

Telefonische Beratung

Benz Andrea Uerzlikon 044 764 19 18	Meier Regula Greifensee 044 942 30 76
Donzé Alessandra Zürich 043 558 41 01	Sonderegger Cornelia Bubikon 055 243 47 16
Inderbitzin Maya Zürich 044 341 41 43	Thalmann Brigitte Uster 044 940 33 85
Kaufmann Emese Zürich 043 540 62 37	von Reitzenstein Sarah Dielsdorf 044 850 77 83
Kessler Gabriela Horgen 044 725 78 10	Wildhaber-Fürer Sonja Gibswil 055 245 51 68

Persönliche Beratung an LLL-Treffen

Eingeladen sind werdende und stillende Mütter mit ihren Kindern und Partnern, sowie alle am Thema interessierten Personen. Unter der Leitung der Stillberaterinnen werden Erfahrungen und Informationen ausgetauscht und diskutiert. Daten und Treffpunkte: siehe Rückseite.

Stillberatung via E-Mail

Gerne beantworten wir Ihre schriftlichen Anfragen. Auf unserer Homepage steht für Sie ein praktisches online-Formular zur Verfügung. Bitte für schriftliche Anfragen ausschliesslich dieses Formular verwenden. – Danke!
stillberatung.ch oder lalecheleague.ch

Produkte-Versand Artikel

Alice Zemp, Postfach 133, 6182 Escholzmatt
Telefon 041 486 26 25, Telefax 041 486 11 11,
E-Mail versand@stillberatung.ch

Für weitere Informationen

zuerich.stillberatung.ch, zuerich.lalecheleague.ch
lalecheleague.ch, stillberatung.ch

Für finanzielle Unterstützung

Spenden: Danke für jeden Betrag!
Mitgliedschaft: Beitrag pro Jahr Fr. 50.–
Finanzverbindung/Spendenkonto:
La Leche League Schweiz
LLL Region Zürich, Zürich: PK 80-42605-5 Herzlichen Dank!

You can call us any time

Berrozpe Maria Zürich 044 201 74 50	Hurst-Prager Christina Küsnacht 043 817 81 25
Brupbacher Bethany Meilen 044 923 85 71	Joanna Koch Kilchberg 044 715 19 46
Cammarano Ayalla Zürich 043 333 58 49	Koch Kölük Elisabeth Erlenbach 043 537 07 47
de Vries Esther Langnau am Albis 044 710 93 01	Lazcano Amaia Au 043 833 04 42
Donzé Alessandra Zürich 043 558 41 01	Lotz Oggier Alena Zürich 044 381 58 81

Do you have questions about breastfeeding?

At LLL meetings we exchange experiences, answer questions and offer support to pregnant women and breastfeeding mothers. Siblings and other interested people are also welcome. LLL meetings can be attended without notice and are free. Please call the La Leche League Leaders for information about location of the meetings, thank you!
Please consult the inside of the leaflet for the meeting dates.

Email questions

We are happy to reply to your email questions but ask you to submit these questions by using the form on our website at lalecheleague.ch

To purchase items from LLL

Alice Zemp, Postfach 133, 6182 Escholzmatt, Tel. 041 486 26 25, Telefax 041 486 11 11, E-Mail versand@stillberatung.ch
For English language books Esther de Vries, Tel. 044 710 93 01

To receive further information

zuerich.lalecheleague.ch, lalecheleague.ch

To support us financially

Donations: we are thankful for any amount.
Membership: the yearly fee is 50 CHF.
Our bank account information:
La Leche League Switzerland
Bank Thalwil, LLL Englische Gruppe: PK 30-38147-7
IBAN CH 24 0873 3001 2155 4518 7 Thank you very much!



Themenvorschau 2010:
1/10 Die ersten Wochen
2/10 Sprich mit mir
3/10 Elternsolo
4/10 Tandemstillen
5/10 Wege ins Leben
6/10 Ein Kind – jetzt?!

La Leche League Schweiz dankt der CSS Versicherung, welche durch die Druckkostenübernahme dieses Datenplans die La Leche League-Arbeit unterstützt.

Darum CSS:
Die Sicherheit des
starken Partners.

Mehr über unsere familienfreundlichen Versicherungslösungen weiss Ihr CSS-Verkaufsberater.
www.css.ch/agentur

Local meetings schedule

- Practical, research based information
- Exchange of experiences
- Support
- Encouragement

You can call us any time!

- You can consult us about:
- Breastfeeding in general
 - Your early days of breastfeeding
 - Breastfeeding challenges
 - Weaning
 - Nighttime parenting
 - Ways to carry your baby

Regionaler Datenplan Zürich/Zurich 2010



- Informationen – fundiert und praxiserprobt
- Erfahrungsaustausch
- Unterstützung
- Motivation

Wir sind jederzeit für Sie da!

