

Liebe werdende Eltern, liebe Eltern und Interessierte,

wir freuen uns, euch unseren Vortragszyklus 2026/27 präsentieren zu dürfen: ein buntes, inspirierendes Programm rund um selbstbestimmtes Schwangersein, Gebären und Elternwerden.

Gebären – der Dreh- und Angelpunkt des Aufgabenfeldes unseres Vereins: Die Schwangerschaft läuft darauf zu, in der Geburt sortiert sich alles neu, und es wird nicht nur ein Kind geboren, sondern auch seine Eltern. Dieser Übergang fordert uns heraus, und Menschen gestalten ihn je und je ganz unterschiedlich. Unsere Vorträge geben Impulse für diese Lebensphase, sie bieten Raum zum Austausch und wollen zur Selbstwirksamkeit ermutigen: Schwangere, Begleitende und Familien in all ihrer Vielfalt.

Die Abende finden entweder in **Präsenz**, **Online** oder als Mischform (**Hybrid**) statt. Tickets gibt es weiterhin bequem vorab über Eventbrite auf unserer Homepage zu erwerben. www.storchenbiss-stuttgart.de Beginn Dienstagabends 20.15 Uhr Der Abendbeitrag pro Person beträgt 9,80 Euro.



Wir freuen uns auf spannende Diskussionen und anregende Begegnungen mit euch!

Im Namen aller Vereinsaktiven

Constanze Müller-Pantle,
1. Vorsitzende Storchenbiss e.V.



Programmzyklus 2026/2027

Di, 05.05.2026 & 16.2.2027

»Mutter werden – und sich als Frau neu entdecken Identität und Neuorientierung«

Mutterschaft bedeutet, viele verschiedene Bälle in der Luft zu halten. Und das, nachdem du eine der vielleicht einschneidendsten Erfahrungen gemacht hast, die so ein Leben bereithalten kann – die Geburt deines Kindes. Zwischen all diesen vielfältigen Herausforderungen, Fremdbestimmtheit und Schlafmangel bleibt oft erstmal wenig Raum für dich und deine Bedürfnisse. Und wenn DU dann wieder „dran“ bist, stellst du fest: Du bist nicht mehr die, die du vor der Schwangerschaft warst. Du hast so viel Neues gesehen und dich weiterentwickelt; hast neue Prioritäten und Perspektiven.

Gemeinsam schauen wir, wie du den psychischen Hürden zu Beginn der Elternschaft resilient begegnen und diese intensive Zeit als Ressource für dich und deine Entwicklung nutzen kannst. Du bekommst Impulse, wie Du das Muttersein in dein Selbstbild integrieren und dich im Spannungsfeld Kind(er) – Job – Partnerschaft – Freundschaften – Selbstwert neu positionieren kannst. Damit du zu einer jetzt und in dieser Lebenssituation passenden Version deiner selbst findest.

➡ Katharina Wanner, Diplompsychologin
Art: Online

Di, 19.05.2026 & 12.01.2027

»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, Zykluscoach
Art: Online

Di, 09.06.2026 & 26.01.2027

»Eltern werden, Liebende bleiben«

Eltern zu werden und Partner*innen zu bleiben, ist auf dem Weg zur Familie eine große Herausforderung. Oft tritt die Zweierbeziehung in den Hintergrund, wenn ein Paar Kinder bekommt.

Und doch können Eltern für alle Familienmitglieder nichts Besseres tun, als ihrer Liebesbeziehung Raum und Zeit zu geben und sich gut um sich selbst zu kümmern.

Dieser Abend gibt Anregungen, wie das gelingen kann und ist sowohl für frischgebackene wie auch für schon erfahrene Eltern gedacht.

➡ Constanze Müller-Pantle, MSc Midwifery & syst.-integr. Paarberaterin

Art: 2026 Präsenz // 2027 Online

Di, 16.06.2026 & 10.11.2026

»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 euch an diesem Abend

➡ Judica Jöchner, Mütterpflegerin, Stillberaterin
Art: Online

Di, 23.06.2026

»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, Pädagogin
Art: Online

Di, 30.06.2026

»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, 07.07.2026, 17.11.2026 & 09.02.2027

»FILMABEND: „Liebe Großeltern“«

Gezeigt wird der Dokumentarfilm von Pierce Vaughn von 2024, der die komplexen Beziehungsdynamiken zwischen jungen Eltern und ihren eigenen Eltern während der Schwangerschaft, Geburt und im ersten Jahr mit dem Kind beleuchtet. Er bietet wertvolle Einblicke in die Herausforderungen und Freuden dieser besonderen Zeit und unterstützt junge Eltern dabei, ihre eigenen Wünsche und Emotionen klarer zu artikulieren.

