

## STILLWISSEN IN DER GESELLSCHAFT FÖRDERN: WELCHE MÖGLICHKEITEN HABEN WIR?



Foto: EISL, Philipp Schütz

**EISL FACHTAGUNG**  
**„STILLFÖRDERUNG AUF ALLEN EBENEN“ AM 27.11.2025**  
**SIMONE LEHWALD, IBCLC, DIREKTORIN EISL**



## Transparenzerklärung

Ich versichere, dass keinerlei Interessenskonflikte aufgrund wirtschaftlicher oder persönlicher Verbindungen zum dargestellten Thema bestehen. Als IBCLC verpflichtet ich mich zur Einhaltung des WHO-Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten.

*Simone Lehwald*

Simone Lehwald, IBCLC

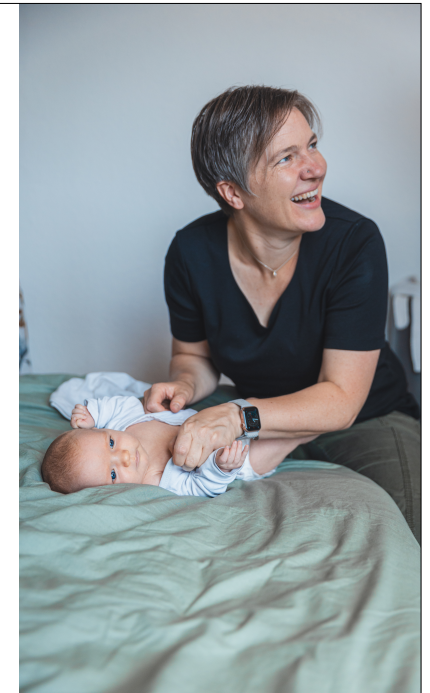


Bild: EISL, Philipp Schütz



***STILLWISSEN FÖRDERN IN DER  
GESELLSCHAFT - WELCHE  
MÖGLICHKEITEN HABEN WIR?***

***STILLEN FÖRDERN IN DER  
GESELLSCHAFT - WELCHE  
MÖGLICHKEITEN HABEN WIR?***



# STILLEN SCHÜTZEN

„Von den ersten Momenten im Leben eines Kindes an ist das Stillen eine ultimative Massnahme zur Sicherung des Überlebens und der Entwicklung des Kindes.“

„Babys, die nicht gestillt werden, haben ein durchschnittlich 14-mal höheres Risiko, vor ihrem ersten Geburtstag zu sterben, als Babys, die ausschließlich gestillt werden“

WHO-Generaldirektor Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus,  
Statement UNICEF international, 2. August 2023,



Bild: EISL, Philipp Schütz

## GLOBAL BREASTFEEDING SCORECARD 2024

BEWERTUNG NATIONALER BEMÜHUNGEN ZUR STILLFÖRDERUNG DURCH DAS GBC

„Global Breastfeeding Collective“ (GBC): WHO, UNICEF und über 25 internationale Organisationen, darunter auch ILCA

Vorstellung der Scorecard 2024 im Rahmen der diesjährigen Nutrition for Growth (N4G)-Konferenz in Paris im März. Hier ging es um globale Nachhaltigkeitsziele, bei denen auch das Thema Ernährung einen großen Stellenwert hat.

„Weltweit ist die Rate für ausschließliches Stillen in den ersten 6 Lebensmonaten (exclusive Breastfeeding - EBF) in den letzten 10 Jahren um 10 Prozentpunkte gestiegen, 2024 lag sie bei 48%. Das Ziel ist eine EBF-Rate von 70%.“





## GLOBAL BREASTFEEDING SCORECARD 2024

BEWERTUNG NATIONALER BEMÜHUNGEN ZUR STILLFÖRDERUNG DURCH DAS GBC

### Babyfreundliche Krankenhausinitiative, BFHI

**Die Umsetzung der „10 Schritte zum erfolgreichen Stillen“ der BFHI zählt zu den wirksamsten Maßnahmen zur Förderung und zum Schutz des Stillens.**

Derzeit geben lediglich 14% der Länder an, dass die Mehrheit der Geburten (3/4 und mehr) unter Bedingungen der 10 Schritte zum erfolgreichen Stillen stattfinden.

Nur 20% der Länder geben an, dass die Mehrzahl der Babys (3/4 und mehr) nach der Geburt beim Stillen beobachtet wird und die Mütter eine Unterstützung beim Stillen in der ersten Zeit bekommen.

Weltgesundheitsorganisation und Kinderhilfswerk der Vereinten Nationen, Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens in Einrichtungen, die Geburtshilfe und Neugeborenenversorgung anbieten: Umsetzung der überarbeiteten Initiative „Babyfreundliches Krankenhaus“, 2018, WHO und UNICEF, Genf, 2018.

