



Stillfreundliches Bielefeld

 www.bielefeld.de



Heft zum Stillen in Bielefeld



Was Sie in dieser Broschüre finden:

■ Die Bedeutung des Stillens	4
■ Wie lange stillen?	6
■ Stillfreundliches Bielefeld	8
■ Beratungs-, Informations- und Unterstützungsangebote zum Thema Stillen in Bielefeld	22
■ Weitere Informationsseiten	28

Die Bedeutung des Stillens¹

Starke Bindung zwischen Mutter und Kind

Die Bindung zwischen Mutter und Kind kann durch das Stillen besser werden.

Bindung heißt hier: Mutter und Kind sind sich nah.

Stillende Mütter verstehen besser, was ihre Kinder brauchen.

Gesunde Entwicklung vom Kindes

Stillen ist gut für die Entwicklung vom Kind.

Für die geistige Entwicklung.

Und für die psychische Entwicklung.

Weniger Krankheiten

Gestillte Kinder sterben seltener am plötzlichen Kindstod.

Gestillte Kinder haben in den ersten Jahren auch seltener Krankheiten.

Zum Beispiel:

- Durchfall
- Atem-Wegs-Erkrankungen
- Mittel-Ohr-Entzündungen

Auch später haben gestillte Kinder Vorteile:

- Sie werden seltener übergewichtig.
- Sie bekommen seltener Diabetes.
- Der genaue Name ist Diabetes mellitus Typ 2.

Gesundheit von der Mutter

Auch für die Gesundheit von der Mutter ist das Stillen gut.

Die Gebärd-Mutter wird in der Schwangerschaft sehr groß. Danach muss sie wieder klein werden.

Das geht durch das Stillen schneller.

Außerdem gibt es noch andere Vorteile für die Gesundheit:

- Mütter haben nach dem Stillen seltener Diabetes.

Der genaue Name ist Diabetes mellitus Typ 2.

- Mütter haben nach dem Stillen seltener Brust-Krebs.
- Mütter haben nach dem Stillen seltener Eier-Stock-Krebs

Stillen spart Zeit und Geld

Stillen ist kostenlos.

Stillen ist immer möglich.

Und an fast jedem Ort.

Mutter-Milch hat die richtige Temperatur.

Und Mutter-Milch hat alle Nähr-Stoffe, die das Baby braucht

Wie lange stillen?

Stillen hat für die Gesundheit vom Baby Vorteile.

Und Stillen hat für die Gesundheit von der Mutter Vorteile.

Viele Studien haben das herausgefunden.

Es gibt keine gleichwertige Alternative zur Mutter-Milch.

Das bedeutet:

Keine andere Nahrung ist so gut für das Baby wie Mutter-Milch:

- Mutter-Milch ist genau richtig für die Bedürfnisse vom Baby.
- Mutter-Milch stärkt die Abwehr-Kräfte.
- So bekommt das Baby seltener Krankheiten.
- Mutter-Milch fördert eine gesunde Entwicklung.

Die Welt-Gesundheits-Organisation und UNICEF empfehlen:

Kinder sollen 6 Monate nur gestillt werden.

Danach bekommen die Babys Nahrung.

Wenn Mutter und Kind das möchten:

Dann können Babys noch weitergestillt werden.

Wichtig:

Das Baby bestimmt, wann es trinken möchte.

Stillen kann man nicht planen wie normales Essen.

Befragungen von Müttern in Bielefeld haben gezeigt:

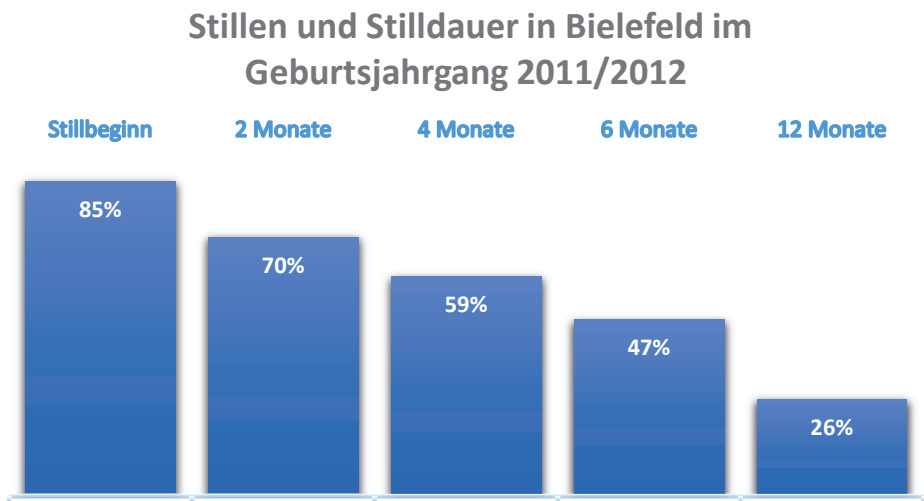
85 Prozent beginnen mit dem Stillen.

