



## Still- Zmorgä

31. Mai 2023  
im Haus Hiltl, Zürich

Infos unter  
[www.stillkampagne.ch](http://www.stillkampagne.ch)



# Stillen ist Familiensache

Erfolgreiches Stillen hängt nicht nur von der Mutter alleine ab.  
Die Stillkampagne liefert wertvolle Tipps für Familien,  
die sich entscheiden, ihr Baby zu stillen.

Alle Informationen und die Anmeldung zum  
Still-Zmorgä finden Sie unter

**[www.stillkampagne.ch](http://www.stillkampagne.ch)**



Erfolgreiches Stillen hängt nicht nur von der Mutter alleine ab. Es lohnt sich, bereits vor der Geburt mit dem Partner oder der Familie abzusprechen, wer welche Aufgabe übernehmen kann, um der Mutter in ihrer neuen Rolle unter die Arme zu greifen. Ausserdem kann es hilfreich sein, sich frühzeitig bei einer Fachperson über das Stillen zu informieren.

Mütter, die sich entscheiden, auch nach dem Wiedereinstieg ins Berufsleben weiterzustillen, brauchen von ihrem Umfeld besondere Unterstützung, um den anspruchsvollen Alltag mit Stillen, Familie

und Arbeit unter einen Hut zu bringen. Nebst einer sorgfältigen Planung ist es wichtig, dass sowohl der Partner wie auch der Arbeitgeber und die Arbeitskollegen dazu beitragen, dass die berufstätige Mutter regelmässig Stillpausen einlegen oder Milch abpumpen kann. Auch wenn es viel Flexibilität und teilweise auch Improvisationstalent braucht, lohnt es sich Ihr Baby mindestens sechs Monate zu stillen, so wie es Hebammen, Stillberaterinnen, Mütter-/Väterberaterinnen und Kinderärzte gemäss den Richtlinien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfehlen.

**Weitere Informationen finden Sie auf [www.stillkampagne.ch](http://www.stillkampagne.ch)**

## Still-Zmorgä im Hiltl

Im Rahmen der Stillkampagne 2023 findet am **31. Mai 2023** im **Haus Hiltl Zürich** das nächste Still-Zmorgä statt. Frischgebackene und werdende Mütter können ein gesundes Frühstücksbuffet geniessen und sich von unseren Stillberaterinnen all ihre Fragen rund ums Stillen beantworten lassen.

**Kosten inkl. ein Heissgetränk: CHF 39.– pro Person (Kinder sind gratis)**

Die Online-Anmeldung finden Sie auf:

**[www.stillkampagne.ch/promotionen](http://www.stillkampagne.ch/promotionen)**

Mit freundlicher Unterstützung von

**HILTL**  
since 1898

**fisher-price**

NAIF | Good Care

 **Lets Family.ch**

**wireltern**

Seit 100 Jahren unterstützt das Magazin «wir eltern» Mütter und Väter. Lernen Sie «wir eltern» kennen und profitieren Sie von unserem Kennenlernangebot: 4 Ausgaben für CHF 30.-. Alle Infos finden Sie auf [www.wireltern.ch/stillkampagne](http://www.wireltern.ch/stillkampagne)