

# OnLLLine Jahreskonferenz 2021

24. - 26. September 2021

---



LA LECHE LIGA  
DEUTSCHLAND E.V.

## Informationen

---

Liebe Beraterinnen und Bewerberinnen, liebe Familien, Fachkolleg\*innen und Interessierte, aufgrund der aktuellen Lage wird unsere diesjährige Jahreskonferenz erneut 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.

## Programm

---

### Freitag

- 18:30 – 18:50 Uhr **Technikcheck**
- 19:00 – 19:30 Uhr **Begrüßung**
- 19:30 Uhr **Mitgliederversammlung** (nur für Mitglieder LLLD)  
im Anschluss “Wein, Chips und Schokolade”

### Samstag

- 9:00 – 10:30 Uhr **Arbeitskreis Block A**
- 11:00 – 12:30 Uhr **Arbeitskreis Block B**  
Pause
- 14:00 – 15:30 Uhr **Arbeitskreis Block C**
- 16:00 – 17:30 Uhr **Open Space**  
Pause
- 19:30 Uhr **Gemeinsamer Abend mit Ehrungen**  
im Anschluss “Wein, Chips und Schokolade”

### Sonntag

- 10:00 – 12:00 Uhr **Hauptvortrag:**  
**Die inneren Drachen zähmen - wie Achtsamkeit und Selbstfreundlichkeit helfen können, die inneren Kritiker, Perfektionisten und Antreiber zu besänftigen**  
Leitung: Lienhard Valentin
- 12:00 – 12:30 Uhr **Informeller Austausch zum Vortrag**  
Pause
- 13:30 – 14:30 Uhr **Datenschutz** (nur Bewerberinnen und Beraterinnen LLLD)
- 15:00 – 16:30 Uhr **Arbeitskreis Block D**
- 16:45 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. Die Zuteilung zu den Veranstaltungen mit eingeschränkter Teilnehmerzahl erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.

### Anmeldeschluss: 10. September 2021

Ihr persönlicher Konferenzplan wird nach dem Anmeldeschluss per E-Mail verschickt.

### Konferenzgebühr

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

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

### Bezahlung per Überweisung

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

### 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](mailto:konferenz@lalecheliga.de)

## Beschreibung der Veranstaltungen

---

Die Veranstaltungen, für die Vorkenntnisse notwendig sind, bei denen es eine maximale TeilnehmerInnenanzahl gibt, oder die nur für bestimmte Personengruppen ausgeschrieben wurden, sind entsprechend gekennzeichnet.

### Block A (Samstag 9:00 – 10:30)

#### **Die Emotion der Fürsorge (A-1)**

Noch immer geht mit der Trivialisierung der Care-Arbeit ebenfalls die Namenlosigkeit der elterlichen bzw. mütterlichen Tätigkeiten bei der Fürsorge und Bindungsaufbau einher. Der Vortrag möchte in Verbindung mit einem gemeinsamen, lockeren Gespräch Alternativen für die Begriffe "Bemuttern" oder "Co-Regulation" diskutieren und den Vorschlag "Emotion der Fürsorge" als essenziellen Baustein menschlichen Zusammenlebens einbringen.

Leitung: Anne-Kathrin Gitter (LLL-Beraterin)

#### **Zurückgelehntes Stillen (A-2)**

*max. 12 TeilnehmerInnen*

*Material: eine Puppe zum Ausprobieren*

Fragen und Probleme zum Anlegen sowie Schmerzen beim Stillen sind vor allem in den ersten Wochen häufige Themen in Anfragen von Müttern. Mit Hilfe der zurückgelehnten Stillposition kann sich in den meisten Fällen eine schnelle Entlastung einstellen. In diesem Arbeitskreis beschäftigen wir uns mit den Fragen: Welcher Zusammenhang besteht zwischen Neugeborenenreflexen und Stillposition? Wie helfe ich einer Mutter, eine für sie bequeme Position zu finden? Wie unterstütze ich eine Mutter, ihr Baby gut zu positionieren? Wie kann ich erkennen, ob das Baby gut trinkt und Mutter und Kind entsprechend unterstützen?