Mit 4 Monaten stillen nur noch 59 Prozent.

Mit 6 Monaten nur noch 47 Prozent.

Und mit 12 Monaten nur noch 26 Prozent.

Das kann man in der folgenden Grafik sehen.



Die Grafik stammt aus: Gesundheits-, Veterinär- & Lebensmittelüberwachungsamt, Stadt Bielefeld & LZG.NRW, Einschuljahrgang 2019

Stillfreundliches Bielefeld

Stillen hat also viele Vorteile.

Trotzdem sieht man in Bielefeld nur wenige stillende Mütter in der Öffentlichkeit.

Das wollen wir ändern.

Deshalb macht die Stadt Bielefeld die Kampagne:

Stillfreundliches Bielefeld.

Wir von der Stadt Bielefeld möchten das Stillen in der Öffentlichkeit unterstützen und fördern.

Alle Kinder sollen sich von Anfang an gesund entwickeln können.

Oft fühlen sich Frauen beim Stillen in der Öffentlichkeit unwohl.

Oder sie finden keinen guten Ort zum Stillen.

Stillen ist aber normal und gesund.

Junge Familien sollen nicht Hause bleiben müssen.

Junge Familien sollen auch **während der Still-Zeit am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.**

Ziel der Kampagne ist:

Stillen in der Öffentlichkeit soll normal sein.

Deshalb gibt es ausgezeichnete stillfreundliche Orte in Bielefeld.

Ausgezeichnet bedeutet hier:

Aufkleber werden außen angeklebt.

- an Lokalen
- an Cafés
- an Geschäften
- an öffentlichen Einrichtungen

Im Internet gibt es **eine Liste mit allen stillfreundlichen Orten.**

Auf der Internet-Seite der Stadt Bielefeld können sich Lokale, Cafés, Geschäfte und öffentliche Einrichtungen registrieren.

Weitere Infos finden Sie auf der folgenden Seite:

bielefeld.de/node/6149

Oder scannen Sie den **QR-Code.**



Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt:²

1. – 6. Monat:

Nur Muttermilch



ab 5. – 7. Monat:

Mutter-Milch und
Baby-Nahrung.
Zum Beispiel Brei.



ab 10. – 12. Monat:

Familienessen



Wann sollen Mütter mit dem Stillen aufhören?
Das hängt ganz von Mutter und Kind ab.
Mütter können bis zum 2. Geburtstag des Kindes stillen.
Und auch später noch.