Der Abend wird von der Hebamme Monika Schmid begleitet, so dass Fragen und Austausch im Anschluss an den Film möglich sind. Werdende Großeltern in Begleitung ihrer Kinder erhalten freien Eintritt.

➡ Monika Schmid, Hebamme
Art: Präsenz



Über Storchenbiss e. V.:

Unser Anliegen ist es, werdende und frisch-gebackene 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.

Veranstaltungsort:

digital www.storchenbiss-stuttgart.de
Online via ZOOM. In **Präsenz VOR ORT** in der **Hebammenpraxis Stuttgart-Mitte**, Gaisburgstr. 12c, 70182 Stuttgart
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

Jetzt Mitglied werden und einen Vortrag umsonst besuchen.



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

Di, 14.07.2026 & 03.11.2026

»Windelfrei«

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

Der Abend möchte Ausblicke geben, wie unterschiedlich 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 und Kindern im Hinblick auf ihre Ausscheidungen. Dabei ist es der Referentin ein besonderes Anliegen, die Vielfalt der Wege aufzuzeigen, die Eltern auf diesem Feld für sich und ihre Kinder finden können.

➡ Ruth Hofmeister, Hebamme

Art: Online

Di, 28.07.2026, 13.10.26 & 19.01.2027

»In Freude gebären! – oder unter Schmerzen?«

Dieser Abend soll helfen, die kulturelle Konditionierung aufzulösen, dass Gebären weh tun „muss“. Durch das Verständnis der Physiologie und der positiven Funktionen der Geburtsarbeit für Mutter und Kind können Akzeptanz, Neugier und Mut wachsen, sich auf das Erlebnis einer natürlichen Geburt einzulassen. Bei gewünschter Online-Teilnahme, bitte Kontaktaufnahme via E-Mail.

➡ Monika Schmid, Hebamme

Art: Hybrid

Di, 22.09.2026 & 16.03.2027

»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.

➡ Mafalda Kühn, Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen in Stuttgart

Art: Online

Di, 29.09.2026

»Langes Stillen über ein Jahr hinaus / Abstillen«

Wie lange soll/kann/will ich mein Kind stillen? Was ist eigentlich normal? Welche Erwartungen, Zuschreibungen und Stillmythen beeinflussen mich? Wie ist es eigentlich ein Kleinkind zu stillen? Wie lässt sich das Stillen und das Abstillen gestalten?

Fachliche Informationen, Erfahrungsberichte und Raum für Austausch mit anderen Stillenden helfen bei der Suche nach dem eigenen Weg.

➡ Judica Jöchner, Mütterpflegerin, Stillberaterin

Art: Online

Di, 06.10.2026

»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 gegeben.

➡ Hemma Walther, Pädagogin

Art: Online

Di, 20.10.2026

»Bedürfnisorientiert durchs 1. Lebensjahr«

Artgerecht Eltern sein

Ihr werdet bald Eltern oder seid es gerade geworden? Ihr fragt euch, wie ihr euer Baby bedürfnisorientiert durch sein erstes Jahr begleiten könnt?

In diesem Impulsvortrag gebe ich euch einen Einblick ins „Artgerecht-Konzept“ und gehe dabei besonders auf die Themen Stillen, Tragen, Schlafen und Windelfrei ein. Auch für eure Fragen gibt es genügend Raum.

➡ Laura Müller, Stillberaterin, Artgerecht Babyschlafcoach, Artgerecht Baby- und Kleinkindcoach

Art: Online

Di, 08.12.2026

»Wenn Kinder trotzen ... oder: vom Erwachen der Autonomie!«

Bist du manchmal überrascht oder gar erschrocken über die ersten Trotzanfälle deines Kindes? Oder vielleicht auch ein wenig traurig über das „Ende der ersten harmonischen Monate“? Nicht nur wir Erwachsenen finden die Zeit oft anstrengend oder fühlen uns ratlos, sondern auch die Kinder haben es nicht leicht, mit all den Veränderungen umzugehen.

