

# LLL-KONFERENZ 2017

## Arbeitskreise

---



### SAMSTAG, 04. November 2017

#### **101. 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

#### **102. Stillen - Fundament für nachhaltige Entwicklung**

Dieses Motto basiert auf den Weltentwicklungszielen (SDGs), die im September 2015 durch die Vereinten Nationen beschlossen wurden. Sie stellen einen Leitfaden für die Globale Entwicklung bis zum Jahr 2030 dar. Aber was genau sind die Ziele und wie eng sind sie mit unserer globalen und lokalen Arbeit als La Leche Liga Beraterinnen verbunden?

Ich lade euch auf eine globale Still-Reise durch die SDGs ein! Kennenlernen, Erfahrungen austauschen und gemeinsam einen Weg suchen, diese Ziele in unserer freiwilligen Arbeit umzusetzen.

Leitung: Angelicá Garcia, LLL Stillberaterin

#### **103. (S)innig**

In diesem Workshop geht es um einige, sehr wichtige Basissinne im innigen Körper- bzw. Hautkontakt bei Babys, Kindern und ihren Eltern, mit und ohne Tragetuch. Sinne, die eine wichtige Grundlage für eine gesunde Entwicklung sind. Zu Beginn werden sie Euch vorgestellt und erklärt, danach werden wir einige praktische Erfahrungen dazu machen.

Mitzubringen: Matte oder Decke, Kissen, warme Socken, und falls vorhanden: kurze Tragetücher/Slings und Entdeckungsfreude!

Leitung: Bettina Attenberger, Ergotherapeutin, Gründerin und Leiterin der Trageschule NRW

## 104. Radiologie und Nuklearmedizin in der Stillzeit

Radiologische oder nuklearmedizinische Untersuchungen werden bei den verschiedensten Beschwerden zur Diagnose oder zum Ausschluss ausgeführt. Auch während der Stillzeit kann eine Untersuchung notwendig sein und sollte nicht unnötig aufgeschoben werden. Wir werden die Arbeitsweise der einzelnen Untersuchungen (Ultraschall, Röntgen, Mammographie, CT, PET und SPECT) und die Auswirkungen auf das Stillen besprechen: Wovon hängt es ab, ob und wie lange eine Stillpause oder gar das Abstillen nötig ist? Wo finde ich diese Informationen dazu und wie kann ich diese interpretieren?

Leitung: Dr. Antje Fitzner, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Physikerin, med. Strahlenphysik

## 105. Schmerzen beim Stillen – Ursachen, Prävention, Lösungsmöglichkeiten

### Modul 1: Natürliches, zurückgelehntes Stillen

Wenn das Stillen rund läuft, haben weder Mutter noch Baby Schmerzen oder ernste Schwierigkeiten beim Stillen. Das Baby nimmt altersgerecht gemäß den WHO-Standards zu und die Familie ist mit der Gesamtsituation (einschließlich Schlafen, Weinen...) zufrieden. „Schmerzen deuten darauf hin, dass etwas falsch läuft, und die häufigsten Ursachen (bzw. in den ersten Tagen nahezu die einzigen) sind eine schlechte Stillposition, ein verkürztes Zungenbändchen oder eine Kombination beider Probleme. (Dr. Carlos González: „Stillen - ein Geschenk für das ganze Leben“, S. 150, La Leche Liga Deutschland 2016.) In Modul 1 beschäftigen wir uns intensiv mit natürlichem, zurückgelehntem Stillen als Prävention und Erste Hilfe - bzw. Lösungsmöglichkeit bei vielen Stillproblemen.

Leitung: Katharina von Herff, LLL-Beraterin, 3 Kinder, Kommunikationsdesignerin  
Christine Bruni, LLL-Beraterin, 2 Kinder, MD, IBCLC, Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Patricia Lange, LLL-Beraterin, 1 Kind, Ergotherapeutin, Castillo Morales-Therapeutin  
Katrin Beck, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Biostatistikerin

## 106. Kollegiale Beratung

In kollegialer Beratung können Fälle aus der Praxis nach einer vorgegebenen Gesprächsstruktur von mehreren Beraterinnen beleuchtet werden. Gemeinsam werden auf diese Weise neue Sichtweisen eröffnet und Lösungsmöglichkeiten erarbeitet. Bitte bringt Fälle mit, über die ihr gerne (anonymisiert) sprechen möchtet.

Leitung: Melanie Schnabel, LLL-Beraterin, 3 Kinder, Erziehungswissenschaftlerin

## 107. „LLL-Beraterin sein im Alltag“ oder „Unser Alltag als LLL-Beraterin“

LLL-Beraterin zu sein stellt uns im Alltag vor verschiedenartige Herausforderungen. Dieses Thema bietet einen Raum, uns gemeinsam die unterschiedlichen Herangehensweisen anzusehen, wie wir die Verpflichtungen des LLL-Beraterinnenseins mit unserem Alltag verbinden. Es ist eine Kunst dem Motto gerecht zu werden „Family first, but LLL not last“.