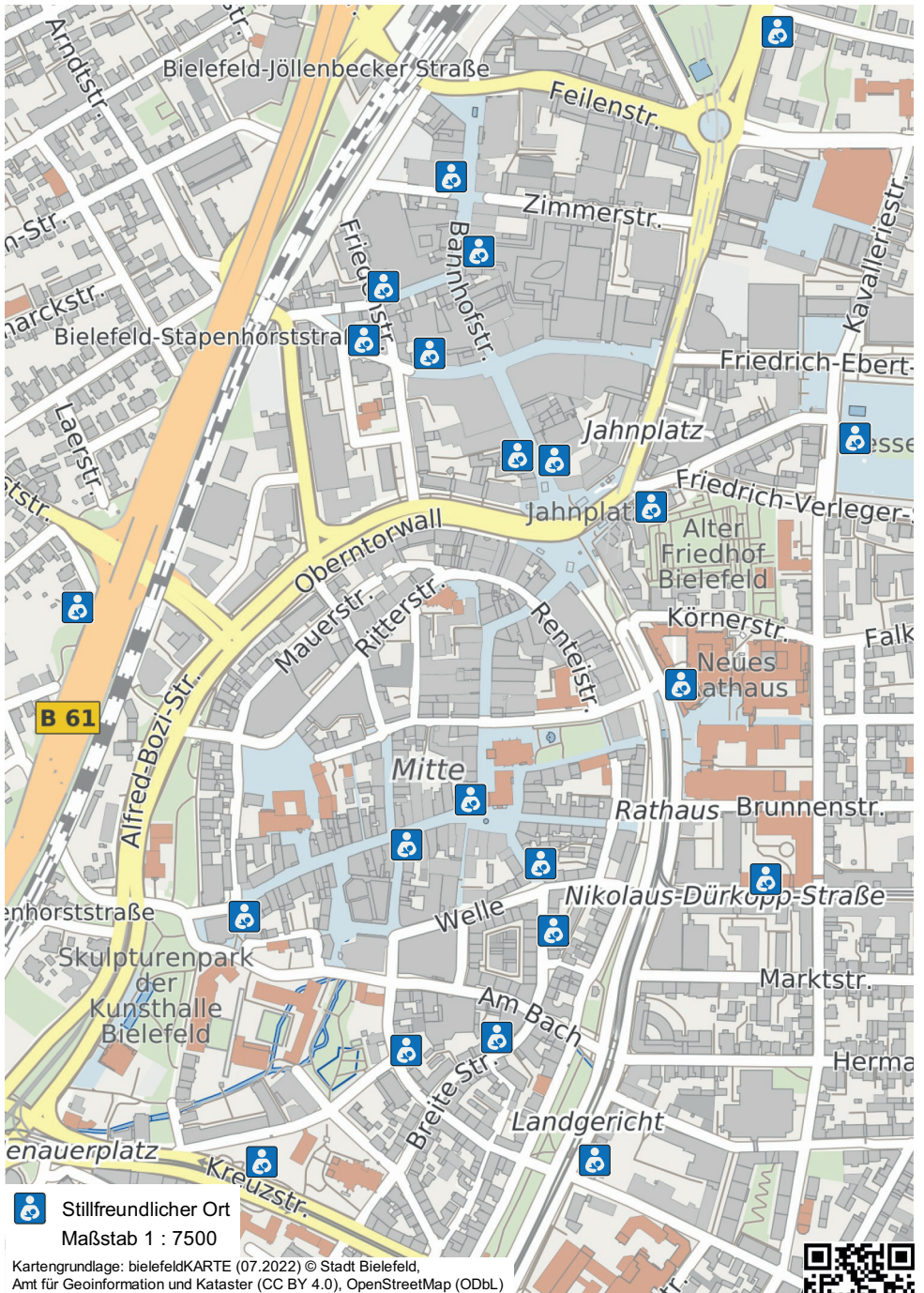
Wohin zum Stillen, Füttern und Wickeln?

Hier finden Sie eine Liste mit öffentlichen Stillfreundlichen Orten in Bielefeld

An diesen **Orten** können Sie Ihr Kind stillen, auch ohne etwas zu essen, trinken oder kaufen.

Die stillfreundlichen Orte sind mit diesem **Aufkleber** gekennzeichnet:





Eine Übersichtskarte mit allen stillfreundlichen Orten in Bielefeld finden Sie hier:

Stillfreundliche Orte in Bielefeld

Mitte

- **AWO Kreisverband Bielefeld e.V./Kulturhof im Umweltzentrum**
August-Bebel-Straße 16, 33602 Bielefeld
Mo – So 10:00 – 18:00 Uhr
- **Bäckerei Pollmeier**
(in allen Pollmeier & Lechtermann Bäckereien in Bielefeld sind stillende Frauen willkommen)
Eckendorfer Str. 37 a, 33609 Bielefeld
Mo – Fr 06:00 – 18:00 Uhr
Sa 06:00 – 17:00 Uhr
So 08:00 – 17:00 Uhr
Wickel-Tisch, Spiel-Ecke
- **Café Gemach**
Neustädter Str. 10, 33602 Bielefeld
Di – Sa 08:00 – 18:00 Uhr
So 13:00 – 18:00 Uhr
Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen
- **Cafe Knigge KG**
Bahnhofstraße 13, 33602 Bielefeld
Mo – So 08:00 – 20:00 Uhr
Es gibt einen Rückzugs-Raum. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen. Es gibt einen Wickel-Tisch und Spiel-Ecke.
- **Café Künstlerei**
Turmstraße 10, 33615 Bielefeld
Mo geschlossen/ Ruhetag
Di – Sa 10:00 – 18:30 Uhr
So 14:00 – 18:00 Uhr

■ Café Milestones

August-Bebel-Straße 94, 33602 Bielefeld

Mo – So 09:00 – 01:00 Uhr

Wickel-Tisch. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ Café Restaurant im Bürgerpark

Wertherstraße 88, 33615 Bielefeld

Mo – So 11:30 – 22:00 Uhr

Wickel-Tisch. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ Casa Cafe & Bar

