



Stillen in der Öffentlichkeit

SELBSTVERTRAUEN UND SELBSTBEWUSSTSEIN

Das Stillen von Babys und Kleinkindern ist die natürlichste Sache auf der Welt.

Allerdings sorgt das Stillen in der Öffentlichkeit, immer wieder für Aufregung, und bietet Grundlage für viele Diskussionen.

Das Internet ist voll von pro und contra Stimmen. Instagram überflutet uns mit Fotos stillender Frauen. Von der Mutter von nebenan bis hin zum Topmodel. Stillen ist einerseits Teil eines Lifestyles, andererseits gibt es viele Stimmen dagegen wenn es öffentlich praktiziert wird.

Es scheint, als wären die Menschen, was das öffentliche Stillen betrifft pröder geworden.

Stillen Weltweit

Österreich: Stillen in der Öffentlichkeit ist nicht verboten, aber es gibt auch keinen gesetzlichen Schutz für stillende Mütter vor Diskriminierung.

England: Hier werden stillende Mütter seit 2010 durch ein Antidiskriminierungsgesetz geschützt.

USA: In den vereinigten Staaten gibt es einen großen Zusammenschluss für das Stillen in der Öffentlichkeit.

Vereinigten Emiraten: Mütter werden hier gesetzlich dazu verpflichtet jahrelang zu stillen.

Mexiko: Hier wird so wenig gestillt, dass es große Verwunderung hervorruft, wenn eine Mutter überhaupt stillt.

Indien: Hier feiern die Menschen die Geburt eines Babys, und Stillen wird als sichtbarer Teil des öffentlichen Lebens akzeptiert.

Brasilien: Stillen ist als Teil des öffentlichen Lebens total akzeptiert.

Akzeptanz von öffentlichem Stillen

Immer wieder passiert es, dass Frauen die ihr Baby oder Kleinkind in der Öffentlichkeit stillen, angepöbelt werden oder sogar aus Geschäften verwiesen werden. Sie werden angehalten, ihr Kind doch am WC zu stillen. Ist es nicht eine bedenkliche Entwicklung unserer westlichen Zivilisation, ein Baby oder Kleinkind, zu bitten seine Mahlzeit auf der Toilette einzunehmen?

In der heutigen materiellen Gesellschaft wird es lieber gesehen, dass ein Baby mit der Flasche gefüttert wird. Es wird als pervers angesehen ein älteres Baby/Kind zu stillen, und Frauen finden sich oft in der Position, sich rechtfertigen zu müssen. In den Köpfen der Menschen ist die natürlichste Sache der Welt zu etwas unanständigen geworden.

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) empfiehlt ein Baby sechs Monate voll zu stillen, danach bis zu zwei Jahren nach Bedarf und darüber hinaus. Solange es Mutter und Kind wollen.

Ist es nicht ein Frauenrecht und somit ein Menschenrecht, sein Baby zu stillen, wann und wo es gerade Hunger hat? Den Bedürfnissen eines Babys nachzukommen ist essentiell für dessen Entwicklung. Stillen ist essentiell für die Mutter-Kind-Bindung, und „stillt“ nicht nur den Hunger sondern auch das menschliche Bedürfnis nach Nähe und Geborgenheit.

Das öffentliche Stillen eines Säuglings oder Babys wird gerade noch akzeptiert. Das sieht bei größeren Babys oder Kleinkindern schon wesentlich kritischer aus.

Da kommen viele verständnislose Blicke und gedankenlose Kommentare. Es sei pervers ein Baby/Kind zu stillen, und dergleichen unsinnige Bemerkungen.

Häufiger Gegenstand der kritischen Betrachtung Außenstehender, ist die vermeintliche Qualität der Muttermilch. Diese wird oft als nicht ausreichend nahrhaft oder gar schädlich dargestellt.

Dabei ist Stillen ein natürlicher Bestandteil einer zwischenmenschlichen Beziehung und zutiefst typisch für unsere Spezies. Solange Mutter und Kind sich wohl fühlen, ist es gut für beide. Stillen ist mehr als nur Nahrung, es ist Bindung, Nähe, Trost. Jeder Mutter sollte es zustehen, diese Stillbeziehung so lange aufrechterhalten zu können, wie es ihr persönliches Ermessen vorgibt.



Meine persönlichen Tipps zum Stillen in der Öffentlichkeit:

* Stillfreundliche Orte

Wenn man mit seinem Neugeborenen oder auch größeren Baby unterwegs ist und es hungrig, müde oder Nähe bedürftig ist bzw. das Bedürfnis nach der Brust hat, ist es gut zu wissen wo man sich zum Stillen hinbegeben kann.

