



21^e Congrès public d'automne La Leche League Suisse (CPA)

11 novembre 2023

Lieu de l'événement:

Volkshaus Zurich
Stauffacherstrasse 60
8004 Zürich



LA LECHE LEAGUE

Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra

www.volkshaus.ch

Introduction

Chères animatrices, chères professionnelles de la santé et chers parents, j'ai le plaisir de vous inviter au 21e Congrès public d'automne de La Leche League Suisse.

Le programme prévoit quatre conférences, entrecoupées de courtes pauses permettant d'avoir des échanges et de tisser des liens interdisciplinaires. Une journée passionnante et instructive en perspective, avec des thèmes très divers: «**Les besoins de la maman pendant la période d'allaitement**» par Sarah Dietschweiler, «**La chance de vivre au rythme de son cycle**» par Josianne Hosner, «**En savoir plus sur l'allaitement nocturne pour mieux soutenir les parents**» par Sibylle Lüpold, et «**Les premiers jours de l'allaitement, les débuts de la lactation et les processus physiologiques chez la mère et l'enfant**» par Therese Röthlisberger.

Je me réjouis de vous accueillir le 11 novembre 2023 à Zurich!

CordiaLLLes salutations



Bethany Brupbacher
Présidente La Leche League Suisse

Reçois-tu
de bons conseils en
matière de santé?

Fixer un
rendez-vous
maintenant.



Trouver une agence
css.ch/agence

Votre santé.
Votre partenaire.





Programme de la journée

08h45 **Inscription / café**

09h30 **Bienvenue**

09h45 **Les besoins de la maman pendant la période d'allaitement**

En prenant soin des autres membres de la famille, surtout pendant la période d'allaitement, nous risquons parfois de nous perdre nous-mêmes, en faisant toujours faire passer nos besoins au second plan. De nombreuses mères finissent par se sentir stressées et épuisées. L'exposé aborde les causes possibles de ces situations et les approches qui permettent de soutenir les mères concernées.

Sarah Dietschweiler, coach en résilience et gestion du stress

11h00 **Pause**

11h15 **La chance de vivre au rythme de son cycle**

Savais-tu que nous, les femmes, avons quatre saisons intérieures? Que nous vivons chaque mois un printemps, un été, un automne et un hiver? La connaissance du cycle féminin est très ancienne. Mais dans ce monde linéaire, nous nous sommes bien éloignées de notre vraie nature et nous nous étonnons que notre vie soit souvent stressante.

La vérité, c'est qu'en connaissant son cycle, on libère ses super-pouvoirs féminins!

Fondatrice de la société Quittenduft, Josianne est conseillère en cycle naturel et spécialiste des menstruations. Sa vocation est de rappeler aux femmes comment leur corps fonctionne. Elle anime des cours en ligne, des conférences et des ateliers et a écrit un livre: «Back to the Roots - Leben mit immenser Freude». Le sens de son travail est de permettre aux femmes d'être plus sereines tout en ayant suffisamment d'énergie pour leurs journées bien remplies. Elle nous emmène dans un voyage au cours duquel nous récupérerons les trésors de toutes les saisons intérieures. La connaissance de ton cycle deviendra-t-elle ton nouveau booster pour une vie plus légère?

Josianne Hosner, auteure & conseillère en cycle naturel

12h30 **Repas de midi**

14h00

En savoir plus sur l'allaitement nocturne pour mieux soutenir les parents

Cet exposé rappelle les connaissances de base sur l'allaitement nocturne et propose des pratiques éprouvées pour le soutien aux parents. Pourquoi l'allaitement nocturne est-il tellement important pour le nourrisson? Que peut faire la mère pour avoir malgré tout des nuits reposantes? Comment le père peut-il la soutenir? Quelles sont les alternatives qui peuvent progressivement remplacer l'allaitement nocturne?

Sibylle Lüpold, consultante en lactation IBCLC, spécialiste du sommeil de l'enfant, fondatrice de 1001dodos.ch

15h15

Pause

15h45

Les premiers jours de l'allaitement, les débuts de la lactation et les processus physiologiques chez la mère et l'enfant

Souvent, les problèmes d'allaitement trouvent leur origine dans les circonstances des premiers jours après la naissance. Cet exposé propose des informations utiles pour mieux cerner et comprendre les éventuels problèmes d'allaitement et pour mettre en place des solutions appropriées.

