienzentrum*

### **„Hefeigel“ backen für Eltern mit ihren Kindern**

Mittwoch, 9. Oktober, 14.00 bis 16.00 Uhr

Eltern können gemeinsam mit ihren Kindern unter Anleitung einen Igel aus Hefeteig backen.

*Kostenfrei!*

*Leitung: Katrin Schledorn und Petra Slickers*

*Anmeldung: bis zum 4.10.2019 im Familienzentrum*



**Oktober / November 2019**

### **Workshop Nähen: Umhängetasche**

Montag, 28. Oktober und 4. November, jeweils 18.00 bis 21.00 Uhr

An diesen Abenden können die Teilnehmenden für sich oder für ihr Kind unter Anleitung eine Umhängetasche nähen.

Eine Nähanleitung mit Foto und eine Liste der Materialien, die sie benötigen, hängen im Familienzentrum aus. Bitte Stoff, eine Stoffschere und Stecknadeln mitbringen.

*Kostenfrei!*

*Leitung: Andrea Albers*

*Anmeldung: bis zum 23.10.2019 im Familienzentrum*

### **Elterncafé**

#### **„Wie mache ich mein Kind STARK?“**

Dienstag, 12. November, 14.30 bis 16.00 Uhr

Kinder sind heutzutage einem größeren Druck und mehr Belastung ausgesetzt. Aus diesem Grund ist die emotionale Stärkung der Kinder sehr wichtig. Hierzu gibt die Caritas Sozialdienste e. V. Tipps und Informationen.

*Kostenfrei!*

*Leitung: Jessica Wennemann (Caritas)*

*Anmeldung: bis zum 11.11.2019 im Familienzentrum*



**November 2019**

### **„Bewegung ist das Tor zum Lernen“**

Mittwoch, 20. November, 19.00 bis 20.30 Uhr

Was hat das Schaukeln mit dem Schreiben, was hat das Rückwärtsgehen mit dem Rechnen zu tun? Die Ev. Familienbildungsstätte gibt Informationen und Tipps rund um den Zusammenhang von Bewegung und Lernen und Anregungen, wie das Kind darin unterstützt werden kann.

*Leitung: Carola Budde (Ev. Familienbildungsstätte):  
Erzieherin, Gymnastiklehrerin, Fortbildung Sensorische Integration*

*Kostenfrei!*

*Anmeldung: bis zum 15.11.2019 im Familienzentrum*

### **Weihnachtlicher Bastelnachmittag für Eltern und/oder Großeltern mit ihren Kindern**

Mittwoch, 27. November, 16.00 bis 18.00 Uhr

Treffen zu einem gemütlichen Bastelnachmittag, um Weihnachtsdekoration zu gestalten und zu basteln.

*Kostenfrei!*

*Leitung: Mitarbeitende des Familienzentrums*

*Anmeldung: bis zum 22.11.2019 im Familienzentrum*



**Dezember 2019**

### **Elternfrühstück**

#### **„Wie lebe ich Regeln und Grenzen?“**

Dienstag, 10. Dezember, 9.00 bis 11.00 Uhr

Bei einem gemeinsamen Frühstück mit einer Mitarbeiterin der Caritas Sozialdienste e.V. wird sie den Eltern Tipps und Anregungen rund um das Thema geben.

*Kostenfrei!*

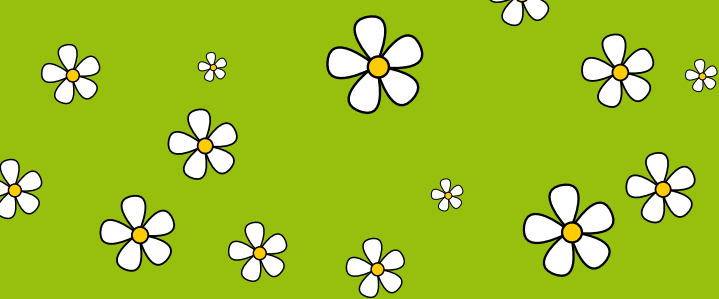
*Leitung: Jessica Wennemann (Caritas)*

*Anmeldung: bis zum 9.12.2019 im Familienzentrum*



### **Weihnachtschließzeit!**

Vom 24. Dezember 2019  
bis einschließlich 1. Januar 2020  
bleibt das Familienzentrum  
geschlossen.



## *Öffnungszeiten*

Montag bis Freitag

7.00 bis 16.30 Uhr

Anmeldungen sind jederzeit möglich;  
Informations- oder Aufnahmegespräche nach  
telefonischer Terminabsprache.

## *Kontakt*

Städt. Familienzentrum Panama

Christina Kamburg (Leiterin)

Nordstraße 85

45475 Mülheim an der Ruhr

☎ 0208 / 76 69 12

@ [kita.panama@muelheim-ruhr.de](mailto:kita.panama@muelheim-ruhr.de)

Die Familienzentren der Stadt Mülheim an der Ruhr kooperieren zum Thema  
Tagespflege mit der städtischen Servicestelle für Betreuungsangebote.

## *Kooperationspartner*

Caritas Sozialdienste e.V. • Erich-Kästner-Schule / OGS • Grund-  
schulen im Stadtteil • Gesundheitsamt der Stadt Mülheim an der Ruhr  
• Servicestelle für Betreuungsangebote der Stadt Mülheim an der  
Ruhr • Kommunales Integrationszentrum Mülheim an der Ruhr • So-  
zialpädiatrische Zentren • Familienzentren der Stadt Mülheim an der  
Ruhr • Frühförderstelle der Stadt Mülheim an der Ruhr • Mülheimer  
Sportbund e.V. (MSB) • Kommunaler Sozialer Dienst • Kinderärzte in  
Mülheim • Stadtteilbücherei der Stadt Mülheim an der Ruhr • Sport-  
vereine im Stadtteil • Lernwerkstatt Natur • Familienbildungswerk  
Eltern werden – Eltern sein e.V. • Bildungsnetzwerk Eppinghofen