



## Serdeczne gratulacje z okazji narodzin Waszego dziecka! Witamy w Bremie!

Bycie rodzicem jest bardzo piękne. Fascynujące jest wspólne przeżywanie, jak rozwijają się dzieci. Cóż to za wspaniałe chwile, kiedy Wasze dziecko po raz pierwszy się uśmiechnie, kiedy wypowiada pierwsze słowa, zaczyna biegać i odkrywa świat! Jak jednak w każdym nowym okresie życia, pojawia się również mnóstwo pytań. Na parę najważniejszych z nich – właśnie dla pierwszego okresu po narodzinach – pragniemy spróbować tu odpowiedzieć.

- Czy w Bremie istnieje niezależna placówka informacyjna dla rodziców – poruszająca wszystkie pytania i kwestie dotyczące rodziny?
- Gdzie znajdziemy najważniejsze rady, wskazówki, informacje i oferty zaraz po urodzeniu dziecka?
- Do kogo możemy się zwrócić, jeśli martwimy się o nasze niemowlę?
- Co możemy zrobić, żeby nasze dziecko zdrowo się rozwijało?
- U kogo możemy zasięgnąć porady w kwestiach dotyczących wychowania?
- Do kogo możemy zwrócić się w Urzędzie ds. Młodzieży, jeśli potrzebujemy porady lub wsparcia w kwestiach wychowawczych, partnerskich albo dotyczących prawa do opieki?
- Jak wygląda kwestia zasiłku na dzieci i innych świadczeń?
- Gdzie znajdziemy miejsca spotkań dla młodych rodzin?
- Jak znajdziemy opiekunkę/opiekuna, punkt opieki i zabawy lub żłobek dla naszego dziecka?
- Gdzie w naszym sąsiedztwie znajdziemy dobre możliwości do zabawy?
- Gdzie znajdziemy oferty spędzenia czasu wolnego dla całej rodziny?
- Gdzie w mieście znajdę miejsca do karmienia lub przewijania dziecka?
- Czy w naszym sąsiedztwie jest lekarz dziecięcy?



## *Czy istnieje placówka informacyjna dla rodziców – poruszająca wszystkie pytania i kwestie dotyczące rodziny?*

### **Familiennetz Bremen**

Niezależny serwis informacyjny familiennetz bremen jest otwarty i bezpłatny dla wszystkim matek i ojców.

Zadzwoń! familiennetz chętnie Ci pomoże.

**Tel. (0421) 790 89 18**

**E-Mail: [info@familiennetz-bremen.de](mailto:info@familiennetz-bremen.de)**

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

## *Gdzie znajdziemy rady, wskazówki, informacje i oferty zaraz po urodzeniu dziecka?*

### **Szkoły dla rodziców**

Wszystkie kliniki i szpitale położnicze w Bremie prowadzą tak zwane szkoły dla rodziców. Oferta szkół dla rodziców jest obszerna i zawiera wiele propozycji dla młodych rodzin:

- **panele i spotkania informacyjne**  
na przykład poruszające temat pielęgnacji niemowlęcia, odżywiania, karmienia piersią, szczepień, rozwoju dziecka w 1 roku życia
  - **kursy i inne oferty dla grup**  
na przykład gimnastyka z niemowlęciem, masaż niemowlaka, pływanie, wspieranie rozwoju dziecka
  - **konsultacje z położną**
  - **kawiarnia Mama – Tata – Ja**
  - **i wiele innych propozycji.**
- 
- **Szkoła dla rodziców przy Klinice Brema Północ / Elternschule am Klinikum Bremen-Nord**, Hammersbecker Straße 228  
Tel. (0421) 6606-1553  
[www.klinikum-bremen-nord.de](http://www.klinikum-bremen-nord.de)
  - **Szkoła dla rodziców przy Klinice Brema Centrum / Elternschule am Klinikum Bremen-Mitte**, St.-Jürgen-Straße 1  
Tel. (0421) 497-3925  
[www.geburtshilfe-bremen.de](http://www.geburtshilfe-bremen.de)
  - **Szkoła dla rodziców przy Klinice Links der Weser / Elternschule am Klinikum Links der Weser**, Senator-Weßling-Straße 1  
Tel. (0421) 879-1777  
[www.klinikum-bremen-ldw.de](http://www.klinikum-bremen-ldw.de)





- **Ogród dla rodziców przy Diako**

**Elterngarten am Diako**, Gröpelinger Heerstraße 406/408

Tel. (0421) 6102-2101

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

- **Szkoła dla rodziców przy Fundacji św. Józefa /**

**Elternschule am St. Joseph Stift**, Schwachhauser Heerstraße 54

Tel. (0421) 347-1388 oder 347-1385

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

## Położne

Położne towarzyszą mamom nie tylko w całym okresie ciąży i podczas porodu, ale również podczas pierwszych 8 tygodni po rozwiązaniu – a jeśli to konieczne z medycznego punktu widzenia – jeszcze dłużej. Udzielają porad dotyczących karmienia piersią nawet do końca okresu karmienia.

