

# Abo Allaitement

Êtes-vous enceinte ?

Voulez-vous allaiter ?

Nous pouvons vous soutenir

Consultations d'allaitement  
auprès de l'Initiativ Liewensufank



20 rue de Contern L-5955 Itzig

36 05 98

[www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu)  
[info@liewensufank.lu](mailto:info@liewensufank.lu)

Avec le soutien financier du Ministère de l'égalité des chances et  
du Ministère de la Santé.



Cet abonnement vous donne droit à 6 consultations d'allaitement chez une consultante en lactation IBCLC / conseillère en allaitement / sage-femme de l'Initiativ Liewensufank. Celle-ci vous accompagnera à partir de la grossesse et tout au long de votre période d'allaitement.

Tous les thèmes qui concernent directement ou indirectement l'allaitement maternel seront traités lors de ces consultations, qui s'orientent aux besoins actuels des mamans et auxquels les (futurs) pères sont les bienvenus.

#### 1. rendez-vous :

en cours de grossesse : avantages du lait maternel, connaissances de base sur l'allaitement pendant les premiers jours et semaines (mise au sein, rythme, etc.)

#### 2. rendez-vous :

1 jour - 3 semaines après l'accouchement : Technique de mise au sein, positions d'allaitement, rythme, contrôle du poids du bébé, poussées de croissance, aide lors de problèmes d'allaitement

#### 3. rendez-vous :

5 - 8 semaines après l'accouchement : pomper et conserver le lait maternel, allaitement et travail, contraception durant l'allaitement, contrôle du poids, aide lors de problèmes d'allaitement

#### 4. rendez-vous :

5 - 6 mois après l'accouchement : introduction des solides après le sixième mois

#### 5. rendez-vous :

au moment du sevrage : comment sevrer de façon optimale

#### 6. rendez-vous :

" joker " au moment de votre choix en dehors des autres consultations, en cas de problèmes d'allaitement

Le premier, le troisième et le quatrième rendez-vous peuvent avoir lieu en petits groupes (max. 5 couples). Le premier rendez-vous après la naissance et le rendez-vous " joker " peuvent avoir lieu à domicile.

Si vous avez des questions ou des problèmes d'allaitement entre les rendez-vous prévus vous pouvez entrer en contact avec votre conseillère par téléphone.

Demandez votre formulaire d'inscription pour l'abo-allaitement en cours de votre grossesse au numéro 36 05 98 ou 36 05 97 (le matin).

# Stille-Abo

Sind Sie schwanger?

Möchten Sie stillen?

Wir können Sie dabei unterstützen.

Stillberatung bei der  
Initiativ Liewensufank



20 rue de Contern L-5955 Itzig

36 05 98

[www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu)

[info@liewensufank.lu](mailto:info@liewensufank.lu)

Mit der finanziellen Unterstützung des Gesundheitsministeriums  
und des Chancengleichheitsministeriums.



Mit diesem Abo haben Sie Anrecht auf 6 Stillberatungen bei einer Laktationsberaterin IBCLC/Hebamme/Stillberaterin der Initiative Liewensufank. Diese wird Sie während Ihrer Stillzeit begleiten.

Bei diesen Beratungsgesprächen, zu denen die (werdenden) Väter herzlich willkommen sind, werden alle Themen behandelt, die direkt und indirekt das Stillen betreffen mit bedarfsorientierten Schwerpunkten zu den jeweiligen Terminen.

#### 1. Termin:

in der Schwangerschaft: Vorteile des Stillens, Basiswissen über das Stillen in den ersten Tagen und Wochen (richtig anlegen, Stillrhythmus, usw.)

#### 2. Termin :

wenn Ihr Baby 1 Tag - 3 Wochen alt ist: Anlegetechnik und Stillpositionen, Stillrhythmus, Gewichtskontrolle, Wachstumsschübe, Hilfe bei eventuellen Stillproblemen

#### 3. Termin :

wenn Ihr Baby 5 - 8 Wochen alt ist: Abpumpen und Aufbewahren von Muttermilch, Stillen und Berufstätigkeit, Empfängnisverhütung in der Stillzeit, Gewichtskontrolle, Hilfe bei eventuellen Problemen

#### 4. Termin :

wenn Ihr Baby 5-6 Monate alt ist: Einführung der Beikost nach 6 Monaten

#### 5. Termin :

zum Zeitpunkt des Abstillens: Vorgehen beim Abstillen

#### 6. Termin :

"Joker" Termin bei Stillproblemen außerhalb der vorgesehenen Termine.

Die Termine 1,3 und 4 können auch in Kleingruppen bis maximal 5 Paare stattfinden.

Der erste Termin nach der Geburt und der Joker Termin können in Absprache mit Ihrer Beraterin bei Ihnen zu Hause stattfinden.

Falls Sie zwischendurch Fragen haben, können Sie sich stets an Ihre Beraterin wenden.

Ihr Anmeldeformular fürs Stillabo können Sie morgens unter der Nummer 36 05 98 oder 36 05 97 anfordern.