

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ**ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΕΠΕΙΓΟΝ**

Αθήνα, 30.10.2015

Αρ. πρωτ.: Γ3δ,Γ1αΔ/ΦΑΥ9/2015,27B/

Γ.Π. οικ. 83131

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
& ΠΡΟΛΗΨΗΣ*Τφ. Διευ. Σχέσεων
-Επιμέλεια Παιδικών ΚοινότηταςΤΜΗΜΑ Δ' ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

16/11/2015

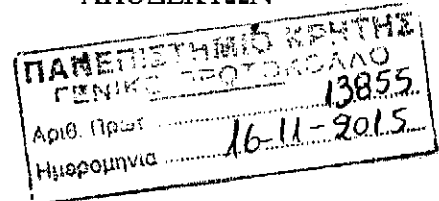
ΤΜΗΜΑ Α' ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΗ ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ

Ταχ. Διεύθυνση : Αριστοτέλους 17-19
Ταχ. Κώδικας : 104 33
Πληροφορίες : Στρ. Χατζηχαραλάμπους
: Αθ. Βαρτζιώτη
: Φ. ΚαλύβαΠΡΟΣ : ΟΠΩΣ ΟΙ
ΠΙΝΑΚΕΣ
ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

SD

: Μ. Τσαντίδου,
Τηλέφωνα : 213 216 1323,
1622/1626/1333

Φαξ : 210-5230577

E-mail : pfy@moh.gov.gr
: ddy@moh.gov.gr**ΘΕΜΑ: Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού με θέμα «Θηλασμός και Εργασία: Ας το κάνουμε να πετύχει», 1 έως 7 Νοεμβρίου 2015.****Ανάπτυξη Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης με Θέμα «ΣΗΜΕΙΑ ΦΙΛΙΚΑ ΣΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ».****ΣΧΕΤ:** 1. Το με αριθμ. Γ3δ/ΔΦΑΥ 9 /Γ.Π./οικ. 60005/5.08.2015 έγγραφο της Δ/σης Π.Φ.Υ. και Πρόληψης, με θέμα «Καθορισμός ενιαίων διαδικασιών έκδοσης Εγκυκλίων για Παγκόσμιες και Διεθνείς Ημέρες /Εβδομάδες». 2. Τα από 5/10/2015 και 20/10/2015 σχετικά ηλεκτρονικά μηνύματα της Δ/σης Δημόσιας Υγείας.

Οι συναρμόδιες Δ/σεις Δημόσιας Υγείας, Τμήμα Α' Μεταδοτικών και μη Μεταδοτικών Νοσημάτων και Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης, Τμήμα Δ' Αγωγής Υγείας και Πρόληψης, της Γενικής Γραμματείας Δημόσιας Υγείας του Υπουργείου Υγείας, στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων τους και της καθιερωμένης Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, της World Alliance for Breastfeeding Action-WABA, που είναι από 1 έως 7 Νοεμβρίου εκάστου έτους, σας ενημερώνουν για τα ακόλουθα:

Α. Για το έτος 2015, η World Alliance for Breastfeeding Action-WABA, (Παγκόσμια Συμμαχία για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού) για την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού, θέτει ως επίκεντρο της Ενημερωτικής Εκστρατείας, το θέμα, «Θηλασμός και Εργασία: Ας το κάνουμε να πετύχει!».

Οι γενικότεροι στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού για το έτος 2015, είναι:

1. Η αναγνώριση των κινδύνων που ενέχει, αλλά και των ευκαιριών που παρέχει η παγκοσμιοποίηση για τις πρακτικές του μητρικού θηλασμού.
2. Η αξιοποίηση των δυνατοτήτων που προσφέρει η παγκόσμια επικοινωνία για την ενημέρωση των επαγγελματιών υγείας αλλά και του ευρύτερου κοινού όσον αφορά στα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού και στα μειονεκτήματα της τεχνητής διατροφής.
3. Η προαγωγή του μητρικού θηλασμού και η πραγματοποίηση δράσεων στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη διατροφή του νεογνού και του νηπίου.
4. Η πιστή εφαρμογή του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων του Μητρικού Γάλακτος και υλοποίηση των σχετικών Αποφάσεων της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας του Π.Ο.Υ.
5. Η προώθηση δράσεων για τη δημιουργία συμμαχιών με άλλα πολιτικά και κοινωνικά κινήματα που αγωνίζονται για παγκόσμια δικαιοσύνη, ειρήνη, προάσπιση των ατομικών και συλλογικών δικαιωμάτων και της υγείας για όλους.
6. Η ολοκληρωμένη ενημέρωση και η ενδυνάμωση όλων των μελών της οργανωμένης κοινωνίας, προκειμένου να αναλάβουν δράση στην κοινότητα για την προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.

Αναφορικά με το στόχο της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού για το έτος 2015 με θέμα: «**Θηλασμός και Εργασία: Ας το κάνουμε να πετύχει!**», επισυνάπτεται Παράρτημα 1 με αναφορά στα κυριότερα σημεία του μηνύματός όπως αυτά προκύπτουν από τον σχετικό ιστότοπο <http://worldbreastfeedingweek.org/languages.shtml#greek>, της Παγκόσμιας Συμμαχίας για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού (World Alliance for Breastfeeding Action-WABA).