Koszty pomocy położnych przejmują ustawowe Kasy Chorych.

W przypadku ubezpieczeń prywatnych zasięgnij informacji o przysługujących Ci świadczeniach w swoim prywatnym zakładzie ubezpieczeń.

Więcej informacji oraz wykaz położnych działających w Twoim regionie znajdziesz w: Stowarzyszenie Położnych w Bremie / Hebammen Landesverband Bremen e.V.

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

## Położne rodzinne Urzędu Zdrowia

Położne rodzinne Urzędu Zdrowia wspierają Cię w pierwszym roku życia Twojego dziecka we wszystkich kwestiach dotyczących niemowlęcia: żywienia, opieki, chorób, wspierania rozwoju, w kwestiach finansowych, dotyczących sytuacji rodzinnej oraz w pozostałych ofertach pomocy.

Na Twoje życzenie położne rodzinne odwiedzą Cię również u Ciebie w domu.

Towarzyszą Ci też w kontakcie z instytucjami medycznymi i socjalnymi. Prowadzą poza tym konsultacje w Domach Rodzin oraz w placówkach wczesnego wsparcia i doradztwa.

Korzystanie z usług położnych rodzinnych jest bezpłatne.

**Urząd Zdrowia w Bremie / Gesundheitsamt Bremen**, Horner Straße 60-70,

Tel. (0421) 361-15245

Godziny przyjęć: poniedziałek, środa, czwartek, piątek: godz. 9 – 12, wtorek: godz. 9 – 10

E-Mail: [hebammen@Gesundheitsamt.Bremen.de](mailto:hebammen@Gesundheitsamt.Bremen.de)

## Wsparcie położnych rodzinnych w ramach projektu Pro Kind (Niemiecki Czerwony Krzyż)

Jeżeli znajdujesz się w trudnej sytuacji, położne rodzinne Niemieckiego Czerwonego Krzyża towarzyszą Ci w całym okresie ciąży i w trakcie rozwoju Twojego dziecka aż do drugiego roku życia dziecka.



## Jeśli martwimy się o nasze niemowlę...

### Placówki wczesnego wsparcia i doradztwa

Jeśli zadajesz sobie pytanie, czy z Twoim malutkim dzieckiem wszystko jest w porządku – lub niepokoisz się, czy prawidłowo się rozwija – lub jeśli chcesz mieć kontakt z innymi rodzicami i wymieniać się z nimi swoimi doświadczeniami – lub potrzebujesz wsparcia i szukasz odpowiedzi, jak sprawić, by dzień codzienny w rodzinie przebiegał bez stresu, zadzwoń do placówki wczesnego wsparcia i doradztwa. Ustal termin spotkania! Konsultacje są poufne i bezpłatne.

- **Brema Zachód / Bremen-West**

Placówka wczesnego wsparcia i doradztwa Gröpelingen /  
Frühberatungsstelle Gröpelingen, Gröpelinger Heerstraße 289  
Tel. (0421) 39 09 92 46  
E-Mail: fruehberatung.groepelingen@caritas-bremen.de

- **Brema Wschód / Bremen-Ost**

Placówka wczesnego wsparcia i doradztwa Hemelingen /  
Frühberatungsstelle Hemelingen, Hinter den Ellern 1a  
Tel. (0421) 361-16603  
E-Mail: fruehberatung.hemelingen@afsd.bremen.de

- **Brema Północ / Bremen-Nord**

Placówka wczesnego wsparcia i doradztwa Brema Północ /  
Frühberatungsstelle Bremen-Nord, Lüssumer Heide 6  
Tel. (0421) 690 091 46  
E-Mail: fruehberatung.bremen-nord@web.de