## STILLEN FÖRDERN: ERFOLGSGESCHICHTEN

### BEISPIEL SOMALIA

Durch die Integration von Programmen zur Stillförderung konnte die EBF-Rate in Somalia von 5,3% im Jahr 2009 auf 33,7% im Jahr 2019 angehoben werden.

### BEISPIEL SRI LANKA

Sri Lanka hat nach Einführung und landesweiter Integration der Ten Steps to Successful Breastfeeding in nahezu allen Geburtskliniken die EBF-Rate massiv steigern können: von etwa 19 % (1993) auf >80 % (2016) bei gleichzeitig sehr hoher BFHI-Abdeckung der Geburtskliniken



Bild: [www.babyfriendly.com](http://www.babyfriendly.com)



## GLOBAL BREASTFEEDING SCORECARD 2024

BEWERTUNG NATIONALER BEMÜHUNGEN ZUR STILLFÖRDERUNG DURCH DAS GBC

### WHO-Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten (WHO-Kodex):

**Die Zahlen für EBF und Gesamtstillen sind in den Ländern, die Gesetze erlassen haben, die mit dem WHO-Kodex übereinstimmen erheblich höher.**

Bis 2024 haben insgesamt 33 Länder, das entspricht 17% der Länder weltweit, Maßnahmen eingeführt, die im Wesentlichen mit dem WHO-Kodex übereinstimmen.

Hier sieht das GBC eine tragende Verantwortung bei den Regierungen. Um die Stillraten zu verbessern sind Gesetze zur Einschränkung der Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten, einschließlich digitaler Marketingpraktiken, unerlässlich. Ebenso braucht es klar definierte staatliche Behörden, die für die Umsetzung und Durchsetzung des Kodex zuständig sind.

Weltgesundheitsorganisation und Kinderhilfswerk der Vereinten Nationen, Wie die Vermarktung von Säuglingsanfangsnahrung unsere Entscheidungen zur Säuglingsernährung beeinflusst, UNICEF und WHO, New York und Genf, 2022.

## STILLEN FÖRDERN: ERFOLGSGESCHICHTEN

### BEISPIEL SIERRA LEONE:

Sierra Leone konnte die EBF-Rate seit 2013 von ehemals 32% auf derzeit 51% anheben, nachdem ein Gesetz verabschiedet wurde, das praktisch alle Bestimmungen des Kodex umfasst.

### BEISPIEL TIMOR-LESTE:

Erst 2023 hat die Regierung von Timor-Leste ein Gesetz zur Durchsetzung des WHO-Kodex und zur Schaffung eines Rechtsrahmens zum Schutz des Stillens verabschiedet. Daraufhin stieg die EBF-Rate für Kinder von 0-5 Monaten von 50,2% auf derzeit 65% an.



Bild: www.who.int



## GLOBAL BREASTFEEDING SCORECARD 2024

BEWERTUNG NATIONALER BEMÜHUNGEN ZUR STILLFÖRDERUNG DURCH DAS GBC

### Schutz der Mütter am Arbeitsplatz

**Ein bezahlter Mutterschaftsurlaub ist mit einer längeren Stillzeit und einer höheren Wahrscheinlichkeit des EBF verbunden.**

Die „International Labour Organization“ (ILO) empfiehlt einen zu 100% bezahlten Mutterschaftsurlaub von 18 - 25 Wochen und mehr, finanziert aus öffentlichen Mitteln, damit Mütter ausschließlich stillen können. Nur 10% aller Länder erfüllen den erforderlichen Standard von mind. 18 Wochen.

Stillräume am Arbeitsplatz und bezahlte Stillpausen sind kostengünstige Maßnahmen, die die Stillraten, die Arbeitsleistung und die MA-Zufriedenheit verbessern, werden aber nur von 20% der Länder gesetzlich vorgeschrieben.

Navarro-Rosenblatt, D., und Garmendia, M.L., „Mutterschaftsurlaub und seine Auswirkungen auf das Stillen: Eine Literaturübersicht“, Breastfeed Med., Band 13, Nr. 9, November 2018, S. 589–597.

## STILLEN FÖRDERN: ERFOLGSGESCHICHTEN

### **BEISPIEL CHINA:**

In China stieg die EBF-Raten von 20,8% im Jahr 2013 auf 35,1% im Jahr 2017 durch Anhebung des Mutterschaftsurlaubs von 12 auf 14 Wochen.

### **BEISPIEL VIETNAM:**

Vietnam verlängerte 2012 den bezahlten Mutterschaftsurlaub von 4 auf 6 Monate, woraufhin die EBF-Rate bis zum Jahr 2020 von 24% auf 45% stieg.

