



Infopost März 2019

Liebe Leserinnen und Leser

Die langjährige Präsidentin des Stiftungsrates, Ursula Zybach, tritt auf Ende der aktuellen Amtsperiode im April 2019 zurück. Für die Nachfolge stellt sich Nationalrätin Yvonne Feri zur Verfügung. Auf vielfachen Wunsch ist das neue Faltblatt mit Informationen für Väter jetzt auch gedruckt im Shop bestellbar. Sie finden auch erste Informationen zu Weltstillwoche und Fachtagungen 2019.

Themen in dieser Ausgabe:

- > [Rücktritt Ursula Zybach](#)
- > [Faltblatt für Väter, neu auch gedruckt erhältlich](#)
- > [Weltstillwoche 2019](#)
- > [Fachtagungen 2019](#)
- > [Bildbroschüren: Ernährung der Kinder](#)
- > [Anmeldung für Informationen](#)
- > [Zusammenarbeit mit Juristin](#)
- > [Stillen und Arbeit](#)
- > [Aktuelles aus der Forschung und den Medien](#)
- > [World Breastfeeding Trends Initiative \(WBTi\)](#)
- > [Stillkongress 2019](#)
- > [Swiss Public Health Conference 2019 – Child and Adolescent Public Health](#)
- > [Weiterbildungsangebote unserer Partner](#)
- > [Für Fachpersonen](#)
- > [Aktuelles zu Miapas](#)
- > [psychische Gesundheit in der frühen Kindheit](#)
- > [mamamap](#)
- > [Informationsmaterialien](#)

Mit freundlichen Grüssen
Christine Brennan, Geschäftsleiterin

Stillförderung Schweiz
Schwarztorstrasse 87, 3007 Bern
Tel. 031 381 49 66

[Daten ändern](#) | [Abmelden](#) | [Kontakt](#)

Hier gelangen Sie zum [PDF](#) und zum [Archiv](#).

Rücktritt von Ursula Zybach als Präsidentin

Die langjährige Präsidentin des Stiftungsrates, Ursula Zybach, tritt auf Ende der aktuellen Amtsperiode im April 2019 zurück. Für die Nachfolge stellt sich Nationalrätin Yvonne Feri zur Verfügung.

Seit der Gründung der Stiftung im Jahr 2000 begleitete Ursula Zybach Stillförderung Schweiz, den Stiftungsrat präsidiert sie seit 2007. Sie brachte in diesen 18 Jahren viele wertvolle Impulse ein und trug mit ihrem Wissen und der breiten Erfahrung massgeblich zur Entwicklung der Stiftung bei. Von der breit eingesetzten Stillbroschüre über den Sachcomic «Neuland» bis zu Infomaterial auch für Väter und Merkblättern in Tamilisch, Arabisch, Albanisch und vielen weiteren Sprachen: Ursula Zybach hat die ganze Bandbreite des Themas Stillförderung berücksichtigt und zur Geltung gebracht. Ihr grosses Engagement für die Stiftung wird uns fehlen.

Es freut uns sehr, dass sich als Nachfolgerin von Ursula Zybach die Aargauer Nationalrätin Yvonne Feri für das Präsidium zur Verfügung stellt. Yvonne Feri hat sich auf nationaler Ebene bereits für Anliegen von Stillförderung Schweiz eingesetzt, so etwa mit einem Vorstoss zur Beschränkung von Werbung nicht nur für Säuglingsanfangsmilch, sondern auch für Folgenahrung.

Yvonne Feri ist seit 2011 im Nationalrat und Mitglied der eidgenössischen Kommission für Soziale Sicherheit und Gesundheit. Sie ist unter anderem Präsidentin von Kinderschutz Schweiz, Beirätin im Förderverein für Kinder mit seltenen Krankheiten, Beirätin des Schweizerischen Kompetenzzentrums für Menschenrechte und Präsidentin des Vereins für soziale Gerechtigkeit.

Yvonne Feri will sich mit Stillförderung Schweiz engagieren für optimale rechtliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen für das Stillen und sich dafür einsetzen, dass möglichst viele Kinder während (4 bis) 6 Monaten nach Geburt ausschliesslich gestillt und nach Einführung der Beikost weiter gestillt werden. «Das gesellschaftliche Umfeld soll so gestaltet werden, dass Stillen möglich ist für alle, die dies wollen», konstatiert Yvonne Feri. «Keinesfalls soll auf die Frau ein Druck zum Stillen ausgeübt werden.»

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Yvonne Feri.