- **Brema Południe / Bremen-Süd**

Placówka wczesnego wsparcia i doradztwa Południe /  
Frühberatungsstelle Süd: Friedrich-Ebert-Straße 101 (przy Centrum Matki SOS)  
E-Mail: ulrike.glingener@sos-kinderdorf.de  
Tel. 0176 126 061 41  
Große Sortillienstraße 2-18 (przy Placówce Doradztwa Wychowawczego Urzędu ds. Służb  
Socjalnych / Erziehungsberatungsstelle Süd)  
Tel. (0421) 361-79938  
E-Mail: gundela.oldenburg@afsd.bremen.de

- **Brema Centrum / Bremen-Mitte**

Placówka wczesnego wsparcia i doradztwa Centrum /  
Frühberatungsstelle Mitte, Bahnhofstraße 32  
Tel. (0421) 960365-15  
E-Mail: fruehberatung.mitte@drk-bremen.de





## Placówki wczesnego wspierania rozwoju dziecka

Jeśli Twoje dziecko nie rozwija się tak jak jego rówieśnicy lub jeśli jest niepełnosprawne, to należy zadbać o to, by jego rozwój był możliwie jak najwcześniej i jak najobszerniej wspierany i stymulowany. W pierwszej kolejności porozmawiaj o tym z Twoim pediatrą. Możesz też skorzystać z konsultacji w placówce wczesnego wspierania rozwoju dziecka. W takiej placówce pracują lekarze, psychoterapeuci, pedagogzy-terapeuci i inni specjaliści, którzy współdziałają ze sobą tworząc jeden zespół. Dzięki temu rozwój Twojego dziecka może być wspierany i stymulowany od narodzin aż do czasu pójścia do szkoły w bardzo szerokim zakresie. Zadzwoń i ustal termin spotkania!

- **Interdyscyplinarna placówka wczesnego wsparcia rozwoju dziecka Kościoła Ewangelickiego w Bremie / Interdisziplinäre Frühförderstelle der Brem. Ev. Kirche**  
Geschwister-Scholl-Straße 136 (Vahr)  
Tel. (0421) 37 68 83-10
- **Interdyscyplinarna placówka wczesnego wsparcia rozwoju dziecka Niemieckiego Czerwonego Krzyża / Interdisziplinäre Frühförderstelle des DRK**  
Wachmannstraße 9 (Schwachhausen)  
Tel. (0421) 34 03-207  
**Jednostka terenowa**  
Bürgerhaus Gemeinschaftszentrum Obervieland, Alfred-Faust-Straße 4  
Tel. (0421) 3403-207, 696 968 53
- **Interdyscyplinarna placówka wczesnego wsparcia rozwoju dziecka Hans-Wendt-Stiftung / Interdisziplinäre Frühförderstelle der Hans-Wendt-Stiftung**  
Tidemanstraße 24 (Vegesack)  
Tel. (0421) 62 67 09-74
- **Interdyscyplinarna placówka wczesnego wsparcia rozwoju dziecka Lebenshilfe Bremen e.V. / Interdisziplinäre Frühförderstelle der Lebenshilfe Bremen e.V.**  
Landwehrstraße 99 (Walle)  
Tel. (0421) 22 21 20
- **Interdyscyplinarna placówka wczesnego wsparcia rozwoju dziecka Föhrenstraße von Conpart e.V. / Interdisziplinäre Frühförderstelle Föhrenstraße von Conpart e.V.**  
Föhrenstraße 45/47 (Przedmieście Wschodnie / Östliche Vorstadt)  
Tel. (0421) 70 74 70
- **Interdyscyplinarna placówka wczesnego wsparcia rozwoju dziecka AWO / Interdisziplinäre Frühförderstelle der AWO**  
Am Wall 113 (Brema Centrum / Bremen-Mitte)  
Tel. (0421) 33 77 170

Ważne informacje na temat wczesnego wsparcia rozwoju dziecka znajdziesz na stronie internetowej Pani Senator ds. Społecznych, Dzieci, Młodzieży i Kobiet: [www.soziales.bremen.de](http://www.soziales.bremen.de) -> Junge Menschen -> Interdisziplinäre Frühförderung



## Jeśli chodzi o zdrowie naszego małego dziecka,...

### Badania profilaktyczne dzieci

Tego rodzicom nie wolno przeoczyć: badania profilaktyczne dzieci!

Wszystkie dzieci w Niemczech objęte są łącznie 11 badaniami profilaktycznymi.

