



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.

## Café Belly

„**Café Belly**“ ist ein Treffpunkt für Schwangere. Hier kannst Du Dich mit anderen 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 ist die Pädagogin Susanne Breit vor Ort.

Sie gibt Informationen, berät Dich auf Wunsch und vermittelt Hilfe und Kontakte.

Leitung: Susanne Breit



Wann?

**immer mittwochs**

**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 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

Wann?

**immer mittwochs**

**16.00 - 17.30 Uhr**

Wo?

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

## Kontakt



Familienbildungswerk  
des Kreisverbandes Herford e.V.

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



[www.fbw-herford.de](http://www.fbw-herford.de)

 awo\_familienbildungswerk



## Café Belly und Café Baby

**Übrigens...**

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

**Du kannst einfach so vorbeikommen:**

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

Gefördert vom



im Rahmen der 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