Café Belly

Café Belly ist ein Treffpunkt für Schwangere. Hier kannst Du andere werdende Mütter kennenlernen, Dich austauschen und über alles sprechen, was Dich in dieser besonderen Zeit bewegt.

- Austausch über die Veränderungen in Deinem Körper
- Fragen und Gedanken rund um Schwangerschaft und Mutterwerden
- Gefühle, Wünsche und Unsicherheiten
- Begegnung mit anderen Schwangeren
- Informationen und Impulse rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit Baby.

Als Doula und Heilpädagogin ist Anna Wittland als Kursleitung vor Ort, gibt Informationen und Impulse, und ist mit einem offenen Ohr da für Fragen und Anliegen.

Leitung: Anna Wittland



immer mittwochs
-außer in den Schulferien-

17.30 bis 19.00 Uhr

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 mit Deinem Baby Begleitung und Unterstützung.
Auf Wunsch berät dich die Pädagogin Susanne Breit und gibt Tipps, Anregungen und Infos.
Im Café 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

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
14.30 bis 17.30 Uhr



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

Gut für junge Familien

Café Belly ist ein Angebot für Schwangere.

Café Baby ist ein Angebot für junge Mütter unter 25 Jahren.



Für beide Cafés gilt:

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

Der Besuch im „Café Belly" und „Café Baby" ist für Dich und Dein Kind kostenfrei.

Kontakt

AWO Familienbildungswerk
des Kreisverbandes Herford e.V.

Tel. 05221 – 18 707 40
E-Mail: fbw@awo-herford.de

www.fbw-herford.de

awo_familienbildungswerk



Café Belly und Café Baby

Übrigens…

… die Cafés verstehen sich als offener Treff.

Du kannst einfach so vorbeikommen:

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

Gefördert vom

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen der Bundesinitiative Frühe Hilfen

Bundesinitiative
Frühe Hilfen

Weitere Infos zu Frühen Hilfen in Herford:
Lisa Rauh und Daniela Menke
Hansestadt Herford
Tel. 05221 – 18 96 118

Der Herforder Weg

Der Herforder Weg
Frühe Hilfen – gut für Familien





Café Belly und Café Baby

Treff für Schwangere und junge Mütter