Jest to **11 szans na zdrowy rozwój i dorastanie Twojego dziecka!**

Badania profilaktyczne są bezpłatne. Są przeprowadzane przez pediatrę Twojego dziecka. (adresy gabinetów pediatrycznych w Bremie znajdziesz na końcu tej informacji)

Urząd Zdrowia w Bremie wysłała do rodziców listy przypominające o następnym badaniu profilaktycznym dziecka. Dotyczy to badań profilaktycznych 4 do 9 (U4 do U9).

Dzięki temu badanie nie ominie Twojego dziecka!

Jeżeli chcesz uzyskać więcej informacji:

**Urząd Zdrowia w Bremie / Gesundheitsamt Bremen**, Horner Straße 60-70,

Tel. (0421) 361-19 620 lub 361-10 054.

E-Mail: [EinladendeStelle@gesundheitsamt.bremen.de](mailto:EinladendeStelle@gesundheitsamt.bremen.de)

### Lista telefonów alarmowych

Listę telefonów alarmowych (np. pomoc pediatryczna świąteczna i w nagłych wypadkach, pomoc w zatruciach, pomoc w nagłych wypadkach dzieci i młodzieży i wiele innych ważnych numerów telefonów) znajdziesz na kartach informacyjnych Familiennetz Bremen (zobacz małą zieloną mapkę).

Pomoc w nagłych wypadkach dla dzieci i młodzieży możesz wezwać przez całą dobę pod numerem telefonu **(0421) 6 99 11 33**

## U kogo mogę zasięgnąć porady w kwestiach dotyczących wychowania?

W Bremie działają cztery centralne placówki doradztwa w zakresie wychowania. Zadzwoń i umów się na spotkanie.

- **Centrum pomocy społecznej Północ / Sozialzentrum Nord**, Am Sedanplatz 7  
Tel. (0421) 361-7800
- **Centrum pomocy społecznej Gröpelingen/Walle / Sozialzentrum Gröpelingen/Walle**, Hans-Böckler-Straße 9  
Tel. (0421) 361-8365
- **Centrum pomocy społecznej Południe / Sozialzentrum Süd**, Große Sortillienstraße 2-18  
Tel. (0421) 361-79940
- **Centrum pomocy społecznej Vahr/Schwachhausen/Horn-Lehe / Sozialzentrum Vahr/Schwachhausen/Horn-Lehe**, Wilhelm-Leuschner-Straße 27  
Tel. (0421) 361-3405





## *Do kogo możemy zwrócić się w Urzędzie ds. Młodzieży, jeśli potrzebujemy porady lub wsparcia w kwestiach wychowawczych, partnerskich albo dotyczących prawa do opieki?*

- **Centrum pomocy społecznej Północ / Sozialzentrum Nord**, Am Sedanplatz 7  
Tel. (0421) 361-79800
- **Centrum pomocy społecznej Gröpelingen/Walle / Sozialzentrum Gröpelingen/Walle**, Hans-Böckler-Straße 9  
Tel. (0421) 361-16892
- **Centrum pomocy społecznej Centrum/Przedmieście Wschodnie / Sozialzentrum Mitte/Östliche Vorstadt/Findorff**, Rembertiring 39  
Tel. (0421) 361-18444
- **Centrum pomocy społecznej Południe / Sozialzentrum Süd**, Große Sortillienstraße 2-18  
Tel. (0421) 361-79900
- **Centrum pomocy społecznej Vahr/Schwachhausen/Horn-Lehe / Sozialzentrum Vahr/Schwachhausen/Horn-Lehe**, Wilhelm-Leuschner-Straße 27  
Tel. (0421) 361-19500
- **Centrum pomocy społecznej Hemelingen/Osterholz / Sozialzentrum Hemelingen/Osterholz**, Pfalzburger Straße 69a  
Tel. (0421) 361-3976

## *Jeśli chodzi o pieniądze...*

### **Zasiłek rodzicielski/urlop rodzicielski – wychowawczy/ zasiłek opiekuńczy**

Zwróć się do placówki ds. zasiłków rodzicielskich / Elterngeldstelle, Hans-Böckler-Straße 9  
Tel. (0421) 361-94300 (połączenie poprzez placówkę Urzędu ds. Służb Socjalnych)

### **Zasiłek rodzinny (na dzieci)/ dodatek na dzieci**

Zwróć się do Kasy Rodzinnej / Familienkasse, Doventorsteinweg 48-52  
Tel. 0800 4555530

