

Einladung

zur

**Digitalen
LLLD - KONFERENZ 2020**

25. – 27. September 2020



Informationen

Liebe Beraterinnen und Bewerberinnen, liebe Familien, Fachkolleg/-innen und Interessierte,

aufgrund der aktuellen Lage wird unsere diesjährige Jahreskonferenz in digitaler Form stattfinden. Damit sich die Situation weiter stabilisieren kann und wir alle geschützt sind, laden wir herzlich zum digitalen Vernetzen und Fortbilden ein.

Danke an alle Helferinnen, die dies möglich machen!

Programm

Freitag

18:30 – 19:00 Uhr	Technikcheck
19:00 – 19:45 Uhr	Begrüßung und Ehrungen
20:00 Uhr	Austausch in Open Space (intern)

Samstag

9:30 – 10:00 Uhr	Technikcheck
10:00 – 11:30 Uhr	Arbeitskreis Block 1
14:00 – 16:00 Uhr	Mitgliederversammlung und Vorstandswahlen (nur für Mitglieder)

Sonntag

9:30 – 10:00 Uhr	Technikcheck
10:00 – 12:00 Uhr	Hauptvorträge Die Diagnostik des engen Zungenbands in der Stillberatung Dr. Christine Bruni, Fachärztin für Allgemeinmedizin, IBCLC, LLL-Beraterin Die Behandlung des engen Zungenbandes bei Babys, Kindern und Erwachsenen Dr. Franka Meuter, MSc Zahnmedizin
14:00 – 15:30 Uhr	Vortrag zum Thema Datenschutz (intern)
16:00 – 17:30 Uhr	Arbeitskreis Block 2
17:45 Uhr	Abschluss

Anmeldung und Kosten

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über das [Anmeldeformular](#) auf der Homepage.

Die Anmeldung ist erst gültig, wenn sie vollständig eingegangen ist und die entsprechenden Kosten überwiesen sind. Es erfolgt eine Anmeldebestätigung per E-Mail.

Anmeldeschluss ist der 10.09.2020

Konferenzgebühr

LLL-Beraterinnen	kostenfrei
Bewerberinnen	kostenfrei
Mitglieder	€20,-
Gäste	€60,-

Sie wollen unsere ehrenamtliche Vereinsarbeit mit einer [Mitgliedschaft](#) unterstützen?
Wir bedanken uns!

Bezahlung

Ausschließlich per Überweisung auf das Konto:

Empfänger:	La Leche Liga Deutschland e.V.
Verwendungszweck:	Konferenzgebühr für (Name)
IBAN:	DE37 4306 0967 4032 5731 01
BIC:	GENODEM1GLS

Teilnahmebestätigung

Eine Teilnahmebestätigung wird auf Wunsch und nachträglich ausgestellt und per E-Mail zugesandt.

Kontaktadresse

Eva Stroh
Dörriesstr. 2
53894 Mechernich
Telefon:02484-9184087 Fax 9184088
E-Mail: konferenz@lalecheliga.de

Beschreibung der Arbeitskreise

Block 1 (Samstag 10:00 - 11:30)

Bewegung in der Stillzeit und danach

Wie kann oder soll ich mich mit Stillkind am besten bewegen? Worauf soll ich achten, was muss ich wissen?

Ihr könnt all eure Fragen und Anliegen rund um Bewegung mitbringen und wir versuchen gemeinsam Lösungen und Antworten zu finden.

Du brauchst für den praktischen Teil eine Matte und ein Handtuch.

Leitung: Ulya Yavuz-Ziegler, Bewegungstrainerin mit Spezialisierung auf Frauen mit Bauch- und Beckenbodenproblemen

Stillhindernisse

Die allermeisten Mütter können Ihre Kinder erfolgreich stillen. Wunde Brustwarzen oder mangelnde Gewichtszunahme sind jedoch häufig „schuld“, dass die Mutter an ihrer Stillfähigkeit zweifelt.

Aber was, wenn die Tipps zum Stillmanagement und gutem Anlegen nicht ausreichend sind? Welche Stillhindernisse könnte es noch geben und was kann ich als Beraterin dann tun? Wir wollen uns gemeinsam auf die Suche machen.

Bringt bitte gerne konkrete Stillberatungssituationen mit, die wir diskutieren können.

Leitung: Charlotte Spieth-Hassel, LLL-Beraterin

Eisenmangel beim Stillkind – Ist längeres Vollstillen ein Risiko?

Ärzte, medizinische und ernährungswissenschaftliche Fachgesellschaften (inklusive der WHO) stellen in manchen Publikationen dar, dass die Eisenreserven bei Babys im Alter von 4 bis 6 Monaten aufgebraucht sind. Sie empfehlen, eisenreiche Beikost spätestens mit 6 Monaten einzuführen, um Nährstoffmangel, insbesondere Eisenmangel vorzubeugen. Doch viele nach Bedarf gestillte und ernährte Babys haben oft erst später Interesse an Beikost und essen oft winzige Mengen. Besteht eine reelle Gefahr der Eisenmangelanämie bei verlängertem Vollstillen? Wie können wir Mütter in einer solchen Situation beraten? In diesem Arbeitskreis werden wir die wissenschaftlichen Hintergründe dieser Fragestellungen kennenlernen und diskutieren unsere Erfahrungen als Eltern und Stillberaterinnen.

Leitung: Zsuzsa Bauer, LLL-Beraterin, langjährige Arbeit in der wissenschaftlichen Forschung und Publizistik, Redaktionsmitglied der Fachzeitschrift *Laktation&Stillen*, Herausgeberin von www.still-lexikon.de

Säuglinge mit einem angeborenem Herzfehler in der Stillberatung

Etwa 1% der Kinder werden mit einem Herzfehler geboren - die Säuglingszeit ist oft begleitet von Operationen, Krankenhausaufenthalten, Trinkschwäche und Stillproblemen. Für diese Kinder ist die Muttermilch besonders wichtig. Bei einem schwer kranken Neugeborenen sind die Grenzen der Stillberatung schnell erreicht - wie kann ich als ehrenamtliche Stillberaterin dennoch Mama und Kind auf ihrem Weg unterstützen? Welche typischen Stillschwierigkeiten gibt es in dieser Situation und wie kann man sie überwinden - oder erst gar nicht entstehen lassen? Hier gibt es Informationen, Tipps und Kniffe, die bei der Begleitung von herzkranken Säuglingen hilfreich sind.

Leitung: Dr. Magdalene Stosik, 2 herzkranken Kinder, Vorstandsmitglied im Verein Hypoplastische Herzen Deutschland e.V., Ansprechpartnerin für Mütter von herzkranken Babys bei der AFS

Einsatz von Microsoft Teams in LLLD (nur für LLL-Beraterinnen!)

Die Grundfunktionen und der Aufbau von Teams werden live gezeigt und wir besprechen die Einsatzmöglichkeiten wie Online- Stillgruppen, Arbeitstreffen oder einfach nur Chats mit euren Lieblings-Co-Beraterinnen. Ihr könnt all eure Fragen und Anliegen mitbringen. Wir versuchen sie gemeinsam zu lösen.

Grundvoraussetzungen für die Teilnahme am AK ist, dass ihr Beraterin seid und die erfolgreiche Anmeldung mit dem @Ill-team.de-Konto. Das Passwort bitte ggf. bei Eva Stroh anfragen und am besten auch die Teams App auf das Gerät laden.

Leitung: Pauline Pirngadi, LLL-Beraterin und Microsoft Office-Anwenderin, die ihre Erfahrungen gerne teilt

Block 2 (Sonntag 16:00 – 17:30)

Burnout – Mütter und Beraterinnen im Fokus

Was ist Burnout? Welche Ursachen gibt es und wie sind wir als Mütter und Beraterinnen da gefährdet? Ein kleiner Selbsttest hilft uns, dieser Frage eine erste Antwort zu geben. Gemeinsam wollen wir auch anhand unserer Erfahrungen schauen, ob und wo wir vielleicht der Erschöpfung schon einmal ziemlich nahe waren und was wir tun können, um die Burnout-Gefahr bei uns selbst zu reduzieren. Ein kurzer Austausch, wie wir bei Müttern in der Stillberatung das Thema Erschöpfung ansprechen und an andere Fachkräfte weiterverweisen können, rundet unseren Arbeitskreis ab.

Leitung: Peggy Drechsel, Stillberaterin, Psychologie-Studentin, Mama von drei Kindern

Pump. Work. Repeat. - Stillen & Beruf

Viele Mütter gehen heute nach einem Jahr Elternzeit wieder arbeiten. Manche Mütter müssen aus ganz vielfältigen Gründen früher in den Job zurückkehren und einige stillende Mamas davon finden den Weg in unsere Beratungen. Manche Frauen wollen wissen, wie sie vor der Rückkehr in den Beruf abstillen können (was natürlich nicht zwingend notwendig ist). Einige Mamas benötigen technische Tipps zur Pumpe oder zur Taktung der "Pumpsessions" auf der Arbeit. Wieder andere Mütter haben Sorge, weil sie zu wenig Milch gewinnen oder das Baby in der Nacht plötzlich sehr oft wach wird. Dir fallen solche Gespräche schwer? Du wünschst dir mehr Infos und praktische Tipps, die du deinen Müttern mit an die Hand geben kannst? Dann bist du in diesem AK genau richtig!

Leitung: Claudia Jahnke (38), LLL-Beraterin, zwei Kinder (8 und 10), kann aus eigener Erfahrung von der (schwierigen aber möglichen) Vereinbarkeit von Stillen, Büro, Pumpen und dem Umgang mit Reaktionen von Kollegen und Vorgesetzten berichten.

E-Mail-Beratung

Viele Mütter scheuen sich, eine LLL-Stillberaterin direkt anzurufen und schicken lieber eine Mail. Manche schreiben gar nichts über ihre Frage, sondern bitten um Kontaktaufnahme. Andere beschreiben ihr Problem ausführlich, ohne sich zu fragen, ob die Beraterin überhaupt Zeit hat, die Anfrage zu beantworten. Manche verstehen nicht, dass wir ehrenamtlich arbeiten.

Wie soll eine Beraterin mit diesen unterschiedlichen Anfragen umgehen? Wie kann sie die Hauptsorgen der Mütter erkennen? Was soll sie bei ihrer Antwort berücksichtigen? Wie geht sie damit um, wenn sie den Erziehungsstil der Mutter nicht gutheißen kann? Welche Quellen darf sie zitieren? Was muss sie bei Textbausteinen beachten? Wie kann sie eine Mutter über Anlegetechnik beraten, wenn sie die Mutter und das Kind nicht sehen kann? Was macht sie, wenn sie die Wünsche der Ratsuchenden nicht

erfüllen kann oder wenn sie nicht mehr weiterweiß? Welche Grenzen dürfen bei der Mailberatung gesetzt werden?

Wie lange haftet eine Beraterin für Beratungsfehler? Wie informiert sie die Ratsuchenden über Datenschutz und was muss sie als Beraterin dabei beachten?

In diesem Arbeitskreis werden wir diese Fragen sowie Beispielanfragen besprechen.

Leitung: Catherine Pilgram, Englischdozentin, Übersetzerin, LLL-Beraterin

Re-Bonding in der Stillberatung

In diesem Arbeitskreis diskutieren wir gemeinsam die Möglichkeiten (und Grenzen), durch ein Re-Bonding Stillschwierigkeiten zu überwinden. Welche Stillschwierigkeiten können aufgelöst/verbessert werden, welche Rahmenbedingungen sind nötig, bis zu welchem Alter kann es eingesetzt werden, wie können Mutter und Kind gut dabei begleitet werden, etc.?

Leitung: Tina Kolonko, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Dipl.-Soz.-Wiss., Krankenschwester, IBCLC