

Проведите время со своим ребенком — без мобильного телефона

Чтобы вырастить здорового ребенка. Чтобы построить хорошие отношения с ребенком.



Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration

Freie
Hansestadt
Bremen

Bundesstiftung
Frühe Hilfen



Gefördert von:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Проведите время со своим ребенком — без мобильного телефона

Молодые люди в среднем смотрят в свой смартфон 85 раз в день, ведь мобильный телефон - это средство связи с внешним миром. **Только дети этого вовсе не понимают.**

Отсутствие мобильного телефона дает нам возможность для установления связи со своим ребенком. В этом случае ему достается все наше внимание. **А это очень важно для правильного развития и воспитания ребенка.**



Всему свое время. Поэтому мы рекомендуем:

- Не пользуйтесь мобильным телефоном во время кормления грудью, приема пищи, игры и т.д.
- Установите для себя время пользования телефоном, например пока ребенок спит.
- Ну а если вы не можете устоять перед соблазном посмотреть «всего лишь разок», тогда переведите телефон в беззвучный режим, оставьте его в другой комнате или вовсе выключите.



Ребенок понимает: Мои родители полностью в моем распоряжении.

А мы всегда готовы помочь семьям. На обратной стороне флаера указаны адреса координационных центров по оказанию ранней помощи в Бремене и Бремерхафене. Здесь вы найдете ответы на любые волнующие вас вопросы.



Есть вопросы? Есть вопросы? Мы помогаем семьям в Бремене.

➤ Консультационный центр для детей младшего возраста Развитие Запад

Gröpelinger Heerstraße 289 · 28239 Bremen

Тел.: 0421 39 09 92 46

Эл. почта: fruehberatung.west@caritas-bremen.de

➤ Консультационный центр по вопросам раннего развития в районе Хемелинген

Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus

Hinter den Ellern 1a · 28309 Bremen

Тел.: 0421 361 16603

Эл. почта: fruehberatung.hemelingen@afsd.bremen.de

➤ Консультационный центр по вопросам раннего развития в центральной части

Faulenstraße 22 · 28195 Bremen

Тел.: 0172 190 90 02 (mobile)

Эл. почта: fruehberatung.mitte@drk-bremen.de

➤ Консультационный центр по вопросам раннего развития в северной части

Haus der Zukunft

Lüssumer Heide 6 · 28777 Bremen

Тел.: 0421 69 00 91 46

Эл. почта: fruehberatung.bremen-nord@web.de

➤ Консультационный центр по вопросам раннего развития в восточной части

Schwachhauser Heerstraße 293 · 28211 Bremen

Тел.: 0421 699 099 05

Эл. почта: fruehberatung.ost@petriundeichen.de

➤ Консультационный центр по вопросам раннего развития в южной части

Quartierszentrum Huckelriede

Niedersachsendamm 20a · 28201 Bremen

Тел.: 0421 59 712 460

Эл. почта: fruehberatung-bremen-sued@sos-kinderdorf.de

Консультационный центр по вопросам раннего развития и воспитания детей в южной части

Große Sortillienstraße 2-18 · 28199 Bremen

Тел.: 0421 361 13959

Эл. почта: Erziehungsberatungsstelle-sued@afsd.bremen.de

➤ Сеть служб ранней помощи

Тел.: 0421 361 19722

Эл. почта: claudia.tiedemann@afsd.bremen.de

Тел.: 0421 361 79809

Эл. почта: sarah.regelien@gesundheitsamt.bremen.de

Есть вопросы? Есть вопросы? Мы помогаем семьям в Бремерхафене.

➤ **Консультирование по вопросам семьи и укрепления здоровья детей раннего возраста:**

familie_kind_gesundheit

Эл. почта: beratungsstellen.gesundheitsamt@magistrat.bremerhaven.de

➤ **Консультационный центр в северной части**

Bremerhaven-Leherheide

Hans-Böckler-Straße 36f · 27578 Bremerhaven

Тел.: 0471 66 128

➤ **Консультационный центр в центральной части**

Bremerhaven-Lehe

Lutherstraße 7 (в «Theo») · 27576 Bremerhaven

Тел.: 0471 52 133

➤ **Консультационный центр в южной части**

Bremerhaven-Geestemünde

Voßstraße 41 · 27570 Bremerhaven

Тел.: 0471 38 633

➤ **Сеть служб ранней помощи**

Тел.: 0471 590 3096 или 0152 08 99 5770

Эл. почта: Fruehe.Hilfen@magistrat.bremerhaven.de

Круглосуточно для всех:



Служба экстренной помощи для детей и молодежи

Тел.: 0421 6 99 11 33 (Бремен)

Тел.: 0471 30 87 222 (Бремерхафен)

Читать дополнительную информацию и данный флаер на других языках:



familiennetz-bremen.de



familienportal.bremerhaven.de