Faltblatt für Väter, neu auch gedruckt erhältlich

Im Spannungsfeld widersprüchlicher Erwartungen gilt es, die Rolle als Vater so zu gestalten, wie es für jeden einzelnen passt. Entscheidend ist, dass der Vater eine eigenständige Beziehung zum Baby aufbaut und einen eigenständigen Stil des «Bevaters» entwickelt. Erwünschter Nebeneffekt: Je mehr der Vater der Beziehung und den väterlichen Kompetenzen vertraut, umso weniger wird er sich von kritischen Blicken aus der Ruhe bringen oder durch die innige Beziehung zwischen seiner Partnerin und dem Kind irritieren lassen.

Studien zeigen, dass der Vater grossen Einfluss darauf hat, ob und wie lange seine Partnerin stillt. Die neue Information zum [Lesen auf der Website](#) oder zum Bestellen im [Shop](#) will Väter in ihrer Rolle bestärken.

Im Teil für die Mutter wird auf die Notwendigkeit einer eigenständigen Beziehung des Vaters zum gemeinsamen Baby hingewiesen.

Weltstillwoche 2019

Die Weltstillwoche steht 2019 unter dem Motto «**Eltern unterstützen, Stillen erleichtern!**» und findet in der Schweiz vom 14. bis 21. September statt.

Die Weltstillwoche 2019 macht auf die Bedeutung des sozialen und arbeitsrechtlichen Schutzes für die Elternschaft aufmerksam. Genau vor 100 Jahren nahm die Internationale Arbeitsorganisation der Vereinten Nationen (ILO) den Mutterschutz erstmals in ein Übereinkommen auf. Doch sollten nochmals 80 Jahre vergehen, bis die ILO im Jahr 2000 mit dem Übereinkommen C 183 einen Mindeststandard von 14 Wochen bezahltem Mutterschaftsurlaub sowie das Recht auf bezahlte Stillpausen verankerte.

Stillförderung Schweiz wird auch dieses Jahr wieder kostenlos Karten, Plakate und Hüllen für das Gesundheitsheft mit dem Slogan zur Verfügung stellen. Bestellung ab Juni im Shop und Auslieferung ab August.

[Weitere Informationen](#)

Fachtagungen 2019

Zürich: 29. August 2019, nachmittags

Mikrobiom in Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit

Der Mensch lebt mit einer grossen Anzahl Bakterien zusammen, welche unser Mikrobiom bilden. Die Vielfältigkeit des Mikrobioms ist eng verknüpft mit dem körpereigenen Immunsystem, Immunfunktionen entwickeln sich im Wesentlichen erst unter dem Einfluss der Mikrobiota. Drei Vorträge an der Fachtagung von Stillförderung Schweiz beleuchten die Erkenntnisse über das Mikrobiom in Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit.

- **Das Mikrobiom peripartal – Was wissen wir darüber?**
Dr. med. Natalie Conde, Fachärztin Gynäkologie und Geburtshilfe FMH
- **Die mütterliche Darmflora als Booster des neugeborenen Immunsystems**
Dr. rer. nat. Stephanie Ganai-Vonarburg
- **Muttermilch – ein Eubiotikum?**
Dr. med. Christian Kahlert, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Facharzt für Infektiologie

[Anmeldung](#)

Informationen zur Fachtagung in Lausanne folgen.

Bildbroschüren: Ernährung der Kinder

Gesundheitsförderung Schweiz hat in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung zwei Bildbroschüren zur Ernährung von Kindern herausgegeben:

«Ernährung im 1. Lebensjahr»

Die Bildbroschüre zeigt den Übergang von den Milchmahlzeiten des Babys hin zur festen Nahrung am Familientisch. Speziell beleuchtet werden die Einführung der Lebensmittel sowie die Portionen, welche das Kind im ersten Lebensjahr isst und trinkt, mit je einem Tagesbeispiel über 24 Stunden – vom Morgen (Symbol Sonne) bis in die Nacht (Symbol Mond).

«Ernährung im 2. und 3. Lebensjahr»

Orientierungshilfe für das Essen am Familientisch: Die Bildbroschüre zeigt anhand eines Tagesbeispiels die Portionsgrößen für Kleinkinder im zweiten und dritten Lebensjahr – vom Morgen (Symbol Sonne) bis zum Abend (Symbol Mond).

Die Broschüren gibt es zum Download in 13 Sprachen [hier](#).

Anmeldung für Informationen zum Stillen

Seit 2014 ist der Artikel 60 ([Arbeitszeit und Stillzeit bei Schwangerschaft und Mutterschaft](#)) der Verordnung 1 zum Arbeitsgesetz (ArGV 1) über bezahlte Stillpausen in Kraft.

Bei der Wiederaufnahme der Arbeit stillen viele Mütter frühzeitig ab, weil sie sich ihrer Rechte zum Stillen am Arbeitsplatz nicht bewusst sind oder glauben, es lasse sich organisatorisch nicht einrichten.

Mit der Anmeldung «**Ja, ich will mehr über das Stillen wissen**» trägt Stillförderung Schweiz dazu bei, dass mehr Mütter mit Informationen zum Thema versorgt werden können. Die Frauen melden sich mit ihrer E-Mail-Adresse und dem Geburtstermin bei Stillförderung Schweiz an. Die Angemeldeten erhalten vor Ende des Mutterschaftsurlaubs Informationen zum Thema Rückkehr an den Arbeitsplatz und Weiterstillen, Informationen zu rechtlichen Grundlagen, Checklisten zur Vorbereitung, Informationsblätter für den Arbeitgeber sowie nützliche Links und Adressen.

Erfolgt die Anmeldung vor oder kurz nach der Geburt, erhalten die Frauen auch ein erstes Mail mit Informationen zum Stillen, zu Unterstützungsmöglichkeiten und zu mamamap.

(Auf vielseitigen Wunsch finden Sie hier die Inhalte des [1. Mails](#) und des [2. Mails](#).)

Die Anmeldekarte wird durch Fachpersonen (Hebammen, Stillberaterinnen, GynäkologInnen, PädiaterInnen, Mütter- und Väterberaterinnen, Spitäler) an werdende und neue Mütter abgegeben und kann bei Stillförderung Schweiz kostenlos bezogen werden: [Shop](#)

Bereits haben wir viele Anmeldungen erhalten. Wir danken allen für die Unterstützung beim Abgeben der Karten.

Zusammenarbeit mit Juristin

Für Fragen im Zusammenhang mit Rechten von stillenden Müttern arbeiten wir mit einer Juristin zusammen und können dadurch die Mütter noch besser unterstützen. Diese Möglichkeit der rechtlichen Unterstützung wird sehr geschätzt. Die Juristin hilft auch weiter bei Fragen, wohin man sich wenden kann, wenn keine Einigung mit dem Arbeitgeber erzielt werden kann.

Fragen nehmen wir gerne entgegen: contact@stillfoerderung.ch

Stillen und Arbeit

Stillförderung Schweiz setzt sich zum Ziel, nicht nur Fachpersonen und Eltern über die Rechte von stillenden Müttern bei Wiederaufnahme der Arbeit aufzuklären, sondern auch Arbeitgeber für das Thema zu sensibilisieren. Dazu werden laufend Arbeitgeber über die Abläufe im Betrieb befragt und auf die [Merkblätter](#) von Stillförderung Schweiz hingewiesen.

Aktuelles aus der Forschung und den Medien

Mikrobiom der Muttermilch beim Stillen im Vergleich zum Pumpen

Die Resultate einer kanadischen Studie deuten darauf hin, dass die Milchkrobiota sowohl vom Mund des Säuglings als auch von Umweltquellen wie Milchpumpen beeinflusst wird. Um die Auswirkungen dieser Veränderungen auf das Darmmikrobiom und die Gesundheit des Säuglings zu beurteilen, sind weitere Studien nötig. [Zur Studie \(in Englisch\)](#)

Gewichtsentwicklung: Stillen ist die beste Wahl

Einer aktuellen Studie in der Fachzeitschrift «Pediatrics» zufolge wirkt sich Stillen bzw. Muttermilch direkt aus der mütterlichen Brust am besten auf das Gewicht des Babys aus. Abgepumpte Muttermilch aus der Flasche hat demnach nicht ganz so viele Vorteile, ist aber – in Bezug auf die Gewichtsentwicklung – besser als Säuglingsnahrungsmittel.

[Zur Studie \(in Englisch\)](#)

Zusammengestellt vom Europäischen Institut für Stillen und Laktation:

- [ABM-Protokoll Nr. 7 aktualisiert: Best-Practice-Modell für peri- und postnatale Betreuung](#)
- [Interessenkonflikte und Verflechtungen mit der Babynahrungsindustrie](#)
- [Klinikroutinen in den ersten Postpartum-Stunden und ihre Wirkung auf das Stillen](#)

In den Medien

- [Stillen in der Schweiz: Mythos und Realität: Interview mit zwei Stillberaterinnen von der Stillberatung des Universitätsspitals Bern](#)
- [Junge Erwachsene im Dilemma zwischen traditionellen Familienvorstellungen und modernen Ansichten](#)
- [Einstein „Die Geheimnisse der Muttermilch: Muttermilch ist das älteste Nahrungsmittel der Welt und steckt voller wichtiger Inhaltsstoffe. Nicht nur für Babies ist der Wundertrank gut - Muttermilch wird auch gegen Krebszellen eingesetzt. Nun will die Forschung ihre Geheimnisse lüften.“](#)
- [10vor10. Unsere Stiftungsrätin und Präsidentin des Fachbeirates PD Dr. med. Katharina Quack Lötscher gibt Auskunft.](#)
- [Treffpunkt „Die Muttermilch ist viel mehr als blosse Ernährung“. Unsere Noch-Stiftungsratspräsidentin Ursula Zybach im Gespräch.](#)

World Breastfeeding Trends Initiative (WBTi)

Die WBTi (World Breastfeeding Trends Initiative) ist ein Audit betreffend Stillpolitik, das 2005 ins Leben gerufen wurde. 15 Kriterien werden bewertet und erlauben einen internationalen Vergleich.

Für die Schweiz wurde der WBTi-Bericht noch nicht erstellt, aber in anderen europäischen Ländern sind erste Berichte erschienen: Grossbritannien, Spanien, Portugal 2016, Albanien, Mazedonien, [Frankreich 2017](#), [Deutschland 2018](#), Italien 2018.

Die Initiative wurde in der Schweiz Anfang September 2018 lanciert unter dem Namen [WBTi Swiss](#).

[WBTi International](#)

Stillkongress 2019

Ein Programm mit vielfältigen Themen am Stillkongress vom 13./14. September 2019 in Olten:

Ist stillen modern? Wie passt das Stillen in unsere Zeit? Stillen polarisiert und enthält viele politische Aspekte. Haben geburtshilfliche Interventionen Auswirkungen auf das Stillen? Welcher Behandlungsansatz könnte bei Still Schwierigkeiten auch unterstützen? Was hat das Stillen der Säuglinge und Kleinkinder mit Armut und Chancengleichheit zu tun? Und was hat gar Humor mit Stillen gemeinsam? [Weitere Informationen](#)

Swiss Public Health Conference 2019

Child and Adolescent Public Health

28. + 29. August 2019 - ZHAW, Winterthur

Frühförderung und Prävention zahlen sich aus. Gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen und Verhalten im Kindesalter haben einen grossen Einfluss auf spätere Gesundheit und Zufriedenheit im Leben. So ist unbestritten, dass ungleicher Zugang zu Gesundheitsvorsorge und Bildung während der frühen Kindheit zu Ungleichheit in Fähigkeiten, Leistungen, Gesundheit und allgemeinem Erfolg im Erwachsenenleben führen. [Weitere Informationen](#)

Weiterbildungsangebote unserer Partner

[Weiterbildung Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit – was gilt?](#)

23. Mai 2019 in Zürich, organisiert durch den Verein PEPS

[Überforderte Säuglinge – Überforderte Eltern? Schreien, Schlafen und Füttern als Herausforderung](#)

16. Mai 2019 in Zürich, organisiert durch Kinderärzte Schweiz

Weitere Kursangebote und Tagungen unserer Partner sind zu finden in der [Agenda](#).

Melden Sie uns Ihre Tagung oder Veranstaltung für unsere Agenda: contact@stillfoerderung.ch

Für Fachpersonen

[Literatur, Videos und sonstige Materialien](#), zusammengestellt vom Europäischen Institut für Stillen und Laktation.

[Fachseiten](#) mit aktuellem Stillwissen vom Europäischen Institut für Stillen und Laktation

Ausbildung zur Stillberaterin:

- [eLearning](#)
- [Ausbildungsangebote in französischer Sprache](#)
- [CAS Still- und Laktationsberatung an der Berner Fachhochschule Gesundheit](#)

Projekt Miapas von Gesundheitsförderung Schweiz

Aktuelles zum Projekt Miapas

Um die Gesundheit von Kindern und ihren Eltern von der Zeugung bis zum vierten Lebensjahr zu fördern, führt Gesundheitsförderung Schweiz seit 2015 zusammen mit nationalen Partnern das Projekt Miapas durch. Dieses zielt einerseits darauf ab, die politisch Verantwortlichen für die Wichtigkeit der Gesundheitsförderung im Kleinkindalter zu sensibilisieren. Andererseits fördert es die Zusammenarbeit zwischen den im Kleinkindbereich tätigen Fachleuten, um auf nationaler Ebene gemeinsame Botschaften zu den Themen Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit zu formulieren.

Das Konzept 2017-2018 des Projekts Miapas wurde um ein Jahr, d.h. bis Ende 2019, verlängert. Mit dieser Verlängerung können die anfänglich gesetzten Ziele erreicht und der Inhalt des nächsten Konzepts festgelegt werden.