Karl-Eilers-Straße 12, 33602 Bielefeld

Mo – Sa 09:00 – 01:00 Uhr

So 10:00 – 24:00 Uhr

Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ dm-drogerie markt (im Nordparkcenter)

Apfelstraße 8, 33613 Bielefeld

Mo – Sa 08:00 – 20:00 Uhr

Wickel-Tisch

■ dm-drogerie markt

Bahnhofstraße 2 u. 39, 33602 Bielefeld

Mo – Sa 09:00 – 20:00 Uhr

Wickel-Tisch

■ Friseursalon Wolke sieben

Herforder Str. 42, 33602 Bielefeld

Di – Fr 10:00 – 19:00/20:00 Uhr

Sa 09:00 – 14:00 Uhr

Spiel-Ecke. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ Grüner Würfel

Kesselbrink 2, 33602 Bielefeld

Mo 11:00 – 16:00 Uhr

Di – Do 11:00 – 17:00 Uhr

Fr 14:00 – 17:00 Uhr

Sa 09:00 – 14:00 Uhr

Es gibt einen Wickel-Raum und eine Spiel-Ecke. Sie können Baby-Nahrung aufwärmen. Es gibt einen Rückzugs-Raum.

■ **Gesundheitsladen Bielefeld e.V.**

Breite Straße 8, 33602 Bielefeld

Mo 13:00 – 15:00 Uhr

Do 10:00 – 12:00 Uhr

Es gibt Sitz-Möglichkeiten für Mütter.

■ **Gesundheits-, Veterinär- und Lebensmittelüberwachungsamt**

Nikolaus-Dürkopp-Str. 5 – 9, 33602 Bielefeld

Kinder- u. Jugendärztlicher Dienst | Etage 1.1

Mo – Do 07:00 – 15:00 Uhr

Fr 08:00 – 12:00 Uhr

Es gibt einen Rückzugs-Raum mit Wickel-Tisch
(Büro Frau Lange | Zimmer 141).

■ **Gutzeitcafé**

Niederwall 61, 33602 Bielefeld

Mo – Fr 07:00 – 18:00 Uhr

Sa – So 09:00 – 18:00 Uhr

■ **Handwerkskammer Ostwestfalen-Lippe zu Bielefeld**

Campus Handwerk 1, 33613 Bielefeld

Handwerkskammer:

Mo – Do 07:00 – 17:00 Uhr

Fr 07:00 – 14:00 Uhr

Berufsbildungszentrum:

Mo – Do 07:00 – 21:15 Uhr

Fr 07:00 – 20:45 Uhr

Sa 07:00 – 17:00 Uhr

Wickel-Tisch. Es gibt einen Rückzugs-Raum.

■ **HANS IM GLÜCK Burgergrill & Bar**

Arndtstraße 2 b, 33602 Bielefeld

So – Do 12:00 – 22:00 Uhr

Fr u. Sa 12:00 – 23:00 Uhr

Wickel-Tisch. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ **Historisches Museum Bielefeld**

Ravensberger Park 2, 33607 Bielefeld

Mo – Fr 10:00 – 17:00 Uhr

Sa u. So 11:00 – 18:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ **Jahnplatz Nr. 5 – Kundenzentrum der Stadtwerke Bielefeld Gruppe**

Jahnpl. 5, 33602 Bielefeld

Mo – Fr 09:00 – 18:00 Uhr

Sa 10:00 – 16:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke

■ **Kaffeewerft**

Stapenhorststraße 91, 33615 Bielefeld

Mo & Di Ruhetag

Mi – So 09:00 – 18:00 Uhr

Es gib einen Rückzugs-Raum. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen. Wickel-Tisch.

■ **Label Kitchen GmbH**

Gehrenberg 5, 33602 Bielefeld

Mo – Fr 09:00 – 18:30 Uhr

Sa 09:00 – 18:00 Uhr

Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ **Lechtermann Meisterbäckerei**

Lohbreite 5 – 7, 33607 Bielefeld

Mo – Sa 07:00 – 20:00 Uhr

So 08:00 – 12:00 Uhr

■ **LOOM Bielefeld**

Bahnhofstraße 28, 33602 Bielefeld

Mo – Sa 09:30 – 20:00 Uhr

Es gibt einen separaten Rückzugs-Raum. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen. Es gibt eine Spiel-Ecke und einen Wickel-Tisch. Es gibt eine Familien-Toilette im Untergeschoss.