### **Zasiłek alimentacyjny dla nieletnich**

**Centrum pomocy społecznej Północ / Sozialzentrum Nord**, Am Sedanplatz 7  
Tel. (0421) 361-79800

**Centrum pomocy społecznej Gröpelingen/Walle / Sozialzentrum Gröpelingen/Walle**, Hans-Böckler-Straße 9  
Tel (0421) 361-8430

**Centrum pomocy społecznej Południe / Sozialzentrum Süd**, Große Sortillienstraße 2-18  
Tel. (0421) 361-79958

**Centrum pomocy społecznej Vahr/Schwachhausen/Horn-Lehe / Sozialzentrum Vahr/Schwachhausen/Horn-Lehe**, Wilhelm-Leuschner-Straße 27  
Tel. (0421) 361-19500



## Gdzie znajdę miejsca spotkań oraz oferty dla nas jako rodziców lub dla całej rodziny?

W Bremie funkcjonuje 11 Domów Rodziny i 6 Centrów dla Matek oferujących wiele ciekawych propozycji dla rodziców, mam, ojców, dzieci lub dla całej rodziny.

Wiele ofert jest bezpłatnych.

W przypadku niektórych oferowana jest również opieka nad dziećmi.

Po prostu wstąp i zapoznaj się z ofertą!

Oferowane są:

- **panele i spotkania informacyjne**  
przykładowo na temat: Moje dziecko w 1 roku życia, wczesne wsparcie rozwoju dziecka, Co dobrze wpływa na moje dziecko
- **kursy i oferty dla grup skierowane do matek, ojców lub obojga rodziców**  
na przykład: kursy dotyczące kwestii wychowania, spotkania rodziców, grupy dyskusyjne dla mam, ojców lub rodziców, trening rodzicielski
- **doradztwo dla rodziców**  
na przykład: porady położnych, porady dotyczące zasiłków rodzicielskich, porady dotyczące kwestii wychowawczych
- **Grupy Rodzice-Dziecko**  
na przykład: grupy PEKiP, popołudnia z zabawą
- **kawiarnie dla rodziców lub kawiarnie dla rodziców i dzieci**

Również domy społeczne, Niemiecki Czerwony Krzyż, Stowarzyszenie Ochrony Dzieci / Kinderschutzbund, placówki pomocy Lebenshilfe, ProFamilia, ośrodki kształcenia i inne placówki oferują po części podobne imprezy i spotkania. Zasięgnij informacji bezpośrednio w tych placówkach lub odwiedź ich strony internetowe, gdzie znajdziesz takie informacje.

### Domy Rodzin

- **Dom Rodziny – Centrum Rodziny Bockhorn / Haus der Familie – Familienzentrums Bockhorn**, Pürschweg 9  
Tel. (0421) 60 14 88
- **Dom Rodziny – Hemelingen – w Centrum Rodziny MOBILE / Haus der Familie – Hemelingen** – im Familienzentrums MOBILE, Hinter den Ellern 1a  
Tel. (0421) 361-16 601
- **Dom Rodziny – Horn-Lehe / Haus der Familie – Horn-Lehe**,  
Am Lehester Deich 17 (niebieski budynek)  
Tel. (0421) 257 48 38
- **Dom Rodziny – Huchting / Haus der Familie – Huchting**, Robinsbalje 12  
Tel. (0421) 361-99 22
- **Dom Rodziny – Lüssum / Haus der Familie – Lüssum**, Lüssumer Heide 6  
Tel. (0421) 361-79 292
- **Dom Rodziny - Centrum / Haus der Familie – Mitte**, Fehrfeld 7  
Tel. (0421) 70 39 37







- **Dom Rodziny – Obervieland / Haus der Familie – Obervieland**, Eichelnkämpe 11, Tel. (0421) 361-33 85
- **Dom Rodziny – Tenever / Haus der Familie – Tenever**, Pirmasenser Straße 24/26  
Tel. (0421) 42 15 62
- **Dom Rodziny – Vahr / Haus der Familie – Vahr**, August-Bebel-Allee 284  
Tel. (0421) 69 64 87 00
- **Dom Rodziny – Vegesack / Haus der Familie – Vegesack**, Aumunder Heerweg 89  
Tel. (0421) 361-77 70
- **Dom Rodziny – Walle / Haus der Familie – Walle**, Dünenstraße 2-4  
Tel. (0421) 361-82 84, 361-8198

