

Fortbildung:

Stillen ist gesund – Förderung von Stillen und gesunder Ernährung im ersten Lebensjahr

Referentin: Anja Bier, Still- und Laktationsberaterin IBCLC (Europäisches Institut für Stillen und Laktation)

Datum: 15.11.2022, **Ort:** Potsdam (**Ort wird noch genau angegeben**), **Zeit:** von 9:30–16:00 Uhr

Anmeldung: A.K. Kessner, ann-kathrin.kessner@fh-potsdam.de,
a.kessner@familienzentrum-potsdam.de

Muttermilch ist die natürliche und optimale Ernährung für Säuglinge. Stillen fördert sowohl kurz- als auch langfristig auf vielfältige Weise die Gesundheit von Kind und Mutter. Dieses Wissen ist zwar allen Familien und Fachkräften bekannt und doch werden immer weniger Kinder in Deutschland gestillt.

Fachkräfte, die junge Familien in den ersten Monaten der Elternschaft begleiten, unterstützen und beraten können durch kompetente Wissensvermittlung und Ermutigung das Stillen sowie eine gesunde Ernährung in den ersten Lebensjahren fördern.

Um die Rahmenbedingungen zum Stillen zu verbessern, bestehende Unsicherheiten bei Eltern und Fachkräften zu senken und abzubauen, möchten das „Netzwerk Frühe Hilfen“ und das „Netzwerk Gesunde Kinder“ in Kooperation mit dem „Netzwerk Gesund ins Leben“ (Bundeszentrums für Ernährung, BZfE) zu dieser speziellen Fortbildung einladen. Jede Frau soll mit ihrem Baby möglichst individuell nach ihren Bedürfnissen unterstützt und begleitet werden.

In der Fortbildung werden die neusten Erkenntnisse aus Wissenschaft und Forschung zum erfolgreichen Stillen sowie gesunde Ernährung in den ersten Lebensjahren vorgestellt und anhand von vielen Praxisbeispielen erläutert. Es werden einheitliche Botschaften sowie praktische Tipps für Eltern zur Ernährung und Bewegung vermittelt, damit die Familien und ihre Kinder gesund leben und aufwachsen können. Im dialogischen, partizipativen Austausch miteinander können Möglichkeiten der Unterstützung und Förderung diskutiert und in die aktuellen Praxisfelder übertragen werden. Gleichzeitig sollen gemeinsame Strategien und Perspektiven zur Stillförderung in der Gruppe erarbeitet werden.

eine gemeinsame Veranstaltung von
Netzwerk Frühe Hilfen, Netzwerke Gesunde Kinder, Netzwerk Gesund ins Leben¹ und dem
Hebammenverband Brandenburg

Bärbel Derksen, Landeskoordination, Kompetenzzentrum Frühe Hilfen, FH Potsdam
Annett Schmok, Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V., Landeskoordinierungsstelle NgK
Josepha Seesing, Stillbeauftragte des Hebammenverbandes Brandenburg



¹ **Hintergrund Netzwerk Gesund ins Leben.** Gesund ins Leben ist ein Netzwerk von Institutionen, Fachgesellschaften und Verbänden zur Förderung der frühkindlichen Gesundheit – von der Schwangerschaft bis ins Kleinkindalter. Es werden einheitliche Botschaften an Eltern vermittelt zur Ernährung und Bewegung, damit sie und ihre Kinder gesund leben und aufwachsen. Auf www.gesund-ins-leben.de sind praktische Tipps von der Schwangerschaft bis ins Kleinkindalter zu finden. Gesund ins Leben ist angesiedelt im Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) und Teil des Nationalen Aktionsplans „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“.