■ **Maas Natur**

Obernstraße 51, 33602 Bielefeld

Mo – Fr 10:00 – 18:30 Uhr

Sa 10:00 – 16:00 Uhr

Es gibt eine ruhige Ecke mit Sessel, Schaukelpferd und Bilderbücher für Kinder.

■ **Naturkunde-Museum**

Kreuzstrasse 20, 33602 Bielefeld

Di – So 10:00 – 17:00 Uhr

Wickel-Tisch. Es gibt einen Rückzugs-Raum.

■ **Neues Rathaus**

Niederwall 23, 33602 Bielefeld

Mo, Di, Fr 07:30 – 15:00 Uhr

Mi 07:30 – 13:00 Uhr

Do 07:30 – 12:00 und 14:00 – 18:00 Uhr

Es gibt einen Still- und Wickelraum I Raum A103

– Den Schlüssel erhält man an der Information im Rathaus.

■ **Pro familia Ortsverband Bielefeld e.V.**

Stapenhorststraße 5, 33615 Bielefeld

Mo 09:00 – 11:00 Uhr & 16:00 – 19:00 Uhr

Di & Mi 16:00 – 19:00 Uhr

Do 09:00 – 11:00 Uhr

Es gibt einen Rückzugs-Raum. Wickel-Tisch.

■ **Spielwarengeschäft Ringelreif**

Obernstraße 15, 33602 Bielefeld

Mo – Fr 10:00 – 18:00 Uhr

Sa 10:00 – 18:00 Uhr

■ **Stadtkinder – Kinderbekleidungsgeschäft**

Gehrenberg 19, 33602 Bielefeld

Di – Fr 10:00 – 13:00 Uhr und 14:00 – 18:00 Uhr

Sa 10:00 – 16:00 Uhr

■ **Stadtwerke Bielefeld – Kundenzentrum Historische Turbinenhalle**

Schildescher Str. 16, 33611 Bielefeld

Mo – Mi, Fr 08:30 – 17:00 Uhr

Do 08:30 – 18:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke

■ **The Coffee Store Bielefeld**

Obernstraße 2, 33602 Bielefeld

Mo – Fr 07:30 – 19:00 Uhr

Sa 08:00 – 19:00 Uhr

So 11:00 – 18:00 Uhr

■ **WOBU Asian American Food**

Arndtstraße 8, 33602 Bielefeld

Mo – Sa ab 12:00 Uhr

So ab 17:00 Uhr

Wickel-Tisch. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

Brackwede

■ **Bäckerei Pollmeier**

Südring 50, 33647 Bielefeld

Mo – Fr 06:00 – 18:00 Uhr

Sa 06:00 – 17:00 Uhr

So 08:00 – 17:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke

■ **IKK classic**

Artur-Ladebeck-Straße 220, 33647 Bielefeld

Mo 08:00 – 16:00 Uhr

Di u. Do 08:00 – 18:00 Uhr

Mi u. Fr 08:00 – 14:00 Uhr

Spiel-Ecke

■ Stadtteilbibliothek Brackwede

Germanenstraße 17, 33647 Bielefeld

Di – Fr 10:00 – 13:00 Uhr / 15:00 – 18:00 Uhr

Sa 10:00 – 13:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke

Dornberg

■ Bielefelder Bauernhausmuseum gGmbH/ Café im Bauernhausmuseum

Dornberger Straße 82, 33619 Bielefeld

Mi – So 10:00-18:00 Uhr

Wickel-Tisch. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

Es gibt einen Sand-Kasten inklusive Sand-Spielzeug. Es gibt Kinderbücher.

Heepen

■ Bäckerei Pollmeier

Oldentruper Straße 111, 33604 Bielefeld

Mo – Fr 06:00 – 18:00 Uhr

Sa 06:00 – 17:00 Uhr

So 08:00 – 17:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke

■ Freizeitzentrum Baumheide

Rabenhof 76, 33609 Bielefeld

Di – Fr 09:00 – 18:00 Uhr

Wickel-Tisch

■ Naturfreundejugend TBW / Boulderhalle Bootshaus

Heeper Str. 364, 33719 Bielefeld

Mo – Fr 10:00 – 15:00 Uhr

ASie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ Prince & Princess Umstandsmode Bielefeld

Alter Postweg 66, 33719 Bielefeld

Mo, Mi, Fr 09:30 – 13:00 / 15:00 – 18:30 Uhr

Di, Do 09:30 – 13:00

Sa 09:30 – 14:00 Uhr

Wickel-Tisch, Spiel-Ecke

■ Quartiersmanagement Baumheide

Am Wellbach 11, 33609 Bielefeld

Di 16:00 – 18:00

Do 10:00 – 12:00 Uhr

Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

Es gibt einen Rückzugs-Raum.

Oldentrup

■ AWO Kreisverband Bielefeld e.V. / AWO Begegnungszentrum Oldentrup

Lüneburger Straße 5, 33719 Bielefeld

Mo 13:00 – 16:00 Uhr

Di & Mi 10:00 – 16:00 Uhr

Do 10:00 – 14:00 Uhr

Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

Es gibt einen Rückzugs-Raum. Es gibt Spiel-Zeug.

Schildesche

■ Familienbildungsstätte Hedwig Dornbusch-Schule e.V.

An der Stiftskirche 13, 33611 Bielefeld

Mo – Fr 08:30 – 12:30 Uhr

Mo und Do 14:30 – 18:00 Uhr

Di und Mi 14:30 – 16:30 Uhr

Es gibt einen Rückzugs-Raum. Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen. Es gibt einen Wickel-Tisch und eine Spiel-Ecke.

Es gibt ein Kurs-Angebot für Familien mit Kindern.

Senne

■ Bezirksamt Senne

Windelsbleicher Straße 242, 33659 Bielefeld

Mo – Fr 08:00 – 12:00 Uhr

Do 08:00 – 12:00 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr

Es gibt einen Rückzugs-Raum (bitte im Bezirksamt 1. Etage melden).

Sennestadt

■ Back World

Rheinallee 2, 33689 Bielefeld

Mo – So 05:00 – 18:30 Uhr

Sie können hier Baby-Nahrung aufwärmen.

■ Bezirksamt Sennestadt

Lindemann-Platz 3, 33689 Bielefeld

Mo – Fr 08:00 – 12:00 Uhr

Do 08:00 – 12:00 Uhr und 14:30 – 18:00 Uhr

Es gibt einen Rückzugs-Raum (bitte im Bezirksamt 3. Etage, Zimmer 311 – 313, melden)

■ Eiscafé Pellegrin

Elebeallee 25, 33689 Bielefeld

Mo – So 10:00 – 19:00 Uhr

Stieghorst

■ dm-drogerie markt

Detmolder Straße 320, 33605 Bielefeld

Mo – Sa 08:00 – 20:00 Uhr

Wickel-Tisch

■ Lechtermann Meisterbäckerei

Stieghorster Straße 64, 33605 Bielefeld

Mo – Sa 07:00 – 20:00 Uhr

■ Lechtermann Meisterbäckerei

Detmolder Straße 550, 33699 Bielefeld

Mo – Fr 07:00 – 18:00 Uhr

Sa 07:00 – 17:00 Uhr

So 08:00 – 12:00 Uhr

Wickel-Tisch

Sie möchten auch ein „stillfreundlicher Ort“ sein?

Unter www.bielefeld.de/node/6149

finden Sie die Voraussetzungen und das Anmeldeformular.

Oder scannen Sie den QR-Code:



Beratungs-, Informations- und Unterstützungsangebote – vor und nach der Geburt

Haben Sie Fragen zum Thema Stillen?
Oder brauchen Sie Unterstützung rund um die Geburt?

Dann melden Sie sich gerne bei den hier aufgeführten Beratungsstellen:



ASB – Hebammenzentrale Bielefeld – Gütersloh

Kontakt:

0521 2704202 oder per Kontakt-Formular der Internet-Seite:
www.asb-hebammenzentrale.de/wo-es-uns-gibt/asb-hebammenzentrale-bielefeld-guetersloh

Was?

Hebammen beraten Sie am Telefon zu allen Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Baby.
Außerdem werden auch Hebammen-Leistungen vermittelt.
Zum Beispiel: Geburts-Vorbereitungs-Kurse, Schwangeren-Vorsorge, Geburts-Begleitung, Wochenbett-Betreuung, Rück-Bildungs-Kurs, Still-Beratung.

[Die Beratung ist kostenlos.](#)

Telefon-Zeiten:

Montag, Mittwoch, Donnerstag: 09:00 bis 11:00 Uhr

AWO Beratungsstelle für Familien und Kinder von 0 bis 6 Jahren

Detmolderstr. 280, 33605 Bielefeld

Kontakt:

0521 9216421 oder familienberatung@awo-owl.de

Was?

- Beratung bei Erziehungs-Problemen
- Beratung bei Beziehungs-Problemen

- Erfragen der Vorgeschichte
- Diagnostik: Bei der Diagnostik bekommen die Probleme eine Bezeichnung.
- Verhaltens-Beobachtung
- Eltern-Beratung
- Familien-Spiel-Therapie
- Kinder-Therapie
- Marte Meo: Das sind Eltern-Kind-Spiel-Stunden, die auf Video aufgenommen werden.
- Begleiteter Umgang
- Beratung für Fach-Kräfte aus der Kita
- Besuche
- Offene Eltern-Sprech-Stunden in Familien-Zentren
- Frühe Hilfen.

Online Beratung ist unter eltern.bke-beratung.de/
Die Beratung ist kostenlos.

Zeiten:

Montag bis Donnerstag: 09:00 bis 16:00 Uhr

Freitag: 09:00 bis 11:00 Uhr

www.awo-jugendundfamilie-owl.de

Die Hebamme in Bielefeld – Hebammenpraxis

Ulrike Bohnes-Berg, Siechenmarschstr. 323, 33615 Bielefeld

Kontakt:

0521 488160 oder ich@die-hebamme-in-bielefeld.de

Was?

Still-Beratung, Beratung zu Baby-Nahrung, Rück-Bildungs-Kurse und vieles mehr.

Eine Anmeldung ist notwendig. Termine nach Vereinbarung.

Alle weiteren Informationen finden Sie auf der Internetseite:

www.die-hebamme-in-bielefeld.de/stillberatungen/

Fachstelle Kinderschutz / Frühe Hilfen

Neues Rathaus, Niederwall 23, 33602 Bielefeld

Kontakt:

0521 51-5555

Was?

Die Fachstelle Kinder-Schutz koordiniert die Angebote der Frühen Hilfen. Hierzu zählen beispielsweise Familien-Hebammen, Familien-Patenschaften oder Familien-Pfleger*innen, Gesundheits-Pfleger*innen und Kinderkranken-Pfleger*innen.

Erreichbarkeit:

Montag bis Mittwoch: 08:00 bis 16:00 Uhr,

Donnerstag: 08:00 bis 18:00 Uhr,

Freitag: 08:00 bis 12:00 Uhr

Weitere Informationen finden Sie auf der Internet-Seite:

www.bielefeld.de/node/10114

Familienbildungsstätte Hedwig Dornbusch-Schule e.V.

An der Stiftskirche 13, 33611 Bielefeld

Kontakt:

0521 982609-0 oder info@hedwig-dornbusch-schule.de

Was?

Umfangreiches Kursangebot rund um die Themen Schwangerschaft & Geburt, z. B. Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse, Still-Vorbereitungskurs, Stillen als Thema in vielen Kursen, Elternstart NRW, Zwergentreff.

Eine Anmeldung ist telefonisch oder per Mail notwendig.

Alle weiteren Informationen finden Sie auf der Internet-Seite:

www.hedwig-dornbusch-schule.de

Familienbüro

Neues Rathaus, Niederwall 23, 33602 Bielefeld

Kontakt:

Heike Bockermann, 0521 51-5252, Katharina Lange, 0521 51-3999
oder familienbuero@bielefeld.de

Was?

Das Familienbüro hilft Familien zu allen Fragen rund um die Themen Schwangerschaft und Geburt.

Zum Beispiel, wenn es um die Frage geht:

Welches Amt ist für was zuständig?

Das Familienbüro vermittelt.

Es informiert Sie auch über die vielfältigen Familien-Angebote in Bielefeld.

Kommen Sie einfach vorbei!

Oder **vereinbaren Sie einen Termin** mit uns.

Sie können sich auch gerne per Telefon, per Post oder Mail bei uns melden

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 08:30 bis 12:30 Uhr

Donnerstag: 08:30 bis 12:30 Uhr und 14:00 bis 18:00 Uhr

(Zimmer G 114/G 116)

www.bielefeld.de/node/6261

Franziskus Hospital

Kiskerstraße 26, 33615 Bielefeld

Kontakt:

0521 5891510 oder elternschule@franziskus.de

Was?

1) Still-Infoabend (letzter Mittwoch im Monat, 18:00 – 20:00 Uhr)

2) Still-Ambulanz – bei akuten Problemen beim Stillen oder bei Fragen rund ums Thema Stillen, eins-zu-eins-Beratung

(dienstags 12:30 – 14:30 Uhr)

3) Still- und Babytreff – bietet Müttern mit ihren Kindern die Möglichkeit zum Austausch von Erfahrungen oder auch Tipps in gemütlicher Atmosphäre. Still- und Laktations-Beraterinnen sind dabei und beantworten alle Fragen rund ums Stillen, um Ernährungs-Fragen, Beikost und viele andere Themen

(dienstags, 10:00 – 12:00 Uhr)

Eine Anmeldung ist notwendig. Die Angebote sind kostenfrei.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internet-Seite:

www.franziskus.de/de/patienten-besucher/elternschule

Frauenmantel e. V.

Diesterwegstraße 9, 33604 Bielefeld

Kontakt:

Julia Rose, info@frauenmantel.net

Was?

Beratungen zum Stillen, zum richtigen Abstillen und zur Flaschen-Nahrung.

Anmeldung per Mail notwendig.

Öffnungszeiten und **Kosten** nach Vereinbarung.

www.frauenmantel.net

Geburtshaus Bielefeld

Wertherstr. 8, 33615 Bielefeld

Kontakt:

0521 5281550 oder kontakt@geburtshaus-bielefeld.de

Was?

Einmal im Monat: Eltern-Café.

Und zwar am 1. Freitag im Monat von 14:00 bis 15:30 Uhr.

Austausch und Antworten auf Fragen rund ums Stillen und Ernährung.

Eine Hebamme oder Still-Beraterin ist auch vor Ort.

Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Kosten: 7,00 €

www.geburtshaus-bielefeld.de

pro familia Ortsverband Bielefeld e.V.

Stapenhorststraße 5, 33615 Bielefeld

Kontakt:

Jaqueline Moll, 0521 124073 oder bielefeld@profamilia.de

Was?

Beratung für Familien: Vor und nach der Geburt.

Sie können in der Beratungs-Stelle stillen.

Es gibt einen Wickel-Tisch.

Eine **Anmeldung** zur **kostenlosen** Beratung ist **nicht** notwendig.

Öffnungs-Zeiten:

Montag und Donnerstag: 09:00 bis 12:00 Uhr

Montag, Dienstag, Mittwoch: 16:00 bis 19:00 Uhr

www.profamilia.de/angebote-vor-ort/nordrhein-westfalen/bielefeld

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Bielefeld

Turnerstr. 4, 33602 Bielefeld

Kontakt:

0521 9619143 oder schwangerschaftsberatung@skf-bielefeld.de

Was?

Der Sozialdienst katholischer Frauen hilft Frauen und Familien in allen Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft. Die Hilfe ist bis zum 3. Geburtstag vom Kind.

In Not-Situationen gibt es auch Geld.

Und zwar aus der Bundes-Stiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens.“

Bitte rufen Sie uns an.

Dann bekommen Sie einen Termin.

Die Angebote sind für Menschen jeder Nationalität.

Und für Menschen jeder Religion.

Die Beratung ist kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym und unterliegt der Schweige-Pflicht.

www.skf-bielefeld.de



Weitere hilfreiche Internet-Seiten* zum Thema Stillen finden Sie hier:

Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen (AFS) – u. a. Stillberatung
www.afs-stillen.de/die-afs/

Berufsverband Deutscher Laktationsberaterinnen IBCLC e.V.
- u. a. Stillberatungssuche
www.bdl-stillen.de/

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft
www.bmel.de/DE/Ernaehrung/GesundeErnaehrung/SchwangerschaftBaby/_Texte/Stillen.html

Bundeszentrum für Ernährung
www.bzfe.de/inhalt/ernaehrung-und-bewegung-von-saeuglingen-und-stillenden-frauen-28127.html

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/stillen/

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.
www.dge.de/ernaehrungspraxis/bevoelkerungsgruppen/schwangere-stillende/

Netzwerk Gesund ins Leben – Alles für die Stillzeit
www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/alles-fuer-die-stillzeit/

La Leche Liga Deutschland e.V. – u. a. Stillberatung
www.lalecheliga.de/

[illegible]

Für Ihre Notizen:

[illegible]

Weiterführende Informationen

finden Sie hier:

(Netzwerk Gesund ins Leben)



Impressum

Herausgegeben von:



Stadt Bielefeld

Gesundheits-, Veterinär- und
Lebensmittelüberwachungsamt

Nikolaus-Dürkopp-Str. 5 – 9, 33602 Bielefeld

gesundheitsamt@bielefeld.de

Verantwortlich für den Inhalt:

Dr. Peter Schmid

Fotos:

Phantermmedia

Quellen:

¹Rouw, E., von Gartzen, A. & Weißenborn, A. Bedeutung des Stillens für das Kind. Bundesgesundheitsbl 61, 945–951 (2018).

²Weltgesundheitsorganisation. 2021. Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern. Abgerufen von <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

Still-Logo: Matt Daigle

Stand:

Juni 2022