

Unsere Stillberaterin

Michaela Elsishans ist als pädagogische Fachkraft in der AGFJ Rhein-Neckar gGmbH tätig. Sie ist Stillberaterin der AFS (Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen Bundesverband e.V.) und möchte dieses Wissen nun auch mit den Familien der ambulanten Familienhilfe teilen.

Als gelernte Modopädin ist sie eine spezialisierte Fachkraft, die durch bewegungsorientierte Ansätze (Psychomotorik) die körperliche, soziale und emotionale Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen fördert und dabei immer ganzheitlich auf den Menschen schaut.

Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen Bundesverband e.V.

Die AFS ist eine gemeinnützige Organisation zur Förderung des Stillens. Sie bietet durch ihre Mitglieder Stillberatung an, informiert zum Thema Stillen, beteiligt sich an Aktionen zur Stillförderung und bietet Aus- und Weiterbildungen an.

Die AFS wird gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Kontakt

Regionalgruppe Heidelberg

AGFJ Rhein-Neckar gGmbH
Am Bahnbetriebswerk 5, 69115 Heidelberg

☎ 06221 602810

🌐 www.agfj-rhein-neckar.de

Buchung über

Selina Bader

Teamleitung

☎ 0176 1583-4008

✉ selina.bader@agfj-rhein-neckar.de

Jutta Reibl

Teamleitung

☎ 0176 1583-4030

✉ jutta.reibl@agfj-rhein-neckar.de

Bernd Pfeiffer

Teamleitung

☎ 0163 8088-270

✉ bernd.pfeiffer@agfj-rhein-neckar.de

Durchführung durch

Michaela Elsishans

Stillberaterin

☎ 0176 1583-4010

✉ michaela.elsishans@agfj-rhein-neckar.de



STILLBERATUNG IN HEIDELBERG UND DEM RHEIN-NECKAR-KREIS

Alles rund um's Stillen • für alle mit
Babys, Schwangere und Eltern

AGFJ Rhein-Neckar
Regionalgruppe Heidelberg



Ziel

Stillberatung kann bei Stillproblemen oder Unsicherheiten individuell unterstützen. Gemeinsam kann der Weg zu einer gelingenden Stillzeit geebnet werden.

Empfehlung zur Stilldauer in Deutschland:

- Babys sollten bis zum vollendeten sechsten Lebensmonat ausschließlich oder überwiegend gestillt werden.
- Ausschließlich meint nichts außer Muttermilch, überwiegend bedeutet maximal etwas Tee oder Wasser.
- Auch nach Einführung der Beikost wird empfohlen bis zum Ende des ersten Lebensjahres weiter zu stillen.

Grenzen der Stillberatung

Die Stillberatung der AFS versteht sich als ergänzendes Beratungsangebot.

Sie ersetzt keine ärztliche/medizinische oder therapeutische Behandlung oder die Betreuung durch eine Hebamme. StillberaterInnen stellen keine Diagnosen und bieten keinerlei Therapie an.

Bei akuten medizinischen Problemen/Erkrankungen der stillenden Person oder des Kindes muss ein/e Arzt/Ärztin, ein/e Kinderarzt/ärztin, bzw. eine Hebamme kontaktiert werden.



Stillberatung

Stillen ist nichts Selbstverständliches. Jede Stillbeziehung muss sich entwickeln und wachsen, benötigt Zeit und Raum und vielfältige Unterstützung.

Stillen kann gerade in der Anfangszeit sehr herausfordernd sein. Stillprobleme oder Fragen, die auftauchen, können sehr unterschiedlich sein. Die Stillberatung umfasst alle Fragen rund um's Stillen:

- Stillen allgemein
- Stillprobleme
- Beikost
- Abstillen

Jede Person sollte selbst entscheiden können, ob sie stillen möchte oder nicht. Um jedoch eine bewusste und informierte Entscheidung treffen zu können, kann eine Stillberatung bereits in der Schwangerschaft sinnvoll sein, um auftretende Fragen zu klären. Stillen ist die natürliche Ernährungsform von Säuglingen und hat gegenüber Milchersatzprodukten positive Effekte für die Mutter und das Kind.

Oft braucht es nur ein wenig Veränderung, damit das Stillen besser gelingt.

Rahmen und Ablauf

Die Stillberatung kann bereits in der Schwangerschaft stattfinden, um frühzeitig Informationen zu erhalten. Sie unterstützt und begleitet in der Neugeborenenzeit bis zum Ende der Stillzeit.

In der Regel finden 1-2 Termine pro Familie statt.

Die Beratung erfolgt meist aufsuchend im häuslichen Umfeld der stillenden Person oder in den Räumlichkeiten der AGFJ Heidelberg. Sie kann ggf. auch telefonisch stattfinden.

Die Stillberatung kann in Absprache mit dem ASD und im Rahmen der SPFH gebucht werden.

Es entstehen keine weiteren Kosten.