### **BEISPIEL KENIA:**

Das kenianische Parlament hat 2017 ein Gesundheitsgesetz verabschiedet, dass die Rechte für stillende Mütter am Arbeitsplatz stärkt. Die EBF-Rate stieg daraufhin von 32% auf 60% in 2022.



Bild: [www.ilo.org](http://www.ilo.org)





# STILLEN IN EUROPA

*„Unter allen Regionen weltweit weist die Europäische Region der WHO mit etwa 25 % die niedrigste Rate an ausschließlichem Stillen im Alter von 6 Monaten auf. Niedrige Stillraten und frühzeitiges Abstillen haben erhebliche negative Auswirkungen auf die Gesundheit von Frauen, Säuglingen und Kleinkindern. Der Schutz, die Förderung und die Unterstützung des Stillens sind eine Priorität im Bereich der öffentlichen Gesundheit.“*

Theurich, M. et al.; Breastfeeding Rates and Programs in Europe: A Survey of 11 National Breastfeeding Committees and Representatives, DOI: 10.1097/MPG.0000000000002234

**Die Stillraten in Europa sind weltweit die niedrigsten**

Beispiel D: EBF-Rate = 8,3% (SuSe II, 2018/19) 

Beispiel Ö: EBF-Rate = 1,9% (Sukie 2021) 

**Tabelle 3/2:** Ernährungsformen im Verlauf des 1. Lebensjahres (Häufigkeiten in Prozent aller Säuglinge)

Ernährungsformen	Alter				
	2 Wochen	2 Monate	4 Monate	6 Monate	12 Monate
ausschließlich Muttermilch	71,7	67,4	55,8	8,3	0,0
überwiegend Muttermilch	2,7	3,9	4,3	2,3	0,0
Zwimilch	17,4	17,8	12,0	0,9	0,0
Muttermilch (+ Säuglingsanfangsnahrung, Folgenahrung) + Beikost	0,0	0,3	10,2	66,1	41,1
ausschließlich Säuglingsanfangsnahrung, Folgenahrung	8,2	10,5	11,8	1,3	0,0
Säuglingsanfangsnahrung, Folgenahrung + Beikost	0,0	0,1	5,8	20,9	42,3
Beikost (keine Muttermilch, Säuglingsanfangsnahrung oder Folgenahrung)	0,0	0,0	0,0	0,1	16,6

Kersting M, Hockamp N, Burak C et al.: Studie zur Erhebung von Daten zum Stillen und zur Säuglingsernährung in Deutschland – SuSe II. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 14. DGE-Ernährungsbericht. Vorveröffentlichung Kapitel 3. Bonn (2020)



Tabelle 11 Stillprävalenz unterteilt nach Ausschließlich Stillen, Überwiegend Stillen, Teilstillen und Stillen gesamt

Alter der Kinder	Ausschließlich Stillen (nur Muttermilch)	Überwiegend Stillen (Muttermilch + Wasser/Tee)	Teilstillen (Muttermilch + MilCHFertignahrung und/oder Beikost)	Stillen gesamt
Beginn (1 Woche)	55,5	2,5	38,7	96,7
14 Tage (2 Wochen)	50,8	3,7	40,9	95,4
4 Monate (17 Wochen)	30,5	3,7	43,2	77,4
6 Monate (26 Wochen)	1,9	0,8	61,5	64,1
12 Monate (52 Wochen)	0,0	0,2	40,6	40,8

Sukie – Studie zum Stillverhalten und zur Kinderernährung in Österreich Endbericht, 2021

# BFHI

## BABYFREUNDLICHE KRANKENHAUS INITIATIVE

### Theorie:

In Deutschland ist BFHI bereits seit über 30 Jahren mit derzeit 175 Mitgliedern aktiv, 110 Kliniken sind zertifiziert, 50 weitere Krankenhäuser haben ein Interesse an der Zertifizierung bekundet.

In Österreich ist BFHI seit 1996 aktiv.



Bild: [www.babyfriendly.com](http://www.babyfriendly.com)



# BFHI

## BABYFREUNDLICHE KRANKENHAUS INITIATIVE

### Realität:

- „Ich will das Personal nicht belasten“ – viele Frauen trauen sich nicht, Hilfe einzufordern.
- „Stillen muss schnell funktionieren, sonst stimmt etwas nicht“ – gesellschaftlich verbreitete Ungeduld setzt die Mutter unter Druck.
- „Ein ruhiges Baby ist ein gutes Baby“
- „Das Baby soll nicht verwöhnt werden“ – Angehörige und sogar manche Mitarbeitende geben Ratschläge, die dem stillfreundlichen Konzept entgegenstehen.
- „Jede:r sagt hier etwas anderes“ – inkonsistente Aussagen verunsichern Mütter.



Bild: [www.babyfriendly.com](http://www.babyfriendly.com)

# BFHI

## BABYFREUNDLICHE KRANKENHAUS INITIATIVE

### Konsequenz:

Obwohl die Strukturen da sind, kann die stillfördernde Betreuung ihre volle Wirkung nicht entfalten. Mütter verlassen oft verunsichert die Klinik, beginnen früh mit Zufütterung oder tragen bereits negative Erfahrungen in die ambulante Stillzeit hinein.

Knobloch-Maculuvé, J. & Steinhäuser, J. (2024). Versorgung von Familien im Wochenbett – eine qualitative Studie. Zeitschrift für Allgemeinmedizin,



Bild: [www.babyfriendly.com](http://www.babyfriendly.com)



# WHO-KODEX

ZUR VERMARKTUNG VON MUTTERMILCHERSATZPRODUKTEN

## Theorie:

Deutschland und Österreich haben den 1981 verabschiedeten WHO-Kodex der „eine sichere und angemessene Ernährung für Säuglinge und Kleinkinder sicherstellen soll“, politisch akzeptiert ...



Bild: www.who.int

# WHO-KODEX

ZUR VERMARKTUNG VON MUTTERMILCHERSATZPRODUKTEN

## REALITÄT:

... aber nicht gesetzlich implementiert.

- Säuglingsnahrung wird in Drogerien, Apotheken und auf Social Media beworben - oft emotional und subtil als „Unterstützung“ inszeniert.
- Eltern bekommen „Begrüßungspakete“ und „Vorteilscoupons“ für Pre-Nahrung - und empfinden das als nette Unterstützung, nicht als Marketing.
- Hersteller finanzieren Fortbildungen oder Materialien für Fachpersonal - gesellschaftlich kaum problematisiert.
- Werbung wird als „Information“ wahrgenommen und nicht kritisch hinterfragt, weil kulturell kaum Bewusstsein dafür besteht, dass diese Informationen verzerrt sein können.



Bild: www.who.int



# WHO-KODEX

ZUR VERMARKTUNG VON MUTTERMILCHERSATZPRODUKTEN

## Konsequenz:

Wenn Werbung für Pre-Nahrung als *normal* gilt, dann wird:

- Zufüttern schneller als gleichwertige Alternative gesehen
- Stillen oft als Option unter vielen betrachtet
- das Vertrauen in die eigene Stillfähigkeit durch Werbebotschaften indirekt untergraben („mehr Kontrolle“, „bessere Sättigung“, „komfortabler für die Mutter“)

[www.stillen-institut.com/de/der-who-kodex-ein-weltweites-instrument-zum-schutz-des-stillens.html](http://www.stillen-institut.com/de/der-who-kodex-ein-weltweites-instrument-zum-schutz-des-stillens.html)



Bild: [www.who.int](http://www.who.int)

# MUTTERSCHUTZ

## Theorie:

In Deutschland und Österreich haben Arbeitnehmerinnen nach dem Wiedereinstieg in die Erwerbstätigkeit ein verbrieftes Recht auf:

- bezahlte Pausen zum Stillen oder Abpumpen,
- einen geeigneten Raum hierfür,
- Schutz vor Benachteiligung,
- flexible Nutzung entsprechend dem Bedarf des Babys.

In Deutschland gilt dieses im ersten Lebensjahr des Kindes, in Österreich während der gesamten Stillzeit.



Bild: [www.ilo.org](http://www.ilo.org)



# MUTTERSCHUTZ

## Realität

### Mütter berichten:

- „Ich will nicht als unzuverlässig wirken.“
- „Ich will das Team nicht hängen lassen.“
- „Alle kommen ohne Pausen aus, da kann ich nicht einfach verschwinden.“
- „Mein Chef sagt zwar ja - aber ich spüre, dass es nicht willkommen ist.“
- „Ich habe Angst, dass es sich negativ auf meine Karriere auswirkt.“



Bild: [www.ilo.org](http://www.ilo.org)

# MUTTERSCHUTZ

## ZUR VERMARKTUNG VON MUTTERMILCHERSATZPRODUKTEN

## Konsequenz:

Sätze wie: „Ach, du gehst wieder pumpen?“, „Dann müssen wir das halt ohne dich schaffen - wird schon irgendwie gehen.“ oder „Wie, du stillst immer noch?“ erzeugen ein Klima, in dem Frauen ihr Recht eher als Belastung anstatt als Selbstverständlichkeit empfinden.

