

21. Öffentliche Herbstfachtagung La Leche League Schweiz (HFT)

11. November 2023

Veranstaltungsort:

Volkshaus Zürich
Stauffacherstrasse 60
8004 Zürich



LA LECHE LEAGUE

Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra

www.volkshaus.ch

Vorwort

Ich freue mich Euch, liebe Stillberaterinnen, liebe Fachpersonen und liebe Eltern, zur **21. Öffentlichen Herbstfachtagung der La Leche League Schweiz** einladen zu dürfen.

Das Tagesprogramm bietet vier Vorträge, jeweils mit kurzen Pausen dazwischen, um den Austausch und die interdisziplinäre Zusammenarbeit zu fördern und zu unterstützen. Die grosse Vielfalt an Themen – **“Die Bedürfnisse der Mutter während der Stillzeit”** von Sarah Dietschweiler, **“Zyklisch leben - ein Glücksfall”** von Josianne Hosner, **“Nächtliches Stillen - Hilfreiches Wissen für die Beratung”** von Sibylle Lüpold, und **“Stillen in den ersten Tagen - Einsetzen der Milchbildung - Vorgänge im Körper von Mutter und Kind”** von Therese Röthlisberger – verspricht einen spannenden und lehrreichen Tag.

Ich freue mich, Euch am 11. November 2023 in Zürich begrüßen zu dürfen.

HerzLLLiche Grüsse,



Bethany Brupbacher
Präsidentin La Leche League Schweiz

Bist du in
Gesundheitsfragen
gut beraten?

Jetzt
Termin
vereinbaren.



Agentur finden
css.ch/agentur

Deine Gesundheit.
Deine Partnerin.





Tagesprogramm

08:45 **Registration / Kaffee**

09:30 **Begrüßung**

09:45 **Die Bedürfnisse der Mutter während der Stillzeit**

Als fürsorgliche Geberin im Familienleben, und besonders in der Stillzeit, besteht die Gefahr, dass wir uns als Person verlieren und unsere Bedürfnisse stets hintenanstellen. Dadurch fühlen sich viele Mütter gestresst und ausgebrannt. Mögliche Ursachen und unterstützende Beratungsansätze werden in diesem Referat thematisiert.

Sarah Dietschweiler, Resilienz- und Stresscoach

11:00 **Pause**

11:15 **Zyklisch leben - ein Glücksfall**

Wusstest du, dass wir Frauen vier innere Jahreszeiten haben? Dass wir jeden Monat einen inneren Frühling, Sommer, Herbst und Winter erleben? Das Wissen um den weiblichen Zyklus ist ein uraltes. Doch in einer linearen Welt haben wir uns weit von unserer wahren Natur entfernt und wundern uns, dass unser Leben oft so stressig ist.

Die Wahrheit ist: Wer seinen Zyklus kennt, entfesselt seine weiblichen Superkräfte!

Josianne von Quittenduft ist Zyklusmentorin und Menstruationskundige. Sie erinnert Frauen daran, wie sie wirklich ticken. In Onlinekursen, Vorträgen, Workshops und ihrem Buch „Back to the Roots - Leben mit immenser Freude“ zeigt sie Frauen, wie sie gelassener werden und ihre Energie ausreicht für dieses verrückte Leben. Sie nimmt uns mit auf eine Reise, auf der wir die Schätze aller inneren Jahreszeiten bergen. Wird Zykluswissen auch dein neuer, uralter und bewährter Booster für ein leichteres Leben?

Josianne Hosner, Autorin & Zyklusmentorin

12:30 **Mittagessen**

14:00

Nächtliches Stillen - Hilfreiches Wissen für die Beratung

In diesem Referat werden Grundlagewissen zum nächtlichen Stillen und praktische Erfahrungswerte für die Beratung vermittelt. Warum ist das nächtliche Stillen für den Säugling so wichtig? Was kann die Mutter tun, damit die Nächte trotzdem erholsam sind? Wie kann der Vater sie unterstützen? Wie kann das nächtliche Stillen mit der Zeit durch Alternativen ersetzt werden?

Sibylle Lüpold, Stillberaterin IBCLC, Schlafberaterin, Gründerin von 1001kindernacht

15:15

Pause

15:45

Stillen in den ersten Tagen - Einsetzen der Milchbildung - Vorgänge im Körper von Mutter und Kind

Oftmals liegen die Wurzeln von Stillproblemen in den Umständen der ersten Tage nach der Geburt.

Dieser Vortrag bietet hilfreiche Informationen, um allfällige Stillprobleme besser einordnen und verstehen zu können und entsprechende Lösungswege einzuleiten.

Therese Röthlisberger, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Pflegefachfrau HF, Ausbilderin mit eidg. Fachausweis

17:00

Ende der Veranstaltung



LA LECHE LEAGUE

Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra

Tagungspauschalen / Preise

Tagungspauschalen

inkl. Übersetzung mit Kopfhörern in
Französisch und Italienisch
inkl. vegetarischem Mittagessen und
Pausenverpflegung
Veganes Essen wird auf Wunsch bestellt.

