

Ein Angebot  
für werdende Mütter



Du wirst  
ich bin

Beratung

Lebensplanung

Wellness

Unterstützung

Perspektiven

Austausch

Spaß

Entspannung

Informationen

Ihr Teilnahmezeitraum:

## Kontakt

Judith Grebka

Telefon: 0208 / 85 000 4310

e-Mail: [jgrebka@zaq-oberhausen.de](mailto:jgrebka@zaq-oberhausen.de)

Zentrum für Ausbildung und  
Qualifizierung Oberhausen e.V.

Essener Str. 100

46047 Oberhausen

**ZAQ!**

**jobcenter**  
Oberhausen  
Gemeinsam Perspektiven schaffen

Lebendige  
Ernährung



## An wen richtet sich das Angebot?

An alle Leistungsbezieherinnen, bei denen eine Schwangerschaft vorliegt.

## Wann und wo findet es statt?

Das Angebot findet über einen Zeitraum von vier Wochen statt, jeweils von montags bis freitags in der Zeit von 9.30 Uhr bis 12.30 Uhr in den Räumen des ZAQ an der Essener Str. 100 in 46047 Oberhausen.

## Wer sind die Ansprechpartnerinnen?

Ein Team aus pädagogischen Fachkräften betreut und begleitet das Angebot.  
Judith Grebka, Tel. 0208 / 85 000 4310

## Was erwartet mich dort?

Eine bunte Mischung aus Informationen, Gedankenaustausch und neuen Perspektiven rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Kinder und Muttersein.

## Wie komme ich dort hin?

Die Räumlichkeiten erreichen Sie mit den Buslinien SB 90, SB 91, SB 92 oder SB 98 (Haltestelle „Neue Mitte Oberhausen“). Im Rahmen der Teilnahme übernimmt das Jobcenter eine Erstattung der Fahrkosten. Die Auszahlung erfolgt über das ZAQ e. V.

## Netzwerkpartner:innen

- Caritas Schwangerenberatung
- Pro Familia
- Frauenberatungsstelle
- Kinder im Mittelpunkt
- Kindertagespflegebörsen
- Koordinierungsstelle Frühe Hilfen
- Familienhebammen
- Donum Vitae
- Frühe Begleitung Alsbachtal
- TEP Teilzeitberufsausbildung

