



VORTRÄGE & DISKUSSIONEN & MEHR

PROGRAMM 2024/25



Verein zur Unterstützung selbstbestimmter
Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft

Liebe werdende Eltern, liebe Eltern und Interessierte,

die ersten im Geburtshaus Stuttgart-Mitte geborenen Kinder werden dieses Jahr 20 Jahre alt und somit feiert auch das Geburtshaus 2024 sein 20-jähriges Jubiläum! Wir gratulieren von Herzen und laden Sie – gemeinsam mit dem Geburtshaus – herzlich ein, dies am **17.10.2024** feierlich zu begehen.

Als langjähriger Trägerverein sind wir stolz, dazu beigetragen zu haben, dass Familien in Stuttgart die freie Wahl für den Geburtsort ihrer Kinder haben: Zuhause, in der Klinik oder im Geburtshaus. Dabei ist es uns als Verein ein Anliegen, eine respektvolle und die Frauen und Familien stärkende Geburtshilfe ins Bewusstsein der Gesellschaft zu bringen. Hebammengeleitete Geburten sind dazu ein wichtiger Baustein. Einen weiteren Beitrag zur Stärkung selbstbestimmter Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft haltet ihr in Händen: das diesjährige Storchenbiss Vortragsprogramm. Wir freuen uns, euch wieder eine gelungene Mischung anregender Themen zu präsentieren.

Auch in diesem Vortragszyklus werden wir für etliche Vorträge das – insbesondere für Eltern – niedragschwellige digitale Format beibehalten. So finden einige Vorträge **Online** statt, andere in **Präsenz** und manche als Mischform (**Hybrid**). Die Online Tickets für alle drei Veranstaltungsformen haben sich bewährt, daher gibt es die Eintrittskarten weiterhin bequem vorab über Eventbrite.de über unsere Homepage www.storchenbiss-stuttgart.de digital zu erwerben. Der Abendbeitrag pro Person beträgt 9,80 €.

Wir freuen uns auf anregende Diskussionen, wertvolle Impulse und schöne Begegnungen mit euch!

Im Namen aller Vereinsaktiven



Constanze Müller-Pantle



PROGRAMM 2024/2025

Di, 09.04. / 19.11.2024

»Stillvorbereitung für Schwangere«

„Stillen will gelernt sein“ – was erstmal komisch klingt, hat aber doch einen wahren Kern. werdenden und frischgebakenen Eltern zeigen wir in diesem Impulsvortrag Hintergründe und Fakten zum Thema Stillen auf und geben viele praktische Tipps zu Themen wie Erstes Anlegen, Stillhäufigkeit, Stillpositionen und Erste Hilfe, falls es anfangs noch nicht ganz rund läuft.

Auch Partner spielen eine wichtige Rolle auf dem Weg zu einer harmonischen Stillbeziehung und sind an diesem Abend herzlich willkommen.

Wie immer lassen wir genügend Raum für eure persönlichen Fragen.



Laura Müller und Marion Koutchinski

Art: Online

Di, 16.04.2024

»Wenn das Geschwisterchen kommt... bis hin zu: Geschwisterrivalität«

Themen des Abends werden unter anderem sein:

- Ankunft des Geschwisterchens bewusst vorbereiten
- Was tun nach der Geburt des Geschwisterchens?
- Das Leben miteinander gestalten... die Entwicklung der Geschwisterbeziehung • Geschwisterrivalität. Eigene Fragen zum Geschwisterthema sind herzlich willkommen!



Hemma Walter

Art: Online

Di, 23.04. / 03.12.2024

»B(r)eikost«

Wenn Stillkinder ein gewisses Alter erreicht haben, kommt irgendwann das Thema Beikost auf. Es stellen sich auf einmal viele Fragen: Wann fange ich an? Selbst gemacht oder Fertigmilch? Muss ich alles pürieren? Darf Gluten sein? Muss Fleisch sein? Mein Kind will nicht essen – was soll ich tun?

Diese und viele weitere Fragen beantwortet Ihnen an diesem Abend



Judica Jöchner

Art: Online



Sonntags, 17.00 Uhr

21.04. / 20.10.2024 // 16.02.2025

»Lausch- & Mitmachkonzert« Folk, Poesie, Klänge und Recreation

für Schwangere & Erwachsene mit Kindern (0–2)

Wir lassen uns von der Energie der Gruppe inspirieren und machen Musik mit und für Euch. Mit Harfe, Klangstäben, Handpan, Gitarre und Singer-Songwriter-Musik verbringen wir eine Stunde gemeinsam. Entdecke Deine Musikalität mit uns, sing mit oder träum & lausche und entspanne mit deinem Kind bei Wiegenliedern.

Bist du neugierig diese Erfahrungen mit uns zusammen zu erleben und zu teilen? Als Musikerinnen und Mütter haben wir allerhand zum Austauschen und Inspirieren. Alles kann, nichts muss. Vielleicht klingt eine Melodie in deinem Alltag fort...