[www.frauen.dgb.de](http://www.frauen.dgb.de) - Erfahrungen mit dem Mutterschutz am Arbeitsplatz



Bild: [www.ilo.org](http://www.ilo.org)



IN DEUTSCHLAND UND  
ÖSTERREICH SCHEITERN DIE  
FRAUEN ALSO NICHT UNBEDINGT  
AM STILLEN, SONDERN AN EINER  
KULTUR, IN DER DAS STILLEN AUS  
DEM ALLTAG UND DAMIT AUS DER  
GESELLSCHAFTLICHEN NORM  
VERBANNT WURDE!



Bild: Privat



Bild: www.amazon.de



Bild: EISL, Philipp Schütz



Bild: www.stern.de

**„Stillen fördern“** meint, die Bedingungen zu schaffen, damit Stillen gelingt, praktisch und auch strukturell, also Tun und Ermöglichen des Stillens - **damit ändert sich das Stillverhalten.**

**„Stillwissen fördern“** meint, Wissen über das Stillen zu verbreiten, also Kompetenz und Verständnis zu erweitern und Stillen als Normalität sichtbar zu machen - **damit ändert sich die Haltung zum Stillen.**

**Fazit: Wir brauchen beides für einen nachhaltigen Effekt!**



## WISSEN STATT MEINUNG

Wenn Menschen verstehen, warum Stillen biologisch, psychologisch und sozial so kraftvoll ist, wird es nicht mehr als Lifestyle-Frage gesehen, sondern als normale Ernährung und stärkende Begleitung für Babys und Kleinkinder und ihre Mütter gesehen.

*„Das ist mit Stillen und Muttermilch möglich - möchtest du mehr darüber erfahren?“*

Das entzieht Mythen („Meine Milch reicht nicht“, „Jetzt ist da ja eh nichts mehr drin“) den Nährboden.



Bild: EISL, Philipp Schütz

## WISSEN STÄRKT SELBSTWIRKSAMKEIT

Mütter die verstehen, was ihr Körper kann, trauen sich mehr zu.

Fachkräfte, die den Hintergrund kennen (z. B. Hormonlogik, Physiologie der Laktation, usw.), beraten sicherer.

*„Das kann der Körper - und das sind die Bedingungen, unter denen es gelingen kann“*

Das reduziert das Risiko für unsichere Eltern und fehlerhafte Beratung und stärkt das Kompetenzgefühl.



Bild: EISL, Laura ME



## WISSEN VERÄNDERT SPRACHE

Sprache prägt Kultur.

Wenn wir zum Beispiel von „Bedürfnisse begleiten“ statt „Babys verwöhnen“ sprechen, von „Milch gewinnen“ statt „Milch austreichen“, von der „Kompetenz des Neugeborenen“ statt vom „hilflosen Bündel“, verschiebt sich das Denken:

Stillen wird nicht bewertet, sondern verstanden.

*„Es passt - wenn es passt“*



Bild: EISL, T. Schrott

## WISSEN ERZEUGT AKZEPTANZ UND NORMALITÄT

Je mehr Wissen in Familien, Schulen, Medien und Fachkreisen kursiert, desto weniger müssen stillende Eltern sich rechtfertigen.

Stillende haben dadurch:

- Sicherheit
- Selbstvertrauen
- Kompetenz
- Gelassenheit
- Freude am Stillen
- einen natürlichen Umgang mit ihrem Umfeld

Das öffnet Räume: Cafés, Kliniken, Arbeitsplätze – Normalisierung und Teilhabe statt Rückzug und Isolation.



Bild: Privat



## WISSEN NÄHRT DEN POLITISCHEN DRUCK

Wenn Fachkräfte, Arbeitgeber und Politik verstehen, dass Stillen nicht „romantisch“, sondern gesundheitsökonomisch relevant ist, dann wird Förderung endlich als Investition gesehen, nicht als Nettigkeit.

**Berechnungen zeigen einen immensen wirtschaftlichen Effekt von Investitionen in die Stillförderung: jeder investierte US-Dollar bringt einen wirtschaftlichen Ertrag in Höhe von 35 US-Dollar.**

Shekar, M. et al., Ein Investitionsrahmen für Ernährung: Erreichen der globalen Ziele für Wachstumsverzögerungen, Anämie, Stillen und Auszehrung, Directions in Development, 2017, Weltbank, Washington, DC



Hanna Steinmüller im Deutschen Bundestag 2025  
Bild: www.welt.de

## GLOBAL BREASTFEEDING SCORECARD 2024

Schätzungen der Weltbank ergaben, dass eine Investition von 4,70 US-Dollar pro Neugeborenem erforderlich ist, um das globale Ziel des „Global Breastfeeding Collectives“ zu erreichen.