Leitung: Julia Afgan (LLL-Beraterin, Ausbilderin)

#### **Sterneneltern/Sternenkinder (A-3)**

*max. 20 TeilnehmerInnen*

Einen geliebten Menschen zu verlieren heißt oft, einen großen Schmerz in sich tragen zu müssen. Als Sternenkinder bezeichnet man Kinder, die vor, während oder kurz nach der Geburt sterben. Noch immer wird der Tod eines Kindes vor, während oder kurz nach der Geburt tabuisiert. Eine gute Begleitung der betroffenen Familien ist ein essentiell wichtiger Einstieg in die Trauerarbeit. Die Sterneneltern Achim e.V. begleiten Familien seit dem Jahr 2014. Der Verein bietet einen geschützten Raum, in Form der Selbsthilfegruppen. Die Ehrenamtlichen leisten die sogenannte Akutbegleitung und haben es sich auf die Fahne geschrieben, das Tabu, rund um die Kleinsten der Kleinen zu brechen. Auch das Abstillen gehört zur Thematik des Arbeitskreises.

Leitung: Stefanie Gebers und Verena Dillenburg (zertifizierte Trauerbegleiterinnen nach Standards des BVT sowie Sternenmütter, Vorstand des Vereins Sterneneltern Achim e.V.)

### **Ausbildung zur LLL-Beraterin – Viele Wege, ein Ziel (A-4)**

*für Interessentinnen LLLD*

Hier können Interessentinnen alles über den Ablauf der Ausbildung bei LLLD erfahren. Gibt es Fragen zum Ablauf der Ausbildung, den Pflichten einer Beraterin? Alle Fragen werden von Mitgliedern der Ausbildungsabteilung beantwortet.

Leitung: Elayne Rath (LLL-Beraterin, Ausbilderin) und weitere Ausbilderinnen

## **Block B (Samstag 11:00 – 12:30)**

### **Das Gewicht – was ist wichtig für die ehrenamtliche Stillberatung? (B-1)**

Wenn Babys nicht gut gedeihen, ist dies eine Situation, die besondere Aufmerksamkeit erfordert. Oft ist es eine Herausforderung, die Gewichtsentwicklung zu beurteilen und daraus die passenden Maßnahmen abzuleiten.

Wenn Fachkräfte auf Grundlage des hier besprochenen Basiswissens arbeiten, unterstützen sie damit eine entspannte Situation in der Familie, gutes Gedeihen des Babys langfristig und zusätzlich, dass das Stillen gut etabliert und weitergeführt werden kann.

Leitung: Márta Guóth-Gumberger (IBCLC, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe)

### **Zufüttern mit der Flasche (B-2)**

*max. 12 Teilnehmerinnen*

Viele Mütter füttern künstliche Säuglingsnahrung oder Muttermilch mit der Flasche oder mit anderen Methoden zu. Manche Mütter haben Angst davor zuzufüttern, selbst wenn ihre Kinder schlecht gedeihen. Nicht Vollstillen zu können ist für viele ein Versagen. Wie können wir Frauen helfen, so zuzufüttern, dass die Milchproduktion und Stillbeziehung nicht darunter leiden? Wie soll eine Mutter vorgehen, wenn sie die Menge zugefütterter Nahrung reduzieren will? Was ist zu beachten? Obwohl alternative Zufütterungsmethoden durchaus sinnvoll sind, werden wir uns in diesem Arbeitskreis auf die Zufütterung mit der Flasche konzentrieren.

Leitung: Catherine Pilgram (LLL-Beraterin)

### **Laktose – Laktase (B-3)**

Was ist Laktose? Was ist Laktase? Wie kommt es zur Laktoseunverträglichkeit und was kann man in diesem Fall machen.

