

Nestkompass®

# Stillwissen!

## STARTE ENTSPANNT IN DIE STILLZEIT

### STILLVORBEREITUNG – DEIN WEG ZU EINEM GELUNGENEN STILLSTART!

STILLEN IST MEHR ALS NAHRUNG – ES BEDEUTET NÄHE, VERTRAUEN UND GEBORGENHEIT. IN MEINEM KURS BEKOMMST DU **VOR DER GEBURT** DAS **WISSEN** UND DIE **SICHERHEIT**, DIE DIR DEN **START ERLEICHTERN**. DU KANNST DAS – UND ICH ZEIGE DIR, WIE!

#### THEMEN DIE WIR BESPRECHEN:

- BINDUNG UND ERSTES STILLEN NACH DER GEBURT
- VERSCHIEDENE POSITIONEN ZUM ANLEGEN
- ANZEICHEN DAFÜR, DASS DAS BABY GESTILLT WERDEN MÖCHTE
- SCHLAF- UND TRINKRHYTHMUS EINES NEUGEBORENEN
- URSACHEN UND UMGANG MIT DEM ABENDLICHEN WEINEN
- ERNÄHRUNG DER MUTTER IN DER STILLZEIT

Ich freue mich auf dich!  
Melissa

Preis: 67€ inkl. Snacks & Handout

Wann? 10.05.2025 von 15-18 Uhr

Für Wen? Ab der 20. SSW - 30. SSW oder Großeltern

Ort: Pöllatstr. 15, 81539 München

Anmeldung bis 07.05.2025

Raum für Fragen & Anmeldung unter:



oder per Mail an:  
Nestkompass@gmail.com

kontingentplätze vorhanden hierfür unter [ftg@gfsa-muenchen.de](mailto:ftg@gfsa-muenchen.de) anmelden!