### Centra matki

- **Centrum matki Huchting e.V. / Mütterzentrum Huchting e.V.**, Amersfoorter Straße 8  
Tel. (0421) 58 92 00
- **Centrum matki Osterholz-Tenever e.V. / Mütterzentrum Osterholz-Tenever e.V.**, Neuwieder Straße 17  
Tel. (0421) 40 98 895
- **Centrum matki Vahr e.V. / Mütterzentrum Vahr e.V.**, Kurt-Schumacher-Allee 65  
Tel. (0421) 467 38 59
- **Centrum matki SOS (Neustadt) / SOS-Mütterzentrum (Neustadt)**, Friedrich-Ebert-Straße 101  
Tel. (0421) 59 71 230
- **Centrum matki Blockdiek / Mütterzentrum Blockdiek**, Kölner Straße 2  
Tel. (0421) 69 668 300
- **Centrum matki Blumenthal / Mütterzentrum Blumenthal**, Heidbleek 10  
Tel. (0421) 60 09 559

## *Jak znajdziemy opiekunkę/opiekuna, punkt opieki i zabawy lub żłobek dla naszego dziecka?*

### Kompas opieki nad dzieckiem

Na stronie internetowej [www.kinderbetreuungskompass.de](http://www.kinderbetreuungskompass.de) znajdziesz wszystkie ważne informacje na temat opieki nad dzieckiem w grupach i punktach opieki i zabawy, żłobkach, punktach żłobkowych lub u opiekunek lub opiekunów.

- Gdzie znajdują się grupy, punkty opieki i zabawy, żłobki, punkty żłobkowe w naszej dzielnicy miasta?
- Czy przyjmują one dzieci poniżej trzeciego roku życia?
- Kto pomoże nam znaleźć certyfikowaną opiekunkę lub certyfikowanego opiekuna?
- Jak przebiega zgłoszenie?
- Czy informacje dostępne są również w innych językach?



## *Gdzie w naszym sąsiedztwie znajdziemy place zabaw / możliwości do zabawy?*

### **Rodzinny plan miasta**

Zajrzyj na rodzinny plan miasta pod adresem poniżej:

[www.bremer-familienstadtplan.de](http://www.bremer-familienstadtplan.de)

### **SpielLandschaftStadt e.V.**

Poszukaj na stronie internetowej Towarzystwa SpielLandschaftStadt e.V.:

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

## *Gdzie znajdziemy oferty spędzenia czasu wolnego dla całej rodziny?*

### **Aktualne oferty imprez**

Poza ofertami imprez i spędzenia czasu wolnego w Domach Rodzin i Centrach Matki oraz w wielu innych miejscach w Bremie, aktualne propozycje dla całej rodziny znajdziesz w niższej podanych gazetach lub w Internecie:

### **Kinderzeit**

Gazeta wydawana bezpłatnie w wielu punktach w Bremie.

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

### **Kinderpassage**

Gazeta wydawana bezpłatnie w wielu punktach w Bremie.





[www.kinderpassage.de](http://www.kinderpassage.de)










## Gdzie w mieście znajdę miejsca do karmienia lub przewijania dziecka?

Jeśli jesteś w mieście ze swoim niemowlęciem lub małym dzieckiem, to może zdarzyć się, że będziesz potrzebować – czego najczęściej nie da się zaplanować – miejsca do nakarmienia dziecka lub zmiany pieluszki. Specjalnie dla Ciebie sporządziliśmy listę takich miejsc.

-  = możliwość przewinięcia dziecka
-  = pomieszczenie do przewijania dziecka
-  = pomieszczenie do przewijania dziecka, możliwość wygodnego karmienia
-  = pomieszczenie do przewijania i karmienia dziecka