➔ Kerstin Wahl, Claudia Lattner (die-kulturgestalten.de)

Art: Präsenz

Di, 07.05. / 22.10.2024

»WORKSHOP Vulva-Abformungen«

Ihr wolltet eure Vulva schon immer von Angesicht zu Angesicht sehen, ohne euch verbiegen, mit Spiegeln rumzuhantieren und euch hinunterbeugen zu müssen? Mit Alginat* und Gips erstellen wir unseren ganz individuellen Vulva-Abdruck. Das Negativ wird dann mit Gips ausgegossen.

Sobald alles ausgehärtet ist, kann jede Person ihre Vulva zu Hause noch verzieren, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Nach einer kurzen Einführung steht allen frei, sich selbst oder mit den Freund:innen zusammen abzuformen. Bei Bedarf und auf Wunsch helfen euch gerne die Veranstalterinnen. Da die Abformungen mit langer Behaarung nicht immer gleich gut gelingen, wird empfohlen, die Haare zu stutzen. Außerdem kann es sinnvoll sein Piercings zu entfernen.

*Alginat kommt auch in der Zahnarztpraxis zum Einsatz und ist ein faszinierender Stoff, der sehr detailtreue Abbilder möglich macht.

! Mitzubringen sind: Ein Handtuch, eine Box mit Polsterung oder ähnliches, um eure Abformung heil nach Hause transportieren zu können.

- Diese Veranstaltung richtet sich an Menschen mit Vulva.
- Die Zahl der Teilnehmenden ist auf 15 Personen begrenzt.

➔ Fenja Münz-Zeisen

Art: Präsenz

Di, 14.05. / 15.10.2024

»Medizinische Prophylaxe in der Säuglingszeit«

Nach der Geburt Ihres Kindes stehen einige medizinische Entscheidungen an: Will ich Vitamin K geben? Gibt es Alternativen dazu? Wie steht es mit Medikamenten wie Vitamin D und Fluorid? Welche Impfungen sind für mein Kind sinnvoll und zu welchem Zeitpunkt?

Was können wir als Eltern selbst dazu beitragen, dass unser Kind möglichst gesund in die Welt hineinwächst?

Über solche Fragen können Sie nach einem Impulsreferat mit dem Arzt Dr. Wolfram Faber ins Gespräch kommen.

 Dr. med. Wolfram Faber, *Arzt für Allgemeinmedizin*

Art: Präsenz

Di, 04.06. / 12.11.2024

»Mental Load – die unsichtbare Arbeit in der Familie«

Das Mitdenken, Vorbereiten, Organisieren zuhause fair und flexibel aufteilen

Zuhause ist alles gut eingespielt – dann wirbelt ein neuer Mensch in der Familie alles noch mal durcheinander.

In der Vorbereitung für die Geburt eines Kindes ist es hilfreich, sich auch Gedanken darüber zu machen, wie danach ganz praktisch und organisatorisch alles laufen soll. Wer kümmert sich um einen vollen Kühlschrank, wer hat die Absprachen mit den Großeltern auf dem Schirm, woher kommt Kinderkleidung und wer behält den finanziellen Überblick? Egal in welcher Konstellation: Das gemeinsame Anerkennen von und Sprechen über Mental Load („das Mitdenken“) im Alltag ist essenziell für ein gutes Miteinander.

An diesem Abend wollen wir uns genau damit befassen: Unsichtbares sichtbar machen; gemeinsam lernen, wie „faire Arbeitsteilung“ in Familien aussehen kann (Spoiler: Ist total individuell!) und Tools kennenlernen, die das Sprechen darüber erleichtern.

 Friederike Leitlein, Uta Rosa Ströbel

Art: Online

Di, 11.06.2024 // 21.01.2025

»Windelfrei«

Babys ganz ohne Windeln? Babys, die Bescheid geben, wann sie mal müssen? Oder frühe Sauberkeitserziehung?

Der Abend möchte Ausblicke geben, wie verschiedenen Eltern in verschiedenen Kulturen und Zeiten diese Frage beantwortet haben. Und was sich hinter dem Begriff „windelfrei“ verbirgt.

Darüber hinaus gibt der Abend Anregungen zum bedürfnisorientierten Umgang mit unseren Neugeborenen im Hinblick auf ihre Ausscheidungen. Dabei ist es der Referentin ein besonderes Anliegen, die Vielfältigkeit der Wege aufzuzeigen, die Eltern auf diesem Feld für sich und ihre Kinder finden.