- Ihre Fragen – unsere Themen:
- Stillen allgemein
 - persönlicher Stillbeginn
 - Herausforderungen in der Stillzeit
 - Abstillen
 - Schlafverhalten
 - Kinder tragen





Katalog La Leche League-Shop Schweiz – kostenlos zu erhalten unter shop.stillberatung.ch oder 041 486 26 25



La Leche League-Shop – sorgfältig ausgewählte Produkte.
Rückmeldungen von Eltern bestätigen:
Produkte aus dem La Leche League-Shop bereiten lange Zeit Freude und erleichtern den Alltag mit Kindern.

Sortiment-Auswahl:



Das Handbuch für die stillende Mutter
Fr. 24.–



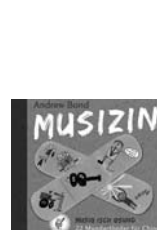
Neu: Stillen, Job und Family
Fr. 24.50



Muttersein, 101 Tipps für Mütter von Neugeborenen
Fr. 14.–



Diverse Tragetücher



Diverse Kinderlieder CDs



Div. Bücher für Kinderernährung, -Begleitung, -Pflege



Diverse Bekleidungsartikel für Schwangerschaft, Mutter und Kind

Preise exkl. Versandkosten
Info: shop.stillberatung.ch, Kontakt: versand@stillberatung.ch

LLL-TREFFEN IN ZÜRICH

Die Treffen finden samstags von 09.30 bis 11.30 Uhr statt. Über den Durchführungsort informieren Sie sich bitte im Internet (www.zuerich.stillberatung.ch) oder bei einer der untenstehenden Stillberaterinnen.

16. Januar	15. Mai	16. Oktober
20. Februar	19. Juni	20. November
20. März	21. August	18. Dezember
17. April	18. September	15. Januar 2011

Leitende Stillberaterinnen

Andrea Benz, 044 764 19 18
Sarah von Reitzenstein, 044 850 77 83
Gabriela Kessler, 044 725 78 10

ZÜRICH

LLL-TREFFEN IN ZÜRICH OERLIKON

Die Treffen finden montags von 20.00 bis 22.00 Uhr statt. Über den Durchführungsort informieren Sie sich bitte im Internet (www.zuerich.stillberatung.ch) oder bei der leitenden Stillberaterin.

11. Januar	12. Juli
Februar – kein Treffen	August – kein Treffen
15. März	13. September
12. April	Oktober – kein Treffen
10. Mai	15. November
14. Juni	13. Dezember

Leitende Stillberaterin

Emese Kaufmann, 043 540 62 37

OERLIKON

LLL-TREFFEN IN USTER

Die Treffen finden donnerstags von 9.15 bis 11.15 Uhr im Familienzentrum Uster, Zentralstrasse 32 im 1. Stock statt (5 Gehminuten vom Bahnhof).

7. Januar	6. Mai	7. Oktober
4. Februar	3. Juni	4. November
4. März	1. Juli	2. Dezember
1. April	2. September	

Leitende Stillberaterin

Brigitte Thalmann, 044 940 33 85

USTER

LLL-TREFFEN IN RAPPERSWIL

Die Treffen finden dienstags von 9.45 bis 11.15 Uhr, in der Hebammenpraxis Rapperswil, Obere Bahnhofstrasse 46, statt. (beim Kino Leuzinger)

12. Januar	11. Mai	12. Oktober
9. Februar	8. Juni	9. November
9. März	10. August	14. Dezember
13. April	14. September	

Leitende Stillberaterinnen

Sandra Eugster, 055 283 01 55
Sonja Wildhaber-Fürer, 055 245 51 68

RAPPERSWIL



LLL MEETING ZÜRICH CITY

The meeting takes place on Thursday morning from 9:30 to 11:30.

January 14th	May 6th	October 7th
February 11th	June 10th	November 11th
March 11th	July 8th	December 9th
April 8th	September 9th	January 13th 2011

La Leche League Leaders

Alena Lotz Oggier, 044 381 58 81
Ayalla Cammarano, 043 333 58 49

ZÜRICH CITY

LLL TODDLER MEETING ZÜRICH

The meeting takes place on Monday morning from 9:30 to 11:30.

January 11th	May 10th	October 11th
February 8th	June 14th	November 8th
March 8th	July 12th	December 13th
April 12th	September 13th	January 10th 2011

La Leche League Leaders

Alessandra Donzé, 043 558 41 01
Esther de Vries, 044 710 93 01

ZÜRICH

LLL MEETING MEILEN (IN ENGLISH AND GERMAN)

The meeting takes place every last Friday of the month from 9:30 to 11:30.

January 29th	May 28th	September 24th
February 26th	June 25th	October 29th
March 26th	July 30th	November 26th
April 30th	August 27th	January 28th 2011

La Leche League Leaders

Bethany Brupbacher, 044 923 85 71
Christina Hurst-Prager, 043 817 81 25

MEILEN

LLL MEETING KILCHBERG

The meeting takes place every first Friday of the month from 9:30 to 11:30.

January 8th	May 7th	October 1st
February 5th	June 4th	November 5th
March 5th	July 2nd	December 3d
April 2nd	September 3d	January 7th 2011

La Leche League Leaders

Elisabeth Koch Kölük, 043 537 07 47
Joanna Koch, 044 715 19 46

KILCHBERG