-  Babyfachmarkt Babyone (Hans-Bredow-Straße 51)
-  Krankenhaus St. Joseph-Stift / Szpital Fundacja św. Józefa
-  Misja dworcowa Brema (pokój do odpoczynku)
-  Brebau (Schlachte 12-13)
-  Bremer Geschichtenhaus / Bremeński Dom Historii (Wüstestätte 10)
-  Café Classico (Am Markt 17/18)
-  Café Stecker (Knochenhauerstraße 14)
-  CinemaxX (Breitenweg 27)
-  dm Drogeriemarkt
-  Kaufhof (Hutfilterstraße 12-14)
-  Hilton (Böttcherstraße 2)
-  Kaffeemühle am Wall (Am Wall 212)
-  Karstadt (Oberstraße 5-33)
-  Kiki im Kontorhaus am Markt (Langenstraße 6-8)
-  Cukiernia Café Knigge (Sögestraße 42-44)
-  MARITIM Hotel & Centrum Kongresowe Brema (Hollerallee 99)
-  Pannekoekschip Admiral Nelson (Schlachte Anleger 1)
-  Peek&Cloppenburg (Oberstraße 2-12)
-  Schuhhaus Meineke (Sögestraße 5)
-  Księgarnia Thalia (Oberstraße 44-54)
-  Übersee-Museum Bremen (Bahnhofplatz 13)

### dla studiujących:

-  Uniwersytet Bremeński: w pomieszczeniach pierwszej pomocy oraz w toaletach dla osób niepełnosprawnych
  -  Hochschule für Künste / Wyższa Szkoła Muzyczna, Am Speicher XI 8
- Wyższa Szkoła w Bremie / Hochschule Bremen:**
-  Stanowisko przy Neustadtswall, przejście do budynków AB/FS, pomieszczenie FS 15
  -  Stanowisko przy Werderstraße, budynek A, pomieszczenie A 211
  -  Stanowisko przy Flughafenallee, parter, pomieszczenie 27 (możliwość przewinięcia) oraz parter, pomieszczenie 04 (możliwość karmienia dziecka)



## Czy w naszej dzielnicy jest lekarz dziecięcy?

### Brema Północ / Bremen-Nord

- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Ulrike Mildner, dr med. Annette Stern i dr med. Birgit Thalacker**  
Hindenburgstraße 11, 28717 Bremen  
Tel. (0421) 63 30 32
- **Praktyka lekarska Daniel Krause und Andreas Schweigstill**  
Reeder-Bischoff-Straße 28, 28757 Bremen  
Tel. (0421) 65 55 44
- **Wspólna praktyka lekarska dr Christian Steuber i Annegret Kröhn-Wellhausen**  
Georg-Gleistein-Straße 93, 28757 Bremen  
Tel. (0421) 66 65 67
- **Praktyka lekarska Christian Wagner**  
Aumunder Heerweg 18, 28757 Bremen  
Tel. (0421) 66 70 77
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Joachim Schlage i dr med. Andreas Mühlig-Hofmann**  
Schwaneweder Straße 21-23, 28779 Bremen  
Tel. (0421) 60 60 25 oder 60 00 48

### Brema Centrum/Przedmieście Wschodnie / Bremen Mitte/Östliche Vorstadt

- **Praktyka lekarska dr med. Egmont Conradi**  
Kohlhökerstraße 57, 28203 Bremen  
Tel. (0421) 9 58 95 80
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Katharina Uhlemann i Ulrike Roth**  
Am Hulsberg 51 a, 28205 Bremen  
Tel. (0421) 49 21 61
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Nils Kehring i dr med. Nina Matthes-Willenbockel**  
Verdener Straße 63, 28205 Bremen  
Tel. (0421) 49 49 29
- **Wspólna praktyka lekarska Michael Kleppe, dr Wolfram Roger i Ulrike-Dorothee Svensson**  
Schubertstraße 7, 28209 Bremen  
Tel. (0421) 34 20 20
- **Wspólna praktyka lekarska Martin Schacht, Andrea Mey i Volker Rongen-Telscher**  
Schwachhauser Heerstraße 63a, 28211 Bremen  
Tel. (0421) 626 59 50
- **Praktyka lekarska Annette Kaufmann**  
Klattenweg 20, 28213 Bremen  
Tel. (0421) 23 05 35





