

## Café Belly

„**Café Belly**“ ist ein Treffpunkt für junge Schwangere.

Hier kannst Du Dich mit anderen jungen Frauen austauschen, zum Beispiel über Veränderungen

- Deines eigenen Körpers,
- in Deinen Beziehungen zu anderen
- Deiner Gefühlswelt und
- über Deine Zukunft.

Oder Du kommst einfach mal zum Quatschen vorbei. Als Ansprechpartnerin sind eine Pädagogin und eine Hebamme vor Ort. Sie geben Informationen, beraten auf Wunsch und vermitteln Hilfe und Kontakte.

Leitung: Susanne Breit /  
Jessica Pahnke

Wann?

**immer mittwochs**  
(Pause in den Schulferien)

**14.30 - 16.00 Uhr**

Wo?

im **Zentrum der Jugend** /  
Herforder Teppichfabrik,  
Auf der Freiheit 11  
in Herford



## Café Baby

„**Café Baby**“ ist ein Treffpunkt für Dich und Dein Baby und bietet Austauschmöglichkeiten mit anderen jungen Müttern. Hier bekommst Du in der ersten Zeit mit Deinem Baby Begleitung und Unterstützung.

Auf Wunsch berät die Leiterin des Treffs und gibt Tipps, Anregungen und Infos.

Im Cafe Baby kann es beispielsweise um die Entwicklung und das gesunde Aufwachsen des Babys gehen oder auch darum, den eigenen Körper wieder gut in Form zu bringen.

Viele jetzt aktuelle Fragen können besprochen werden – von der neuen Mutterrolle bis hin zu Deiner Lebensplanung.

Leitung: Susanne Breit

Wann?

**immer mittwochs**  
(Pause in den Schulferien)

**16.00 - 17.30 Uhr**

Wo?

im **Zentrum der Jugend** /  
Herforder Teppichfabrik,  
Auf der Freiheit 11  
in Herford

Gut für junge Familien

## Café Belly und Café Baby



**Café Belly und Café Baby sind ein Angebot für junge Schwangere und junge Mütter unter 25 Jahren.**

### Für beide Cafés gilt:

wenn Du nicht alleine kommen möchtest, kannst Du gerne jemanden mitbringen – wir freuen uns auf euch!

### Übrigens...

... der Besuch im „Café Belly“ und „Café Baby“ ist für Dich und Dein Kind kostenlos.

## Kontakt

Wenn Du Fragen hast,  
kannst Du uns anrufen.  
Ansprechpartnerinnen im  
Netzwerk „Frühe Hilfen“:

Gisela Kucknat  
AWO Familienbildungswerk  
Tel.: 0 52 24 / 9 12 34 19

Gudrun Freigang  
Diakonisches Werk  
Tel.: 0 52 21 / 59 98 43

Carolin Aring  
Jugendamt Hansestadt  
Herford  
Tel.: 0 52 21 / 189 61 56

## Übrigens...

**... die Cafés verstehen  
sich als offener Treff.**

**Du kannst einfach so  
vorbeikommen:  
immer mittwochs,  
(außer in den Schulferien)**

**im Zentrum der Jugend**  
Herforder Teppichfabrik,  
Auf der Freiheit 11  
32052 Herford

## Café Belly und Café Baby

Ein Angebot  
für junge Schwangere  
und junge Mütter



**AWO Familienbildungswerk**  
AWO KV Herford e.V.  
Büro:  
Hermannstraße 10  
32130 Enger

Tel. 0 52 24 / 9 12 34 18  
E-Mail [fbw@awo-herford.de](mailto:fbw@awo-herford.de)



**Der Herforder Weg**  
Frühe Hilfen – gut für Familien



Treff für junge Schwangere und junge Mütter

**Café Belly  
Café Baby**