



Checkliste für Stillzimmer in Betrieb

<input type="checkbox"/>	Raum	Ruhiges, sauberes Zimmer mit privater Atmosphäre, abschliessbar, Sicht- und Schallschutz, Stromanschluss	Als Stillzimmer können oft bereits bestehende Räume eingerichtet werden, z.B. ein selten gebrauchtes Sanitätszimmer. Auch eine Mehrfachnutzung ist möglich.
<input type="checkbox"/>	Kennzeichnung	 Internationales Piktogramm	Kleber kann kostenlos bei der Stiftung Stillen Schweiz bezogen werden per Mail an contact@stiftungstillen.ch .
<input type="checkbox"/>	Reservation	Möglichkeit, Stillzimmer wie ein Sitzungszimmer zu buchen	Eventuell Zeitmanagement-System einrichten (Outlook/Lotus Notes etc.)
<input type="checkbox"/>	Besetzt anzeigen	«Bitte nicht stören»-Schild oder «Besetzt/frei»-Schieber	
<input type="checkbox"/>	Sessel oder Liege	Bequemer Stuhl oder Liege, eine entspannte Haltung ist wichtig	Eventuell Komfort steigern mit Stillkissen, dimmbarer Stehlampe etc.
<input type="checkbox"/>	Abstellfläche	Ablagefläche für elektrische Pumpe und zugehörige Utensilien	
<input type="checkbox"/>	Lavabo	Zum Hände waschen	Waschbecken mit Ablagefläche und Seifenspender, saubere Handtücher
<input type="checkbox"/>	Abwaschgelegenheit	Zum Spülen und Abwaschen von Teilen der Pumpe	Diejenigen Teile der Pumpe, die mit der Muttermilch in Kontakt gekommen sind, müssen kalt gespült, dann abgewaschen und getrocknet werden. Kann in Küche oder ähnlichem Bereich sein.
<input type="checkbox"/>	Kühlschrank	Kleiner Kühlschrank, in dem die abgepumpte Muttermilch aufbewahrt werden kann	Muss sich nicht im Stillzimmer befinden.
<input type="checkbox"/>	Gelegenheit zum Wickeln	An der Wand befestigter ausklappbarer Wickeltisch oder Ähnliches, mit Kissen	Kinder werden nach dem Stillen in der Regel frisch gewickelt. Kann auch ausserhalb des Stillzimmers sein, idealerweise gerade vor Ort.