Leitung: Christel Opitz-Lüders (LLL-Beraterin, IBCLC)

### **Internationaler Kodex für die Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten (B-4)**

Was ist der Kodex und welche Bedeutung hat er für die Stillberatung.

Leitung: Jürgen Kerl (Monitoring) und Karl Beyer (Weltstillwochenkoordination, AGB-Nachrichten) Aktionsgruppe Babynahrung (AGB) e.V.

## Block C (Samstag 14:00 – 15:30)

### **Das Brusternährungsset – ein Weg, das Stillen zu erhalten (C-1)**

*Notwendige Voraussetzung für die Teilnahme ist der AK "Gewichtsverlauf beim Stillen (B-1)" bzw. Kenntnisse über die Interpretation von Gewichtskurven in der Stillberatung.*

*Material: BES, Wasser, Puppe, Teller, Servietten*

Das Brusternährungsset (BES) ist ein bewährtes Hilfsmittel, um das Stillen zu erhalten oder überhaupt zu ermöglichen. Besprochen werden die häufigsten Anwendungsbereiche sowie die Grundlagen für die kompetente Begleitung des Einsatzes in der Stillberatung.

Leitung: Márta Guóth-Gumberger (IBCLC, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe)

### **Pumpen und pumpen (C-2)**

Welche Pumpe wofür? Wie oft sollte die Mutter abpumpen? Und was tun, wenn keine Milch durch das Pumpen gewonnen werden kann? Um all diese Themen wird sich dieser Arbeitskreis drehen.

Leitung: Claudia Jahnke (LLL-Beraterin, pumpgestillt mit dem ersten Kind)

### **Tandemstillen (C-3)**

*max. 10 Teilnehmerinnen*

Wann beginnt Tandemstillen? Welche Emotionen tauchen beim Tandemstillen auf und wie können sie begleitet werden? Ist das Wochenbett besonders intensiv? Welche Quellen oder Texte gibt es zum Thema? Bringt auch eure Fragen zum Thema mit.

Leitung: Josephine Jeschke (LLL-Beraterin, 2-mal selbst tandemgestillt)

### **Welchen Sinn machen die KW - KommunikationsWerkzeuge - in unserer LLL-Tätigkeit (C-4)**

*max. 10 Teilnehmerinnen*

*nur Bewerberinnen und Beraterinnen LLLD*

Die KB-Abteilung lädt dazu ein, sich die "Kommunikation für Beraterinnen" der La Leche Liga anzuschauen. Woher stammt sie, wie haben sich daraus die KWs entwickelt, was steckt dahinter und wie sehen dabei die Unterschiede zu anderen Beratungsplattformen aus? Was macht das Besondere der Kommunikation einer LLL-Beratung aus? Wo liegen die Grenzen und wo liegt das Potential? Zum Schluss wird Raum für einen Gedanken- und Erfahrungsaustausch gegeben. Für diesen AK sind keine Voraussetzungen nötig. Es handelt sich nicht um einen Kommunikationskurs.

Leitung: Gisela Skupin und Jennifer Fink-Kolenko (LLL-Beraterinnen und Kursleiterinnen der KB-Abteilung)

## Open Space (Samstag 16:00 – 17:30)

Im Open Space gibt es Gelegenheit, sich ungezwungen und ohne Anmeldung in Gruppen zu Themen auszutauschen, die euch bewegen: schwierige Beratungssituationen, interessante Bücher, Projekte, Ideen, Herzensthemen – alles ist möglich. Ihr könnt ein eigenes Thema einbringen oder euch zu bestehenden Open Spaces hinzugesellen.

Im Anmeldeformular gibt es die Möglichkeit, ein Thema für einen Open Space anzumelden.