Mitglieder LLL CHF 120.-* / 150.-
andere CHF 180.-* / 210.-

*Earlybird-Buchungen bis und mit 10. Oktober 2023

Schülerin Pflegeberuf oder
Hebammenstudierende CHF 95.-
(Ausbildungsnachweis bitte per Mail an
events@lalecheleague.ch)

Kinderhort

Die Kosten für den Kinderhort betragen pro
Kind CHF 10.-
Der Kinderhort ist während der Mittagspau-
se nicht betreut.

Hinweis

LLL bietet Eltern die Möglichkeit, sich auch
während der Tagung um ihre Kinder zu küm-
mern. Wird dadurch ein Vortrag akustisch
beeinträchtigt, sind sie gebeten, ihr Kind
vorübergehend außerhalb des Vortragsrau-
mes zu betreuen.

Wir danken allen Teilnehmenden für die ge-
genseitige Toleranz.

Anreise

ÖV:

ab Hauptbahnhof Zürich
Tram Nr. 3 und 14 bis Station Stauffacher

ab Bellevue

Tram Nr. 2 und 9 bis Station Stauffacher

ab Bellevue

Tram Nr. 8 bis Station Helvetiaplatz

Parkhäuser in der Umgebung

City Parking Zürich
Parkhaus Helvetiaplatz



Informationen / Teilnahmebedingungen

ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt online über unsere Homepage hft.lalecheleague.ch.

Bitte beachten Sie, dass die Teilnehmerzahl auf 150 Personen beschränkt ist.

Die Anmeldung wird nach Zahlungseingang schriftlich bestätigt und ist verbindlich.

Eine Teilnahme ist nur mit fristgerechter Anmeldung möglich, keine Tageskasse.

Anmeldeschluss ist der
10. Oktober 2023* / 2. November 2023.

TEILNAHMEGEBÜHR

Die Gebühr wird direkt bei Anmeldung mittels Vorauskasse, Postcard, Twint, Paypal oder Kreditkarte bezahlt.

ANNULATION

Rückforderungsbegehren für die Teilnahmegebühren sind schriftlich an Fränzi Arnold-Salzman zu richten.

Bei Rücktritt bis und mit 10. Oktober 2023: die Teilnahmegebühren werden vollumfänglich rückerstattet.

Bei Rücktritt bis und mit 2. November 2023: die Teilnahmegebühren werden zu 50% rückerstattet.

Bei Rücktritt nach dem 2. November 2023: die Teilnahmegebühren werden nicht mehr rückerstattet.

SPEZIELLE BEDÜRFNISSE

Menschen mit Behinderungen sind bei uns willkommen. Die Räumlichkeiten sind rollstuhlgängig. Bei Fragen nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

CERPs/ e-log / SOZIALZEIT AUSWEIS & CO.

Der Tagungsbesuch kann im Bildungspass, Sozialzeitausweis u.Ä. eingetragen werden und ermöglicht den Erhalt von 5 e-log und CERP-Punkten (5 L- CERPs (Lactation), 1,25 R-CERPs (Related)).

CERPs Registrier-Nr.: 323053K

Die LLL Schweiz wurde vom Internationalen Gremium zur Prüfung von Still- und Laktationsberater/innen (IBLCE®) als ein CERP-Anbieter für die aufgeführten Fortbildungsprogramme zum Erwerb von Anerkennungspunkten („CERP-Programme“) aufgenommen. Die Bestimmung der Eignung als CERP-Programme oder des Status des CERP-Anbieters bedeutet nicht, dass IBLCE® die Ausbildungsqualität bestätigt oder bewertet. INTERNATIONAL BOARD OF LACTATION CONSULTANT EXAMINERS®, IBLCE®, INTERNATIONAL BOARD CERTIFIED LACTATION CONSULTANT® und IBCLC® sind eingetragene Warenzeichen des Internationalen Gremiums zur Prüfung von Still- und Laktationsberater/innen.

HINWEIS ÖFFENLICHKEITSARBEIT

An LLL-Anlässen werden Fotos zu Reportage- und Dokumentationszwecken gemacht. Die Fotos stehen ausschliesslich der LLL zur Verfügung und werden nicht an Dritte weiter gegeben.

VERSICHERUNG

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Veranstalterin lehnt jede Haftung für Unfälle, Schadenfälle und Diebstahl ab.



*Earlybird-Buchungen (Buchungen bis 10. Oktober 2023)

Aussteller

Viel Spass beim Stöbern!



LA LECHE LEAGUE

® Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra

stillshop.ch



AUSKUNFT

La Leche League Schweiz

Fränzi Arnold-Salzman

076 372 86 40

events@lalecheleague.ch



LA LECHE LEAGUE

Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra