

# familien-merkbzettel

## Mai | 2018

## ost (nord)

Familienfreundlichkeit sichtbar machen!

Als unabhängige Servicestelle für Familien haben wir für Sie in diesem Monat einige Angebote ausgewählt.

Weitere Angebote zur Unterstützung und Entlastung im Alltag:

[www.familiennetz-bremen.de](http://www.familiennetz-bremen.de)

### Familiientag

- › verschiedene Aktionen
- › Tierführungen

Di. 1.5./ab 11 Uhr  
18,00/36,00 Euro (Familientickets)  
botanika  
Tel. 0421. 427 066 65

### Selbstverteidigung

- › für Mädchen (8–12 Jahre)
- › Kurs

So. 6.5./11–15 Uhr  
8,00 €/Anmeldung  
VHS Ost  
Tel. 0421. 361 35 66

### Bewerbung und Lebenslauf

- › für Frauen
- › PC-Kurs

ab Mo. 7.5./9.30 – 12 Uhr  
kostenlos, 3 Termine/Anmeldung  
Mütterzentrum Vahr  
Tel. 0421. 467 38 59

### Trauertreff

- › für junge Erwachsene (18–30 Jahre)
- › Gespräche, Austausch

Termine erfragen  
kostenlos/Anmeldung  
Trauerland e.V.  
Tel. 0421. 69 66 72 80

## familiennetz bremen

Faulenstraße 31-35  
28195 Bremen  
Telefon 0421-790 89 18

Die Senatorin für Soziales,  
Jugend, Frauen, Integration  
und Sport



Freie  
Hansestadt  
Bremen



# mai | 2018

## Musik machen

- › für Jugendliche
- › im Tonstudio

jeden Fr./17 – 20 Uhr  
kostenlos/Anmeldung  
Bürgerzentrum Vahr  
Tel. 0421. 436 73 33

## Altwerden, wie es mir gefällt

- › für Ältere
- › Tagesseminar

Sa. 19.5./10 – 17 Uhr  
25,00 €/Anmeldung  
Evangelisches Bildungswerk  
Tel. 0421. 346 15 35

## Großeltern und Enkelkinder

- › Gruppenangebot
- › spielen, sich austauschen

jeden Do./15 – 16.30 Uhr  
kostenlos/Anmeldung  
Haus der Familie Horn-Lehe  
Tel. 0421. 257 48 38

## Aquafit und Aquarelax

- › für Schwangere
- › Fitness im Wasser

ab Mi. 23.5./Uhrzeiten erfragen  
80,00 €, 6 Termine/Anmeldung  
Elternschule St. Joseph-Stift  
Tel. 0421. 347 13 85

## Hausaufgabenhilfe

- › für Schüler\*innen
- › verschiedene Fächer

Mo. und Mi./16 – 17.30 Uhr  
kostenlos/Anmeldung  
Haus der Familie Vahr  
Tel. 0421. 46 02 17 17

## DELFI-Kurse

- › für Eltern mit Babys
- › Entwicklung, Spielen, Austausch

Termine erfragen  
Kosten erfragen/Anmeldung  
Frühförderzentrum Mitte und Ost  
Tel. 0421. 376 883 0

... und noch viel mehr unter: [www.familiennetz-bremen.de](http://www.familiennetz-bremen.de)