An diesem Abend behandeln wir die Frage, worum geht es in dieser ersten Autonomiephase des Kindes eigentlich und wie können wir die Kinder gut durch diese wichtige Entwicklungsphase begleiten. Außerdem kommen an diesem Abend auch viele konkrete Ideen für den Umgang mit dem trotzenden Kind zur Sprache.

➡ Hemma Walther, Pädagogin

Art: Online

Di, 02.02.2027

»Bindung und Trennung – Übergänge in Fremdbetreuung gestalten«

Krippe, Tagesmutter, Babysitter oder doch lieber zu Hause? Welche Art der Fremdbetreuung passt zu dir und deinem Kind? Worauf ist zu achten bei der Planung von Fremdbetreuung? Wie kannst du das Kind vorbereiten und unterstützen im Prozess der Trennung und dem Vertrauensaufbau zu einer neuen Bezugsperson?

An diesem Abend gibt es Informationen über die Bindungsbedürfnisse von Kleinkindern in ihren verschiedenen Entwicklungsphasen. Wir sprechen über die Kriterien für gute Fremdbetreuung und auch darüber, wie du die Herausforderung, dein Kind abzugeben, gut meistern kannst. Deine konkreten Fragen zum Thema sind herzlich willkommen.

➡ Hemma Walther, Pädagogin

Art: Online

Di, 23.02.2027

»Beckenbodentherapie« physiotherapeutische Herangehensweise bei Problemen nach Schwangerschaft, Geburt und zur Prävention

Nach einer oder mehreren Geburten hat der Beckenboden Riesiges geleistet. Insbesondere wenn Beschwerden bestehen bleiben, aber auch zur langfristigen Prävention (unabhängig von

Geburten) bestehen gute Möglichkeiten, Einfluss zu nehmen.

Der Vortrag geht u. a. auf folgende Fragen ein: Wie können wir schädigende Verhaltensweisen im Alltag vermeiden? Wie sieht ein physiologisches Beckenbodentraining aus? Was tun bei ständigem Harndrang oder ungewolltem Urinverlust? Welche Bauchmuskulatur muss bei einer Rektusdiastase trainiert werden? Sind vaginale Trainingskugeln sinnvoll? Wie können Schmerzen behandelt werden? **Neu dabei:** Pessar-Versorgung & Aspekte des Faszientrainings in Bezug auf den Beckenboden. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

➡ Carmen Piesbergen, Physiotherapeutin

Art: Online

Di, 02.03.2027

»Babyschlaf – sicher und geborgen durch die Nacht«

Wie finden unsere Babys in den Schlaf? Wie lange und wie tief sollten sie schlafen? Wann schlafen sie durch? Wie sieht eine sichere Schlafumgebung aus? Und wie schaffe ich es als Mutter oder Vater, mein Baby liebevoll und behütet durch die Nacht zu begleiten und gleichzeitig meine eigenen Kräfte zu erhalten?

Diesen Fragen werde ich in einem Impulsvortrag auf den Grund gehen und dabei auch genügend Raum für eure Fragen lassen.

➡ Laura Müller, Stillberaterin, Artgerecht Babyschlafcoach, Artgerecht Baby- und Kleinkindcoach

Art: Online

Di, 09.03.2027

»Liebe – Grenzen – Konsequenzen« Erziehung im Spannungsfeld zwischen Bindung und Autonomie

Beißen, kratzen, schlagen.... Wie kann ich lernen, klar Grenzen zu setzen und gleichzeitig zugewandt im Kontakt zu bleiben?

Es geht in diesem Vortrag sowohl um das kindliche Bedürfnis nach Sicherheit, Bindung, Orientierung (aktuelle Bindungsforschung), als auch um die zahlreichen Hürden – besonders in der Autonomiephase – den respektvollen Umgang miteinander einzuüben und mit Aggression und Frustration umgehen zu lernen. Auch eure Beispiele und Fragen sind herzlichst willkommen!

➡ Hemma Walther, Pädagogin

Art: Online

VORTRÄGE DISKUSSIONEN & MEHR

PROGRAMM 2026/27