Natürlich können wir dem Baby überall die Brust geben, es ist aber sehr angenehm es an einem Ort zu stillen, wo eine Sitzgelegenheit vorhanden ist. Das ermöglicht eine entspannte Auszeit. Manche Möbelhäuser

haben Stillbereiche, auch einige Geschäfte bieten eine Ecke mit Stuhl und Ruhe an. Das kann man vorher abchecken, wenn man weiß wo man sich aufhalten wird. Planung ist da immer gut.

* Stillkleidung

Stillkleidung oder zumindest stillfreundliche Bekleidung hat sich bewährt. Ich finde es gut wenn Frauen überall stillen können. Die passende Kleidung macht es viel leichter. Es ist doch eine große Erleichterung, sich nicht aus engen Sachen schälen zu müssen.

* Tuch

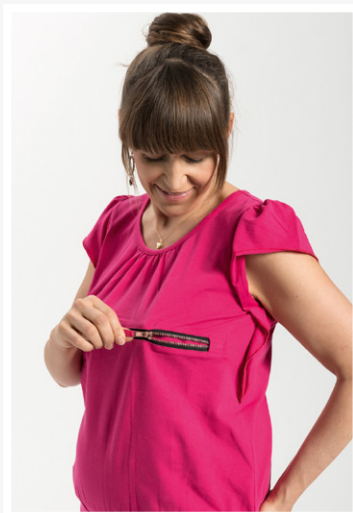
Es liegt in der Natur des Menschen die Welt um sich herum mit einer gewissen Neugierde zu betrachten. Diese Neugierde empfinden öffentlich stillende Mütter aber oft als sehr unangenehm.

Ein Tuch oder eine Mullwindel ist daher sehr zu empfehlen. Die Mullwindel ist ohnehin ein steter Begleiter der Mamas.

Wer es gerne modischer mag, der besorgt sich einen so genannten Stillschal. Da ist für jede was dabei.

zippidoo blüht mit farbig raffiniert funktioneller Stillmode auf

Das österreichische Fashion-Label zippidoo kreiert Stillmode für die Mama von heute. Die Macherinnen achten auf qualitativ hochwertige Komponenten in Design, Produktion und Funktionalität. Namensgebender Clou ist der Zipper, der auf Brusthöhe verläuft.



Die Farben, die Schmetterlinge, das Leben, die Freude daran und die Lockerheit, mit der es Mama meistert und genießt – all das spielt die aktuelle zippidoo Kollektion aus. T-Shirts mit Butterfly-Ärmeln und elastischem Bund bestechen durch freudiges Pink und Türkis, edel sportiv kommt die Navy Version daher. Voll im Trend liegt der lockere Schnitt. Ärmellose, der Figur schmeichelnde Sommerkleider im

Federn-Blumen-Print und in Knallrot ergänzen das Sortiment. Alle zippidoo Oberteile sind nachhaltig und sozial fair hergestellt und auf www.zippidoo.com erhältlich.

Es ist mir ein großes Anliegen jeder Mama Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein mit auf den Weg zu geben. Jede Frau und Mutter soll den Alltag mit ihren Kindern so gestalten können, dass es ihr gut tut und sich richtig anfühlt. Manche wollen lieber nur zu Hause stillen, andere überall. Es sollte beides akzeptiert werden.



Esther Jäger
3fache Mama
LLL-Stillberaterin,
Trageberaterin,
mamaFIT Trainerin,
Personal Trainerin

Ich berate Mamas persönlich bei Stillfragen und auch Telefonisch bin ich bei Fragen erreichbar. Meine mamaFIT Kurse sind in Niederösterreich (Baden, Wr. Neustadt, Neunkirchen, Gloggnitz). Erreichen kannst du mich über die Homepage www.mamafit.at

GEWINNSPIEL

zipp'carmen zu gewinnen

Das knallrote Kleid ist aus biologischer Baumwolle hergestellt und trägt sich angenehm auf der Haut. Der feurige Volant verdeckt den Reißverschluss, der mit einem Stoffband hinterlegt ist. Der Zipper ist von beiden Seiten leicht zu öffnen. Ob elegant, casual, zum Gartenfest oder dem See-Ausflug: passend kombiniert ist zipp'carmen für jeden Anlass das perfekte Kleidungsstück für die stillende Mama.



Gewinnfrage:

Wo ist Zippidoo zuhause?

Antwort mit Namen und Adresse per Email an office@blumfeldmedia.com

Einsendeschluss ist der 30.05.2018

Gewinn wird nicht in bar abgelöst.
Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.