## Brema Wschód / Bremen-Ost

- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Dagmar Weber i Janina Stritzke**  
Mahndorfer Heerstraße 7, 28307 Bremen  
Tel. (0421)4 84 13 30, 45 46 46
- **Praktyka lekarska Dorota Lamber**  
Tessiner Straße 4, 28325 Bremen  
Tel. (0421) 42 08 88
- **Praktyka lekarska dr med. Ronald Müller**  
Zermatter Straße 21/23, 28325 Bremen  
Tel. (0421) 42 31 39
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Franz Börschel,  
dr med. Annegret Schellstede-Börschel i Annette Kanngießler**  
Max-Säume-Straße 2a, 28327 Bremen  
Tel. (0421) 47 06 14
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Maria Günther, dr med. Marco Heuerding i Ulrich Hesse**  
Berliner Freiheit 1d, 28327 Bremen  
Tel. (0421) 46 70 01
- **Wspólna praktyka lekarska Imke Gätjen, Jörg Meyer, Susanna Schmidt**  
Sonneberger Straße 2a, 28329 Bremen  
Tel. (0421) 46 70 28
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Christiane Seefeldt-Abraham i Ines Helms**  
Borgfelder Heerstraße 28a, 28357 Bremen  
Tel. (0421) 27 55 01
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Gerald Kuboschek, dr med. Kirsten Kensy  
i Annette Heuermann**  
Wilhelm-Röntgen-Straße 6a, 28357 Bremen  
Tel. (0421) 25 39 49
- **Praktyka lekarska Peer Eike Tjarks**  
Horner Heerstraße 33, 28359 Bremen  
Tel. (0421) 23 23 93
- **Praktyka lekarska dr med. Torsten Spranger**  
Leher Heerstraße 26, 28359 Bremen  
Tel. (0421) 25 19 59



### **Brema Południe / Bremen-Süd**

- **Praktyka lekarska dr med. Christian Stier**  
Pappelstraße 93, 28199 Bremen  
Tel. (0421) 59 21 59
- **Praktyka lekarska Barbara Raub**  
Langemarkstraße 181, 28199 Bremen  
Tel. (0421) 50 58 24
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Martina Hansen-Crasemann, Jörg Steinbach i dr med. Hendrik Crasemann**  
Friedrich-Ebert-Straße 104, 28201 Bremen  
Tel. (0421) 55 37 47 lub 53 02 62
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Heike Bachmann-Klotz, dr med. Stefan Trapp i dr med. Imke & Wiard Hafermann**  
Huchtinger Heerstraße 26, 28259 Bremen  
Tel. (0421) 57 00 00
- **Wspólna praktyka lekarska Dirk-Hinrich Wahlers i dr med. Antje Rühmkopf**  
Anna-Klara-Fischer-Straße 10, 28277 Bremen  
Tel. (0421) 82 90 04

### **Brema Zachód / Bremen-West**

- **Praktyka lekarska dr med. Wilhelm Ripke**  
Leipziger Straße 41, 28215 Bremen  
Tel. (0421) 35 24 24
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Wolfgang Soldan i Elke Brecher-Müller**  
Hemmstraße 212, 28215 Bremen  
Tel. (0421) 3 50 90 50
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Melanie Klopsch i Dr med. Verena Schemmel**  
Waller Heerstraße 178, 28219 Bremen  
Tel. (0421) 61 40 52
- **Wspólna praktyka lekarska dr med. Ute Bowinkelmann i Sylvia Jacobs**  
Gröpelinger Heerstraße 145, 28237 Bremen  
Tel. (0421) 61 30 61
- **Praktyka lekarska lek. med. Leonardo Duhalde**  
Gröpelinger Heerstraße 406, 28239 Bremen  
Tel. (0421) 6 16 86 16
- **Praktyka lekarska Dr Nurettin Kilic**  
Gröpelinger Heerstraße 221, 28239 Bremen  
Tel. (0421) 61 40 40





## Informacje odnośnie »Listów do rodziców«

W załączniku znajdują się cztery **Listy do Rodziców**. Są to pierwsze cztery spośród ogółem 46 Listów do Rodziców.

Kolejne Listy do Rodziców można zamówić (patrz formularz zamówienia).

Wówczas będą je Państwo otrzymywać - odpowiednio do wieku Waszego dziecka - do domu aż do osiągnięcia przez Wasze dziecko wieku ośmiu lat.

Z fragmentami Listów do Rodziców zapoznać można się również na stronie internetowej wydawcy pod następującym linkiem: [www.ane.de/bestellservice/elternbriefe-einzeln](http://www.ane.de/bestellservice/elternbriefe-einzeln)



## Wydawca

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



Freie  
Hansestadt  
Bremen

Wydział ds. Młodych Ludzi  
i Rodziny  
Bahnhofsplatz 29  
28195 Bremen  
[www.soziales.bremen.de](http://www.soziales.bremen.de)

Bundesinitiative  
Frühe Hilfen 

Wsparcie:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Projekt, ilustracje:  
© [www.machart-bremen.de](http://www.machart-bremen.de)  
Oelgemöller, Heitmann

2016