



Stadtgemeinde
Friesach

Friesacher Stillgruppe

wer steht dahinter?



Vizebürgermeisterin Uschi Heitzer

Frauen sichtbar zu machen und insbesondere die Rolle der Mutter in unserer Gesellschaft zu stärken, ist mir ein großes Anliegen. Wir erkennen die Leistungen und Herausforderungen von Frauen im Alltag an und sind dankbar für die Liebe und Kraft, die sie der nächsten Generation mitgeben. Mit der Friesacher Stillgruppe möchten wir unseren Beitrag zur fachlichen Unterstützung und emotionalen Stärkung von Frauen in einer der schönsten, aber auch herausforderndsten Zeiten ihres Lebens leisten.



**Verein Friesach im Wandel
Stillgruppenbetreuerin Silke Grün**

Den sozialen Zusammenhalt und die Gemeinschaft in Friesach zu stärken, ist eine Herzensangelegenheit und eines der Hauptziele des Vereins Friesach im Wandel. Mit der Friesacher Stillgruppe bieten wir Müttern kostenlos einen geschützten Raum, in dem sie ihre Anliegen und Themen besprechen oder in einem ungezwungenen Rahmen neue Kontakte mit anderen Müttern und Kindern knüpfen können.



Stadtgemeinde
Friesach

Friesacher Stillgruppe

AM 13.03./10.04./08.05./12.06./10.07./
SOMMERPAUSE/11.09./09.10./13.11./11.12.2025

9:00-11:00 Uhr

Stadtraum, St. Veiter Str. 11, 9360 Friesach

für wen?

**für alle Mamas und Schwangere
in Friesach und von überallher**

worum gehts?

- Fachliche Infos durch IBCLC Stillberaterin Ingrid Kruttner
- Förderung einer positiven Stillbeziehung
- Professionelle Unterstützung beim Abstillen & bei der Beikost
- Praktische Tipps & Tricks für den Alltag mit Baby
- Förderung von Sozialkontakten & Gemeinschaft unter Müttern



ohne Anmeldung & kostenlos

IBCLC Stillberaterin Ingrid Kruttner



über mich

- ausgebildete Biomedizinische Analytikerin
- seit 18 Jahren IBCLC Stillberaterin
- seit 2009 offizielle Stillberaterin des Landes Kärnten

ich bin für euch da

- Vorbereitung auf das Stillen (bereits in der Schwangerschaft)
- Probleme oder Schmerzen beim Stillen
- Gewichtsverlaufskontrolle (Zufüttern, Flaschennahrung)
- Stillen bei Erkrankungen (inkl. Medikamente und Stillen)
- Abstillbegleitung
- Relaktation (nach Abstillen, wieder mit dem Stillen beginnen)
- Adoptivstillen (auch Adoptivmütter können ihr Baby stillen)
- Beikosteinführung und vieles mehr...



Kontakt

IBCLC Ingrid Kruttner
Praxis Wunderbunt
Tel. u. WhatsApp 0664 64 23 158
www.wunderbunt.at
Oktoberplatz 4, 9300 St. Veit

Friesacher Stillgruppe



kurz erklärt

- Die Friesacher Stillgruppe ist ein wertvolles Projekt der Stadtgemeinde Friesach in Zusammenarbeit mit dem Verein Friesach im Wandel, der die ehrenamtliche Betreuung und Organisation vor Ort übernimmt.
- Die Stillgruppe bietet Müttern und ihren Kindern einen geschützten Raum zum Austausch – sowohl mit der Stillberaterin Ingrid Kruttner als auch untereinander.
- Hier findet ihr Zuspruch, fachlichen Rat und wertvolle Sozialkontakte, aus denen sich oft enge Freundschaften entwickeln.



Kontakt

Verein Friesach im Wandel
Silke Grün
0664 533 71 60
auch gerne per WhatsApp