Therese Röthlisberger, consultante en lactation IBCLC, infirmière ES, brevet fédéral de formatrice

17h00

Fin de l'événement



LA LECHE LEAGUE

Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra

Forfait journalier / prix

Forfait journalier

Incluant la traduction par écouteurs en français et italien, le repas de midi végétarien et les collations. Il est possible de manger végétane sur demande.

Membres LLL CHF 120.-* / 150.-
Autres CHF 180.-* / 210.-

*Inscription Earlybird jusqu'au 10 octobre 2023

Étudiant infirmier ou étudiant sage-femme
CHF 95.-

(Le justificatif de formation doit être envoyé par e-mail à events@lalecheleague.ch)

Garderie

Les frais de garderie se montent à CHF 10.- par enfant et par jour. La garderie ferme pendant la pause de midi.

Information

LLL permet aux parents de venir accompagnés de leurs enfants. Au cas où le confort d'écoute des autres participantes venait à être perturbé, les parents sont priés de prendre soin de leur enfant en dehors de la salle de conférence.

Accès

Transports publics:

Depuis la gare de Zurich

Tram n° 3 ou 14 jusqu'à l'arrêt Stauffacher

Depuis Bellevue

Tram n° 2 ou 9 jusqu'à l'arrêt Stauffacher

Depuis Bellevue

Tram n° 8 jusqu'à l'arrêt Helvetiaplatz

Parkings proches

City Parking Zürich

Parkhaus Helvetiaplatz



Informations / conditions de participation

Inscription

L'inscription se fait en ligne sur notre site cpa.lalecheleague.ch

Nous attirons votre attention sur le fait que le nombre de participantes est limité à 150. L'inscription est ferme, une confirmation écrite vous sera adressée.

Aucune inscription ne sera prise en considération au-delà du délai final et il n'est pas possible de s'inscrire sur place le jour même.

Le délai d'inscription est fixé au 10 octobre 2023* / 2 novembre 2023.

Frais d'inscription

Les frais de participation sont à régler lors de l'inscription. Vous avez le choix entre le virement préalable, PostFinance, TWINT, PayPal ou une carte de crédit.

Annulation

Toute demande de remboursement des frais d'inscription est à adresser par écrit à Fränzi Arnold-Salzman.

Annulation jusqu'au 10 octobre 2023 inclus: les frais d'inscription seront entièrement remboursés.

Annulation jusqu'au 2 novembre 2023 inclus: les frais d'inscription seront remboursés à 50%.

Annulation après le 2 novembre 2023: aucun remboursement des frais d'inscription ne sera possible.

Besoins spécifiques

Toute personne en situation de handicap est la bienvenue. Les locaux sont adaptés aux chaises roulantes. Contactez-nous si vous avez besoin de plus de renseignements.

CERP / e-log / Dossier bénévolat suisse et Cie

La participation au congrès peut être inscrite dans le livret de formation de la Fédération Suisse ainsi que dans le Dossier bénévolat suisse. La participation au congrès donne droit à 5 points e-log et des points CERP (5L (lactation), 1.25R (lié)), numéro d'enregistrement 323053K.

La Leche League a été reconnue par l'International Board of Lactation Consultant Examiners® (IBLCE®) pour attribuer des points CERP pour les conférences proposées. L'autorisation d'attribution de points CERP ou la reconnaissance du statut de prestataire CERP ne présume aucunement que les contenus des conférences proposées aient été soumis à une évaluation qualitative. INTERNATIONAL BOARD OF LACTATION CONSULTANT EXAMINERS®, IBLCE®, INTERNATIONAL BOARD CERTIFIED LACTATION CONSULTANT® et IBCLC® sont des marques déposées.

Remarque - relations publiques

Lors de Congrès LLL, nous procédons à des prises de vue pour des reportages et de la documentation. Ces photos appartiennent à la LLL et ne seront pas distribuées à des tiers.

Assurance

Une assurance personnelle est du ressort de chaque participante. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident, dommage ou vol.



*Inscription Earlybird (inscription jusqu'au 10 octobre 2023)

Exposants

Bonne visite!



RENSEIGNEMENTS

La Leche League Suisse

Fränzi Arnold-Salzman

076 372 86 40

events@lalecheleague.ch



LA LECHE LEAGUE

Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra