



Foto: Fotoclia Antonoguillem

Ernährungsberatung für Eltern von Babys im 1. Lebensjahr (früher Mütterberatung)

47167 Duisburg-Neumühl

AKiD (amb. Kinderkrankenpflege), Am Inzerfeld 75
Telefon: 0203 / 5 70 85 50
mit Dagmar Milde
Beratungstermin nach telefonischer Absprache

47051 Duisburg-Stadtmitte

Hebammenpraxis Mittendrin, Düsseldorfer Straße 128
Telefon: 0203 / 39 30 89 30
mit Hilla Theisen
jeden 1. Mittwoch im Monat 16:00 bis 17:00 Uhr

47226 Duisburg-Rheinhausen

Hebammenpraxis Bauchgeflüster, Im Grünen Winkel 1
Telefon: 02065 / 7 64 76 73
mit Petra Meck
jeden 2. Donnerstag im Monat 11:30 bis 12:30 Uhr



Foto: Fotoclia Robert Kneschke

Impressum

AG Stillförderung der
Kommunalen Gesundheitskonferenz
der Stadt Duisburg



Herausgegeben von

Stadt Duisburg
Der Oberbürgermeister
Gesundheitsamt
Geschäftsstelle der Kommunalen Gesundheitskonferenz

Kommunale Gesundheitskonferenz der Stadt Duisburg
Bettina Schumacher
Telefon: 0203 / 283 - 39 38
Telefax: 0203 / 283 - 43 40
E-Mail: gesundheitskonferenz@stadt-duisburg.de
Internet: www.gesundheitskonferenz-duisburg.de

www.duisburg.de

Stand April 2018

Informationen und Beratung rund um das Thema Stillen



Foto: Fotoclia stanislav_livanov



Liebe (werdende) Mütter und liebe Väter,

wir richten uns an alle, denen das Stillen der Kinder in unserer Stadt am Herzen liegt. Stillen hat unübertreffliche gesundheitliche Vorzüge für Mutter und Kind. Aus präventiver Sicht ist die Förderung des Stillens deshalb eine wichtige medizinische und gesundheitspolitische Aufgabe.

Wir empfehlen, dass Sie ihre Kinder nach Möglichkeit in den ersten sechs Lebensmonaten ausschließlich mit Muttermilch ernähren und danach – bei entsprechender Beikost – solange weiter stillen, wie Mutter und Kind dies wünschen.

Ob Sie stillen wollen oder nicht – und wenn ja – wie lange, ist Ihre ganz persönliche Entscheidung. „Rund um das Stillen“ tauchen oft viele Fragen auf. Unser Anliegen ist es, Ihnen die notwendigen Informationen und Unterstützung zukommen zu lassen. Vielleicht haben Sie sich das Stillen einfacher vorgestellt? Die Stillgruppe ist ein Treffpunkt für alle Mütter und werdenden Mütter.

In gemütlicher Runde finden Sie:

- Antworten auf Ihre Fragen
- Hilfe bei Unsicherheiten
- Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern und neue Kontakte

Die häufigsten Themen, die besprochen werden, sind:

- Zu wenig Milch, Milchstau, Brustentzündung
- Wie lange stillen?
- Wie ist das Schlafverhalten von Babys?
- Stillen bei Erwerbstätigkeit
- Die Einführung von Beikost und wann ist der geeignete Zeitpunkt?

Stillgruppen in Duisburg und Umgebung

47058 Duisburg-Duisern

Ev. Familienbildungsstätte, Hinter der Kirche 34
mit Hilla Theisen und Sabine Brinkmann
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat um 16:30 Uhr

47259 Duisburg-Huckingen

Therapie-Zentrum des Malteser-Krankenhauses St. Anna,
Albertus-Magnus-Straße 33
mit Helga Hamacher
jeden Mittwoch von 10:30 bis 12:00 Uhr

47137 Duisburg-Meiderich

Ev. Gemeindezentrum, Auf dem Damm 8
mit Monika Schneider
jeden 1. Mittwoch im Monat von 10:00 bis 11:30 Uhr

47166 Duisburg-Hamborn

Helios St. Johannes Klinik
Im Verwaltungsgebäude, 6. Etage, An der Abtei 7 - 11
mit Dagmar Milde
jeden Dienstag von 10:30 bis 12:00 Uhr

46145 Oberhausen

Elternschule der St. Clemens Hospitale, Wilhelmstraße 34
mit Irmgard Lang
jeden Mittwoch 11:00 bis 13:00 Uhr

47441 Moers

Elternschule des St. Josef-Krankenhauses, An der Berufsschule 20
mit Sarah Peters
jeden Mittwoch von 10:00 bis 15:00 Uhr

47798 Krefeld

Initiative rund um St. Josef, Dreikönigenstraße 149
mit Christiane Baum
jeden Dienstag von 15:00 bis 17:15 Uhr

45472 Mülheim

mit Monika Schneider
jeden 3. Mittwoch im Monat von 09:30 bis 11:00 Uhr
Anmeldung: 0208/77 74 95 07 oder
Monika.Schneider@lalecheliga.de

Eventuelle Terminänderungen der Stillgruppen während der Schulferien sind bitte bei der Kursleiterin telefonisch zu erfragen!



Stillberaterinnen

Wenn Sie jetzt nicht zu einer Stillgruppe kommen können und Fragen haben, was dann?

Dann gibt es die telefonische Stillberatung bei:

Christiane Baum	02151 / 39 60 39
Sabine Brinkmann	0203 / 71 26 81
Helga Hamacher	0203 / 7 55 12 78
Susanne Koza	02064 / 5 86 84
Irmgard Lang	0208 / 60 93 48
Silke Lehr	02855 / 1 56 15
Petra Meck	02065 / 6 42 99
Dagmar Milde	0203 / 5 70 85 50
Cerstin Schmidt-Kersten	02841 / 88 62 52
Monika Schneider	0208 / 77 74 95 07
Hilla Theisen	0203 / 6 00 80
Anja Weber	02842 / 9 49 43 03

www.stillen.de
www.bdl-stillen.de
www.stillen-lexikon.de