 Ruth Hofmeister

Art: Online

Di, 18.06.2024

»Stressmanagement & Achtsamkeitspraxis für Eltern«

Abhängig von unserer Persönlichkeit und unseren erlernten Verhaltensmustern haben wir alle unsere Auslöser, die uns auf die Palme bringen, Stress und ungewollte Verhaltensweisen wie automatisch in Gang setzen. Oft kann eine Kleinigkeit schon reizen, das Familienklima stören und das Fass zum Überlaufen bringen. Was hilft da, zu mehr Gelassenheit, zu angemessenem Verhalten (auch mit den Kindern) zu kommen? Was hilft, die Pause zwischen Reiz und Reaktion zu verlängern, um bewusst und überlegt handeln zu können? Neben Theorie werden an diesem Abend auch konkrete Anregungen zur eigenen Praxis der Achtsamkeit und zur Praxis der Achtsamkeit in der Familie geben.

 Hemma Walter

Art: Online

Samstags, jeweils 19:00 Uhr

04.05. / 13.07. / 28.09. / 23.11.2024 // 25.01. / 22.03.2025

»Frauenkreis«

Im Alltag mit kleinen Kindern rücken oftmals die Bedürfnisse der Kinder in den Vorder- und die von uns Müttern in den Hintergrund. Wir fühlen uns gestresst, überlastet und manches fühlt sich nur noch schwer an. Ich möchte dich deshalb einladen, dir etwas Gutes zu tun, das Schwere für eine Zeit mal abzugeben und Leichtigkeit durch die Verbindung mit anderen Frauen zu spüren.

Di, 25.06.2024 // 04.03.2025

»Elterngeld & Co.«

Informieren Sie sich über finanzielle, rechtliche und soziale Aspekte rund um Schwangerschaft und Geburt. Sie erhalten einen Überblick über verschiedene Themen, wie z. B. Elterngeld, Kindergeld und Mutterschaftsgeld, aber auch Mutterschutz, Elternzeit und Kinderbetreuung oder Haushaltshilfe. Bitte beachten Sie, dass je nach TeilnehmerInnenzahl nur vereinzelt auf individuelle Fragen eingegangen werden kann. Der Vortrag wird von einer Mitarbeiterin der Städtischen Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen in Stuttgart gehalten.

➔ Julia Eberhardt

Art: Präsenz

Di, 02.07.2024 // 25.02.2025

»Zyklusorientiert leben«

In diesem Vortrag erfährst du, wie du die Superkräfte deines Menstruationszyklus für mehr Wohlbefinden nutzen kannst. Unser Zyklus kann in vier Phasen betrachtet werden und jede Phase spricht unterschiedliche Themen und Bedürfnisse an. Wenn wir ganzheitlich auf die physischen und psychischen Aspekte des Zyklus schauen, und diesen in unserem Alltag Raum geben, kann das Blockaden lösen und uns vieles erleichtern. Du erhältst an diesem Abend eine Einführung in die vier Phasen und konkrete Impulse, wie du im Alltag, im Familienleben und in der Erwerbsarbeit zyklusorientiert leben kannst.

➔ Carolin Jakob

Art: Hybrid

Schon immer haben sich Frauen getroffen, um sich zu unterstützen, sich gegenseitig Halt zu geben und um ganz einfach zusammen zu sein. Dabei ist es schnell vertraut, unverkrampft und gelöst.

Der Frauenkreis ist ein Ort für deine Auszeit, für Austausch und zum Auftanken – wir erzählen und hören zu, wir lachen und bestärken uns und je nach Stimmung werkeln und tanzen wir auch miteinander. Damit wir dann etwas leichter zurück in unseren Alltag gehen können.

➔ Carolin Jakob

Art: Präsenz

Über Storchenbiss e.V.:

Unser Anliegen ist es, werdende und frischgebackene Eltern zu unterstützen.

Wir helfen eigene Wege durch die ereignisreiche Zeit von Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft zu finden. Durch fachliche Informationen und Erfahrungsberichte bieten wir die Möglichkeit zu offenen Gesprächen.

Jetzt Mitglied werden und einen Vortrag umsonst besuchen.



Veranstaltungsort:

digital www.storchenbiss-stuttgart.de

ONLINE via **ZOOM** in **PRÄSENZ VOR ORT** in der **Hebammenpraxis Stuttgart-Mitte**, Gaisburgstr. 12c, 70182 Stuttgart oder **beides** als **HYBRID**

Eintrittstickets für alle Veranstaltungsformen vorab unter www.storchenbiss-stuttgart.de

Kostenbeitrag: pro Person **9,80 €**

Anmeldung & Ticketkauf: eventbrite.de

BEGINN: 20:15 UHR

EINLASS: ab 20:00 UHR

Kontakt

Gaisburgstraße 12c,
70182 Stuttgart (Mitte)

Telefon 0711 605751

Telefax 0711 2384987

storchenbiss-ev@gmx.de

storchenbiss-stuttgart.de

Bankverbindung:

GLS Gemeinschaftsbank eG

IBAN: DE62 4306 0967 7001 5988 00

BIC: GENODEM1GLS

