



Eine Einrichtung der Gemeinnützigen Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe mbH (GFO) · Titel: © Pixel-Shot/stock.adobe.com

# STILLVORBEREITUNGSKURS

## JEDEN ERSTEN MITTWOCH IM MONAT



Ab Mittwoch,  
06. September 2023  
17.00 – 19.30 Uhr



**GFO Kliniken Niederrhein**  
St. Vinzenz Hospital Dinslaken  
franziskanisch · offen · zugewandt

Dr.-Otto-Seidel-Straße 31-33  
46535 Dinslaken  
Tel. 02064 44-0  
[www.kliniken-niederrhein.gfo-online.de](http://www.kliniken-niederrhein.gfo-online.de)



**GFO Kliniken Niederrhein**  
St. Vinzenz Hospital Dinslaken  
franziskanisch · offen · zugewandt



## Liebe (werdende) Mama,

Stillen ist weit mehr als nur die Bereitstellung von Nahrung. Es wird zwar als das Natürlichste der Welt angesehen, ist jedoch nicht selbstverständlich. Aus diesem Grund ist es von großer Bedeutung, sich gut darauf vorzubereiten.

In meinem Stillvorbereitungskurs möchte ich Ihnen helfen, einen reibungslosen Start in die Stillzeit zu erleben und eine liebevolle Stillbeziehung zu Ihrem Baby aufzubauen.

Der Kurs umfasst eine Vielzahl von Themen, darunter die Vorteile des Stillens und die Eigenschaften von Muttermilch, den Milcheinschuss, das Kolostrum, verschiedene Stillpositionen, die empfohlene Stilldauer, das korrekte Anlegen des Babys an der Brust, Anzeichen einer ausreichenden Trinkmenge, die Ernährung für stillende Mütter, Hilfe bei Stillproblemen und vieles mehr. Zudem werden Stillhilfsmittel und das Abpumpen vorgestellt.

Habe ich Ihr Interesse geweckt und darf ich Sie ein Stück auf dem Weg des Stillens begleiten?

Dann können Sie sich gerne für den Kurs bei Dagmar Grothe anmelden. Der Kurs umfasst eine einzige Kurseinheit, in der wir alle oben aufgeführten Themen in einer entspannten Atmosphäre besprechen werden.

## STILLVORBEREITUNGSKURS

Ab 06.09.2023, jeden ersten Mittwoch  
im Monat von 17.00 bis 19.30 Uhr.

### ANMELDUNG

Montag bis Donnerstag von 08.00 bis 12.30 Uhr  
Tel. 02064 44-1234  
[dagmar.grothe@st-vinzenz-hospital.de](mailto:dagmar.grothe@st-vinzenz-hospital.de)

### GEBÜHR

20€ pro Person

### KURSLEITUNG

mgr Eliza Markowski, Hebamme

### VERANSTALTUNGSORT

GFO Kliniken Niederrhein –  
Standort St. Vinzenz Hospital

Medienzentrum  
Dr.-Otto-Seidel-Straße 31-33  
46535 Dinslaken