Leitung: Gisela Skupin, LLL-Beraterin, 4 Kinder, KVB-Kursleiterin

### **108. La-Leche-Liga-Stillgruppentreffen leiten - Ermutigung und Unterstützung für die Gruppenleiterin**

Jedes Stillgruppentreffen ist für eine Stillberaterin eine neue Herausforderung. Oft hat sie das Gefühl, nicht gut genug zu sein. LLL mit ihren hohen Anforderungen, das Wissen rund um das Stillen und der Umgang mit Problemen rund um die Geburt eines Kindes schrauben die Erwartungen der teilnehmenden Mütter hoch.

Da liegt der Wunsch nahe, einen kleinen Helfer zu haben, der einfühlsam einige hilfreiche Tipps ins Ohr flüstert und ermutigt.

Dieser Arbeitskreis nimmt Vergangenes im Dialog in den Blick und stellt Methoden aus der Emotionalen Ersten Hilfe zur Seite, die die Leiterin einer Stillgruppe besonders in anspruchsvollen Situationen ermutigen (z.B. wenn ein Baby ständig weint und das Gruppentreffen „aus den Fugen gerät“) und im Moment Sicherheit und Orientierung geben.

Leitung: Monika Goldbach, LLL-Beraterin, 3 Kinder, Fachberaterin der Emotionalen Ersten Hilfe, Encouraging-Trainerin, Elternkurs-Leiterin

### **109. VÄTER AK: Windelfrei - wird schon schiefgehen! Über „Ausscheidungs-Kommunikation“, Stoffwindeln und weitere Alternativen**

Da Babys keine Nestflüchter sind, sind sie stets auf die Fürsorge und Pflege ihrer Bindungspersonen angewiesen. Sie signalisieren jederzeit, wenn sie etwas benötigen wie z.B. Nahrung, Schlaf, Nähe etc. Gleiches gilt auch für das Bedürfnis, den Blasen- oder Darminhalt zu entleeren. Das Baby zeigt dies mehr oder weniger unmissverständlich durch seine (Körper-)sprache an:

*“Durch dieses Signal vorgewarnt, hält die Mutter ihn [den Säugling] so weit von ihrem Körper weg, daß sie von Urin und Stuhl nicht beschmutzt wird. Auch unsere Kinder zeigen dieses Verhalten im Neugeborenen- und Säuglingsalter [...]. Weil wir aber darauf nicht reagieren, verliert sich das Verhalten nach einigen Wochen. Manche zeigen aber noch nach Monaten mit Schreien, motorischer Unruhe oder mimischen Reaktionen an, wenn sie die Blase oder den Darm entleeren müssen.” - Remo Largo, „Babyjahre“, 2002, S.472*

In unserem AK bieten wir zunächst einen interessanten Einblick in die „Welt der Windeln“. Im Anschluss wollen wir uns in lockerer und geselliger Runde nicht nur zum Thema „Windelfrei“ austauschen, sondern auch über normale (Wegwerf-)Windeln und weitere Alternativen sprechen. Ein kleiner ‚Schlenker‘ zum Thema „Kommunikation“ wird die Sache noch abrunden ☺

Wir freuen uns schon jetzt auf eine rege Teilnahme und einen tollen Austausch!

Kinder jeden Alters und in beliebiger Anzahl können ausdrücklich mitgebracht werden!

Leitung: Fabian Schneider, 35 Jahre, Vater von 3 Kindern, IT-Systemelektroniker

Daniel Manderla, 37 Jahre, Vater von 4 Kindern, gepr. Rechtsfachwirt

**Sonntag, 05. November 2017**

**201. Sport in der Stillzeit- was gibt es in dieser „besonderen“ Zeit zu beachten?**

Im theoretischen Teil beschäftigen wir uns mit den Grundlagen zum Beckenboden, zur Rückbildung und zu den physiologischen Veränderungen in der Stillzeit und deren Auswirkungen beim Sport. Im Anschluss wird eine kurze Praxiseinheit Fitness mit Kind bzw. Puppe/Kangatraining stattfinden.

Leitung: Henrike Martini, 29 Jahre alt, Hebamme, Kangatrainerin, Trageberaterin

**202. Säuglinge mit einem angeborenen Herzfehler in der Stillberatung**

Etwa 1% der Kinder wird mit einem Herzfehler geboren - die Säuglingszeit ist oft begleitet von Operationen, Krankenhausaufhalten, 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 Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen

**203. Stillen und Krippenbetreuung**

In diesem Arbeitskreis wird die Frage beleuchtet, wie sich Krippenbetreuung und Stillen miteinander vereinbaren lassen. Er gibt einen Einblick in die Rahmenbedingungen der Einrichtungen, gesetzliche Vorgaben für stillende Mütter und Möglichkeiten der Umsetzung. Nicht zu vergessen sind auch die ganz persönlichen Gefühle, Ängste und Ansichten beider Seiten.

Leitung: Birgit Klos-Becker, Hebamme und Krippenerzieherin, 2 Kinder

**204. Wanted - Mitarbeiterinnen für die Kontaktstelle!**

Offen für alle, die sich für die Mitarbeit in der Kontaktstelle interessieren. Wir möchten Euch einen Einblick in die Kontaktstellenarbeit geben. Welche Anfragen erreichen die Kontaktstelle? Wie werden diese bearbeitet? Wie hoch ist der zeitliche Aufwand? Welche Voraussetzungen solltet ihr mitbringen? Welche Ressourcen stehen als Informationsquellen zur Verfügung? Unser kleines Team sucht weitere Mitarbeiterinnen, die Freude daran haben, La Leche Liga-Beraterinnen mit Fachwissen und Erfahrung im Beratungsprozess zu unterstützen. Habt ihr Interesse? Wir freuen uns auf Euch!“

Leitung: Tina Kolonko, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Dipl.-Soz.-Wiss., Krankenschwester  
Dr. Antje Fitzner, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Physikerin, med. Strahlenphysik

## 205. E-Mail-Beratung

Wie formuliere ich meine Antwort auf eine Beratungsanfrage so, dass sie von der Mutter gelesen wird? Wie erkenne ich die Hauptsorgen der Mutter? Wie gehe ich damit um, wenn ich den Erziehungsstil der Mutter nicht gutheißen kann? Welche Grenzen darf ich bei der E-Mail-Beratung setzen? Welche Quellen darf ich zitieren? Schicke ich einen Link oder einen Anhang? Was muss ich bei Textbausteinen beachten?

Diese Fragen werden wir in einer lockeren Austauschrunde anhand von Beispielanfragen besprechen.

Leitung: Catherine Pilgram, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Englischdozentin

## 206. Die Ausbildung zur LLL-Beraterin: Viele Wege - ein Ziel

In diesem Arbeitskreis geht es um die Ausbildung zur LLL-Stillberaterin. Es wird besprochen, wie die zukünftigen Beraterinnen Müttern am besten helfen können, eine gute Stillbeziehung zu ihrem Baby aufzubauen. Inhalte und Ablauf der Ausbildung werden vorgestellt und offene Fragen dazu beantwortet. Der Arbeitskreis richtet sich in erster Linie an Interessentinnen und Bewerberinnen- und gerne auch an Beraterinnen, die eine Bewerberin vor Ort in der Ausbildung begleiten.

Leitung: U. E. Rath, LLL-Beraterin, 6 Kinder, Pädagogin  
Agnes Nana Beseka, LLL-Beraterin, 4 Kinder, Pädagogin

## 207. Schmerzen beim Stillen – Ursachen, Prävention, Lösungsmöglichkeiten

**Modul 2:** Das zu kurze Zungenband - Voraussetzung für den Besuch von Modul 2 ist Modul 1 bzw. ein früherer Besuch des AK „Basisfachwissen Korrektes Anlegen“ von Julia Afgan. In Modul 2 wenden wir uns dem zu kurzen Zungenband zu, das sich recht häufig als Ursache herausstellt, wenn Stillschwierigkeiten bleiben, obwohl die Mutter bereits in Stillberatung ist und „alles richtig macht“.

Leitung: Katharina von Herff, LLL-Beraterin, 3 Kinder, Kommunikationsdesignerin  
Christine Bruni, LLL-Beraterin, 2 Kinder, MD, IBCLC, Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Patricia Lange, LLL-Beraterin, 1 Kind, Ergotherapeutin, Castillo Morales-Therapeutin  
Katrin Beck, LLL-Beraterin, 2 Kinder, Biostatistikerin

## 208. Das Stillkind im Krankenhaus

Muttermilch enthält eine Vielzahl von Abwehrstoffen, die gestillten Kindern helfen, mit den Keimen in ihrer Umgebung umzugehen. Aber auch ein Stillkind kann einmal krank werden. Und dann wird das Stillen zu einem wahren Schatz!

Wir wollen weniger häufig genannte Vorteile des Stillens ans Tageslicht holen, die zeigen, was für ein Glück es für ein krankes Kind ist, gestillt zu werden. Vielleicht können diese Vorteile Mütter ermutigen, auch länger zu stillen. Und vor allem, nicht ausgerechnet während das Kind krank ist, aus Versehen abzustillen.

Leitung: Tanja Gerodetti, LLL-Beraterin, 5 Kinder, Kinderkrankenschwester