**Bislang investieren lediglich 2% aller Länder in diesem Umfang, 85% aller Länder investieren sogar weniger als 1 US-Dollar pro Geburt in stillunterstützende Maßnahmen.**

Shekar, M. et al., Ein Investitionsrahmen für Ernährung: Erreichen der globalen Ziele für Wachstumsverzögerungen, Anämie, Stillen und Auszehrung, Directions in Development, 2017, Weltbank, Washington, DC



Bild Frankfurter Volksbank



# STILLWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN

**Stillwissen ist ein wichtiger Hebel!**

**...aber nicht durch mehr Flyer, sondern durch kollektives Lernen!**



# WISSENSVERTEILUNG IN GESELLSCHAFTEN WIE GEHT DAS EIGENTLICH?

Kommunikations- und Innovationsforschung: „*Diffusion of Innovation*“,

Everett M. Rogers, Diffusion, Innovation, Adoption, Diffusionsforschung, S-Kurve der Diffusion

1. **Vertrauensnetzwerke:** Menschen übernehmen neues Wissen eher von Personen oder Gruppen, denen sie vertrauen
2. **niedrigschwellige Zugänge:** Wissen verbreitet sich besser, wenn es einfach zugänglich ist – sprachlich, finanziell, technisch
3. **Wiederholungen (mehrere Kanäle):** Wissen setzt sich durch, wenn es über viele Wege gleichzeitig kommt (persönlich, digital, Medien, Workshops)
4. **Relevanz und Nutzen:** Menschen nehmen Wissen an, wenn es erkennbar einen Vorteil bringt oder ein Problem löst.



## WISSENSVERTEILUNG IN GESELLSCHAFTEN WIE GEHT DAS EIGENTLICH?

Kommunikations- und Innovationsforschung: „*Diffusion of Innovation*“,

Everett M. Rogers, Diffusion, Innovation, Adoption, Diffusionsforschung, S-Kurve der Diffusion

1. **Vertrauensnetzwerke:** Menschen übernehmen neues Wissen eher von Personen oder Gruppen, denen sie vertrauen
2. **niedrigschwellige Zugänge:** Wissen verbreitet sich besser, wenn es einfach zugänglich ist – sprachlich, finanziell, technisch
3. **Wiederholungen (mehrere Kanäle):** Wissen setzt sich durch, wenn es über viele Wege gleichzeitig kommt (persönlich, digital, Medien, Workshops)
4. **Relevanz und Nutzen:** Menschen nehmen Wissen an, wenn es erkennbar einen Vorteil bringt oder ein Problem löst.

## STILLWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN - JETZT MAL GANZ KONKRET:

IM BERUFLICHEN ALLTAG:

### Stillen in Paar- und Familiengespräche einbetten

Nicht nur die Mutter adressieren, sondern das soziale Netz einbeziehen, wo immer möglich.

- „Wie könnt ihr euch beim Stillen unterstützen?“ „Wer unterstützt euch in dieser Zeit?“
- „Welche kleinen Alltagssituationen könnt ihr verändern, damit es leichter wird?“

### beziehungsorientierte Formate nutzen

- Netzwerke anbieten - zu Stilltreffen bereits in der Schwangerschaft einladen
- Erzählcafés / Generationentreffs



[breastfeedingcommunities.org/app/uploads/2024/02/Family-Members-Supporting-Breastfeeding.pdf](https://breastfeedingcommunities.org/app/uploads/2024/02/Family-Members-Supporting-Breastfeeding.pdf)



## WISSENSVERTEILUNG IN GESELLSCHAFTEN WIE GEHT DAS EIGENTLICH?

Kommunikations- und Innovationsforschung: „*Diffusion of Innovation*“,

Everett M. Rogers, Diffusion, Innovation, Adoption, Diffusionsforschung, S-Kurve der Diffusion

1. **Vertrauensnetzwerke:** Menschen übernehmen neues Wissen eher von Personen oder Gruppen, denen sie vertrauen
2. **niedrigschwellige Zugänge:** Wissen verbreitet sich besser, wenn es einfach zugänglich ist – sprachlich, finanziell, technisch
3. **Wiederholungen (mehrere Kanäle):** Wissen setzt sich durch, wenn es über viele Wege gleichzeitig kommt (persönlich, digital, Medien, Workshops)
4. **Relevanz und Nutzen:** Menschen nehmen Wissen an, wenn es erkennbar einen Vorteil bringt oder ein Problem löst.

## STILFWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN - JETZT MAL GANZ KONKRET:

IM BERUFLICHEN ALLTAG:

### Sprache vereinfachen, ohne zu vereinfachen

- „Häppchenwissen“ wird besser behalten
- „Plain Language“ (konkret, alltagstauglich, ohne Fachjargon)
- dialogorientierte Kommunikation -> Fragen vor Informationen

### Stillen sichtbar machen, wo immer es möglich ist

- Realistische Stillbilder zeigen
- Stillbilder in den Praxisräumen aufhängen
- Erfahrungsberichte anderer Familien auf der Homepage abdrucken (mit Genehmigung)
- Videos weitergeben (mit Genehmigung)
- Alltag mit dem Stillkind üben - Beispiele teilen
- kultursensible, respektvolle Begleitung



Bild: EISL, T.Schrott



Bild: IBFAN



## WISSENSVERTEILUNG IN GESELLSCHAFTEN WIE GEHT DAS EIGENTLICH?

Kommunikations- und Innovationsforschung: „*Diffusion of Innovation*“,

Everett M. Rogers, Diffusion, Innovation, Adoption, Diffusionsforschung, S-Kurve der Diffusion

1. **Vertrauensnetzwerke:** Menschen übernehmen neues Wissen eher von Personen oder Gruppen, denen sie vertrauen
2. **niedrigschwellige Zugänge:** Wissen verbreitet sich besser, wenn es einfach zugänglich ist - sprachlich, finanziell, technisch
3. **Wiederholungen (mehrere Kanäle):** Wissen setzt sich durch, wenn es über viele Wege gleichzeitig kommt (persönlich, digital, Medien, Workshops)
4. **Relevanz und Nutzen:** Menschen nehmen Wissen an, wenn es erkennbar einen Vorteil bringt oder ein Problem löst.

## STILLWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN - JETZT MAL GANZ KONKRET:

IM BERUFLICHEN ALLTAG:

### Kolleg:innen sensibilisieren

- Auf widersprüchliche Aussagen durch Pflegende, Kursleitungen, Ärzte und Ärztinnen hinweisen
- Teamsitzungen nutzen, um gemeinsame Narrative zu etablieren: „Stillen ist normal - willkommen - schützenswert“



Bild: EISL, Philipp Schütz

### Stillen in allen Generationen

- Stillkinder in der Kita? Aufklärung für Pädagog:innen
- Stillen als Unterrichtsthema in allen Stufen
- Stillen als Thema in der lokalen Presse



Bild: Privat



## A woman with glasses and a red patterned shirt is standing in a classroom, gesturing with her hands as she speaks to a group of students. The students are seen from the back, and a whiteboard is visible in the background.

### BEISPIEL: „DIE STILLECKE 2.0“



Private Gruppe · 61.393 Mitglieder

A woman with long brown hair, wearing a white long-sleeved top and white trousers, is sitting on a light-colored sofa. She is holding a newborn baby wrapped in a white blanket. Behind her is a large, multi-panel abstract painting with warm tones of orange, yellow, and brown, depicting a landscape with a sun or moon. To her left is a large, dark green velvet cushion. The wall is white, and there is a light switch and a small decorative object on the wall to the right of the sofa.

## WISSENSVERTEILUNG IN GESELLSCHAFTEN WIE GEHT DAS EIGENTLICH?

Kommunikations- und Innovationsforschung: „Diffusion of Innovation“,

Everett M. Rogers, Diffusion, Innovation, Adoption, Diffusionsforschung, S-Kurve der Diffusion

1. **Vertrauensnetzwerke:** Menschen übernehmen neues Wissen eher von Personen oder Gruppen, denen sie vertrauen
2. **niedrigschwellige Zugänge:** Wissen verbreitet sich besser, wenn es einfach zugänglich ist – sprachlich, finanziell, technisch
3. **Wiederholungen (mehrere Kanäle):** Wissen setzt sich durch, wenn es über viele Wege gleichzeitig kommt (persönlich, digital, Medien, Workshops)
4. **Relevanz und Nutzen:** Menschen nehmen Wissen an, wenn es erkennbar einen Vorteil bringt oder ein Problem löst.



## STILLWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN - JETZT MAL GANZ KONKRET:

### IM BERUFLICHEN ALLTAG:

#### Zum Stillen im öffentlichen Raum einladen / ermutigen

- In Praxen, Kliniken, Bildungsräumen und bei Seminaren aktiv sagen: „Stillen ist hier willkommen.“
- Ein bequemer Stuhl im Wartebereich mit Tisch für Getränke
- ggf. ein kleiner Sichtschutzaufsteller, wenn gewünscht - aber kein versteckter Raum
- Bei Veranstaltungen explizit Plätze für Stillende ausweisen
- Stillgruppen in Parks und Cafés anbieten
- Stillen in der Öffentlichkeit üben
- Weltstillwoche gemeinsam feiern
- Stillen leicht machen



## STILLWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN - JETZT MAL GANZ KONKRET:

### IM PRIVATEN ALLTAG / UMFELD

#### Stillen sichtbar machen ohne zu idealisieren

- Nicht wegschauen, wenn jemand stillt, sondern freundlich nicken / lächeln
- Auf Feiern Stillplätze einplanen
- Fotos von stillenden Eltern zeigen - wenn diese das möchten (Kinder / Enkel)
- Stillen leicht machen

#### Positive Geschichten erzählen / teilen

Kulturen verändern, indem wir erzählen:

- von interessanten Muttermilchfakten
- von Alltags-Stillgeschichten „Ich habe eine stillende Mutter im Park getroffen - schön!“
- von Stillgeschichten (aus dem Beruf) die sich gut angefühlt haben





# STILLWISSEN FÖRDERN OHNE ZU MISSIONIEREN - JETZT MAL GANZ KONKRET:

IM PRIVATEN ALLTAG / UMFELD

## Medien bewusst nutzen

- In sozialen Medien realistische Familien- und Stillmomente teilen oder liken (wenn gewünscht)
- Mythen entkräften, wenn man sie entdeckt



Bild: Screenshot Instagramm, stilleninstitut

## Stillen in der Öffentlichkeit aktiv normalisieren

- In Cafés / Restaurants nachfragen, wie sie zum Stillen stehen - bei Offenheit für das Stillen, dieses bewerben
- Lokale Unternehmen ermutigen, ein „Stillfreundlicher Ort“ - Schild auszuhängen



Bild: Feuerwehr Celle - ausgezeichnet als „Stillfreundlicher Ort“







www.tu-braunschweig.de

47



48



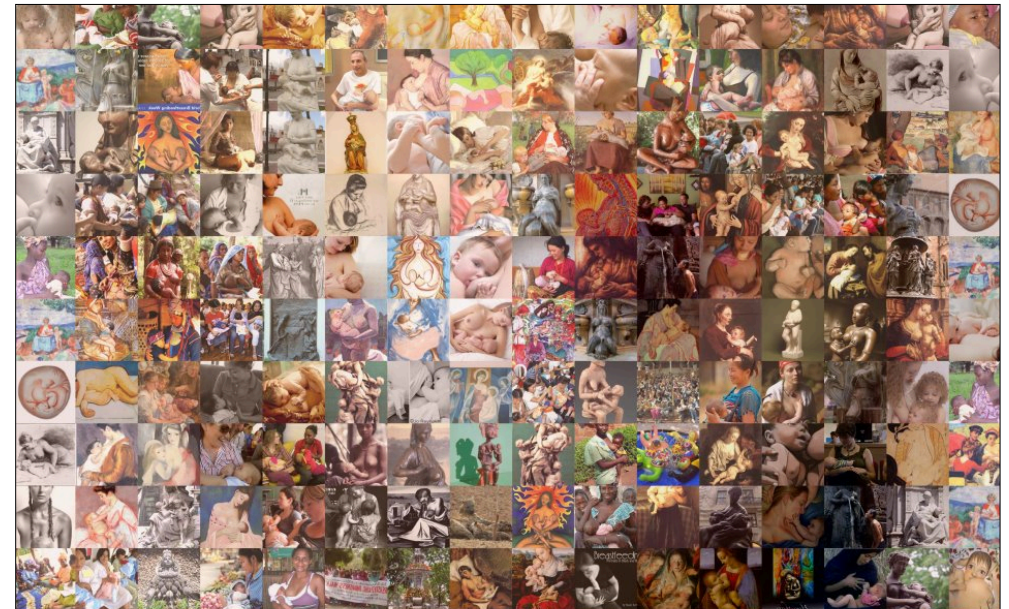
# DAS MACHE ICH AB MORGEN!

STILLWISSEN FÖRDERN, OHNE ZU MISSIONIEREN

- Stillen willkommen heißen - aktiv und deutlich.
- Partner:innen und soziales Umfeld der Mutter bewusst einbeziehen
- Realistische Stillbilder zeigen - nicht nur perfekte
- Sprache nutzen die entlastet, nicht fordert.
- Stillen sichtbar machen, wo es möglich ist
- Buntes Stillen ermöglichen



Stillen wird normal, wenn die Gesellschaft es nicht nur erlaubt, sondern aktiv trägt. Und das beginnt im Kleinen: in jedem Satz, jedem Blick, jedem Raum, den wir gestalten.



**„Wir verändern Einstellungen nicht durch Missionieren, sondern durch Vorbilder. Sichtbares Stillen schafft Orientierung, Normalität und Mut - weit stärker als Worte es könnten.“** Simone Lehwald, IBCLC