Vernetzung

Der Verband Kinderbetreuung Schweiz, die Schweizerische Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -Psychotherapie (SGKJPP) und die Schweizerische Vereinigung für Kinder- und Jugendpsychologie (SKJP) gehören neu auch der Resonanzgruppe Miapas an. Wir begrüssen unsere drei neuen Mitglieder und freuen uns, dass die Bereiche ausserfamiliäre Betreuung und psychische Gesundheit nun stärker vertreten sind.

Ernährung – Schulungsmodule

Die vier Weiterbildungsmodule zur Ernährung in Schwangerschaft, Stillzeit und im Kleinkindalter stehen für Fachpersonen in Französisch und Deutsch zur Verfügung. Sie enthalten ein Handbuch und eine PowerPoint-Präsentation und beinhalten Grundkenntnisse und aktuelle Erkenntnisse zum Thema Ernährung. Bei Interesse an einer Verwendung dieser Module in Ihrer Organisation, Sektion oder in Ihrem Kanton, steht das Projektteam von Miapas gerne zur Verfügung, um die bedarfsgerechten Modalitäten zu klären. Gegenwärtig freuen wir uns über den Einsatz des Materials im Rahmen bestehender Schulungen oder Austauschtagungen und treffen dabei auf breite Zustimmung.

Bewegung – Empfehlungen während und nach der Schwangerschaft

Die [Empfehlungen](#) «Gesundheitswirksame Bewegung bei Frauen während und nach der Schwangerschaft» wurden im Rahmen eines Auftrags an die Universität Zürich in Zusammenarbeit mit weiteren Organisationen erstellt. Sie richten sich an Fachpersonen, welche die Frauen während und nach der Schwangerschaft begleiten. Diese Empfehlungen sind verfügbar auf Französisch, Deutsch und Italienisch.

Förderung der psychische Gesundheit in der frühen Kindheit

[Empfehlungen](#) für Fachpersonen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen (Gesundheitsförderung Schweiz)

Die Gesundheit der Kinder bildet das Fundament einer starken Gesellschaft. Gesundheit wird immer wieder neu definiert, sowohl in körperlicher, psychischer als auch sozialer Hinsicht. Kinder brauchen liebevolle, verfügbare und verlässliche Erwachsene. Mit ihren Vorstellungen und ihrem Verhalten nehmen Eltern und andere enge Bezugspersonen direkt Einfluss auf die psychische Gesundheit ihrer Kinder. Dies fängt schon während der Schwangerschaft an.

Oft werden Familien mit Kindern im Alter von 0 bis 4 Jahren von verschiedenen Fachleuten begleitet. Um eine umfassende Unterstützung zu gewährleisten, braucht es eine gute Vernetzung, eine interdisziplinäre Zusammenarbeit sowie eine gemeinsame Sprache.

Die vorliegenden Empfehlungen wurden im interdisziplinären Austausch entwickelt und sollen als Diskussionsgrundlage der weiteren Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Professionen dienen. Die Empfehlungen basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und umfassen praxisbezogene Hinweise für die Arbeit mit Kindern, Eltern und Bezugspersonen.

Im ersten Teil wird erläutert, was unter psychischer Gesundheit in der frühen Kindheit verstanden wird und wie sie gefördert werden kann. Der zweite Teil beinhaltet 12 Empfehlungen, die anhand alltagsnaher Situationen veranschaulichen, wie die psychische Gesundheit von Kleinkindern konkret gefördert werden kann. Fachpersonen können die Broschüre in Gesprächen mit Eltern und Bezugspersonen beziehen, um sie im Umgang mit Kleinkindern zu unterstützen.

mamamap – Stillen unterwegs

Neu können jetzt auch Feedbacks zu den Stillorten angegeben und abgerufen werden. [Beispiel](#)
Schauen Sie rein: mamamap.ch

Die öffentlich zugänglichen Stillorte sind auch auf einer Karte ersichtlich. Kennen Sie einen stillfreundlichen Ort, der noch nicht auf mamamap.ch aufgeführt ist? Dann melden Sie den Ort an.

Informationsmaterialien

Anschauen und bestellen im Shop: stillfoerderung.ch/shop

FAQ (Frequently Asked Questions)

Weitere Informationsmaterialien für Migrantinnen:

Mit der einfachen Bezugsmöglichkeit von mehrsprachigen Informationen zu Gesundheitsfragen trägt migesplus.ch dazu bei, Zugangsbarrieren abzubauen und die gesundheitliche Situation von Migrantinnen und Migranten zu verbessern.