Leitung: die Themenstellerin

## Hauptvortrag (Sonntag 10:00 – 12:00)

### **Die inneren Drachen zähmen - wie Achtsamkeit und Selbstfreundlichkeit helfen können, die inneren Kritiker, Perfektionisten und Antreiber zu besänftigen**

Wir leben nicht nur in Beziehungen mit anderen Menschen, sondern haben auch eine Beziehung zu uns selbst – und die ist häufig alles andere als freundlich. Im Laufe unseres Heranwachsens haben wir die Art und Weise, wie wir von unseren Eltern, Lehrern und anderen Bezugspersonen gesehen wurden, verinnerlicht und dies ist nicht immer förderlich für unser Leben. Statt uns zu kritisieren, uns anzutreiben und hart zu uns selbst zu sein, können wir beginnen mit uns selbst Freundschaft zu schließen.

In diesem Vortrag zeigt Lienhard Valentin Wege auf, die diesen Prozess unterstützen und dabei helfen können, die eigenen negativen Programme zu erkennen und hinter sich zu lassen.

Lienhard Valentin ist Gestaltpädagoge, Gründer des Vereins „Mit Kindern wachsen“ und ein international bekannter Achtsamkeitslehrer. Sein Schwerpunkt liegt in der Integration von Achtsamkeit und Mitgefühl ins tägliche Leben - vor allem von Eltern und pädagogischen Fachkräften.

*Im Anschluss an den Vortrag gibt es ab 12:00 Uhr Gelegenheit, das Thema ohne den Referenten weiter zu vertiefen.*

## Datenschutz (Sonntag 13:30 – 14:30)

### **Datenschutzschulung**

*nur LLLD*

Professionelle Hacker greifen heutzutage keine IT-Systeme an, sie greifen Menschen an. Sei es über gefälschte E-Mails oder durch das Einschleusen von Schadsoftware über Internetseiten, USB-Sticks und vieles mehr. Nur wenn Sie als Beraterin die gesetzlichen Anforderungen aus dem Datenschutz kennen, können Sie auch datenschutzkonform mit sensiblen Daten umgehen. Hacker haben kaum eine Chance, wenn Sie deren Tricks durchschauen. Genau an dieser Stelle setzt unsere Datenschutzschulung an.

Im Anschluss an die Schulung wird durch einen kurzen Test die Teilnahme dokumentiert.

Leitung: Andreas Hessel, Datenschutzbeauftragter von LLLD

## Block D (Sonntag 15:00 – 16:30)

### **Eisenmangel beim Stillkind – Ist längeres Vollstillen ein Risiko? (D-1)**

Ärzte, medizinische und ernährungswissenschaftliche Fachgesellschaften inklusive der WHO empfehlen, Beikost im Alter von 6 Monaten (oder früher) einzuführen, u.a. um Nährstoffmangel und insbesondere Eisenmangel vorzubeugen. Auf der anderen Seite haben häufig und nach Bedarf gestillte und ernährte Babys oft erst deutlich später Interesse an Beikost und essen oft nur winzige Mengen. Besteht eine reelle Gefahr der Eisenmangelanämie bei verlängertem Vollstillen oder deckt Muttermilch alle Ernährungsbedürfnisse?

Leitung: Zsuzsa Bauer (LLL-Beraterin, Redaktionsmitglied der Fachzeitschrift *Laktation&Stillen*, Herausgeberin von [www.still-lexikon.de](http://www.still-lexikon.de))

### **Stillhindernisse (D-2)**

*max. 12 Teilnehmerinnen*

Die allermeisten Mütter können Ihre Kinder erfolgreich stillen. Wunde Brustwarzen oder mangelnde Gewichtszunahme sind jedoch häufig „schuld“ daran, 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)

### **Re-Bonding in der Stillberatung (D-3)**

*max. 15 Teilnehmerinnen*

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 (ehemalige LLL-Beraterin, Dipl.-Soz.-Wiss., Krankenschwester)

### **Bewerberinnen treffen Ausbilderinnen (D-4)**

*nur LLLD*

Hier können Bewerberinnen ihre Ausbilderinnen treffen. Es besteht Gelegenheit für Fragen an die Ausbilderinnen und für Austausch über den Ausbildungsverlauf.

Leitung: Ausbilderinnen LLLD