Οι ειδικότεροι στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού με θέμα «**Θηλασμός και Εργασία: Ας το κάνουμε να πετύχει!**», είναι:

- 1) Να κινητοποιηθούν διαδικασίες υποστήριξης από όλους τους τομείς και σε διάφορα επίπεδα, ώστε να έχουν την δυνατότητα οι γυναίκες, όπου κι αν βρίσκονται, να εργάζονται και να θηλάζουν στο χώρο εργασίας τους.
- 2) Να προωθηθούν δράσεις από τους εργοδότες για να γίνουν φιλικοί προς την οικογένεια, τους γονείς, τα μωρά και προς τη μητέρα ώστε να διευκολύνουν ενεργά και να υποστηρίξουν τις εργαζόμενες γυναίκες να συνεχίσουν το θηλασμό.
- 3) Να ενημερωθεί η κοινή γνώμη για τις τελευταίες εξελίξεις σχετικά με τα δικαιώματα προστασίας της μητρότητας παγκοσμίως και να υπάρξει ευαισθητοποίηση σχετικά με την ανάγκη ενίσχυσης της σχετικής εθνικής νομοθεσίας και της εφαρμογής της.
- 4) Να ενισχυθούν, να διευκολυνθούν και να προβληθούν πρακτικές οι οποίες βοηθούν τις γυναίκες που εργάζονται σε αδήλωτη («μαύρη») εργασία, να θηλάσουν.
- 5) Να υπάρξει συνεργασία με αρμόδιους, ειδικούς και ευαισθητοποιημένους φορείς, οργανώσεις και ομάδες, π.χ. με σωματεία εργαζομένων, εμπορικούς συλλόγους, επιμελητήρια, συνδικαλιστικά όργανα, ομάδες γυναικών και ομάδες νέων, για την προστασία, στο χώρο εργασίας των δικαιωμάτων των γυναικών σε σχέση με το θηλασμό.

B1. Όσον αφορά στην προώθηση του Μητρικού Θηλασμού στη χώρα μας και ιδιαίτερα σε συνάρτηση με το μήνυμα της φετινής εβδομάδας, ενημερώνουμε ότι η Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας του Υπουργείου Υγείας, έχοντας υπ' όψη, εισήγηση της Εθνικής Επιτροπής για το Μητρικό Θηλασμό, τα οφέλη του μητρικού θηλασμού στην υγεία και στην οικονομία, την επίδραση του θηλασμού στη μείωση των ανισοτήτων στην υγεία, καθώς και τα χαμηλά ποσοστά θηλασμού στη χώρα μας, εισηγήθηκε τη θέσπιση **διάταξης νόμου για την Προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού**, η οποία ψηφίστηκε από τη Βουλή των Ελλήνων και είναι το **άρθρο 3 του Ν. 4316/2014 «Ίδρυση παρατηρητηρίου άνοιας, βελτίωση περιγεννητικής φροντίδας, ρυθμίσεις θεμάτων αρμοδιότητας Υπουργείου Υγείας και άλλες διατάξεις» (ΦΕΚ 270 τ Α')**.

Με το εν λόγω άρθρο νόμου θεσμοθετούνται οι Χώροι Θηλασμού για το κοινό και στην Εργασία, τα Φιλικά προς τα Βρέφη Νοσοκομεία, οι Τράπεζες Γάλακτος και το «Μητρώο Επιμορφωτών για την Προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού», καθώς και η ανάπτυξη δράσεων και προγραμμάτων προαγωγής του Μητρικού Θηλασμού σε επίπεδο πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας .

Για την υλοποίηση των ανωτέρω, το Υπουργείο Υγείας, συνεργάζεται με συναρμόδια Υπουργεία και Φορείς, προκειμένου να εκδοθούν οι σχετικές Υπουργικές Αποφάσεις. Ειδικότερα, αναφορικά με τη δημιουργία Χώρων Θηλασμού στην Εργασία, έχει αποσταλεί Επιστολή του Υπουργού Υγείας προς τον Υπουργό Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης & Κοινωνικής Αλληλεγγύης, σχετικά με τη δημιουργία και λειτουργία των χώρων αυτών στο εργασιακό περιβάλλον και τις διευκολύνσεις προς τις θηλάζουσες εργαζόμενες, προκειμένου να καταρτιστεί η σχετική κοινή Υπουργική Απόφαση.

B2. Το 1993 συστήθηκε για πρώτη φορά από το Υπουργείο Υγείας, Επιτροπή Μητρικού Θηλασμού (Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας, Α.Π..Υ3γ/οικ. 5311/20-7-1993), με κύριο έργο :

- Την προαγωγή – προστασία και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού.
- Την ευθύνη για την εφαρμογή της πρωτοβουλίας αυτής με την υιοθέτηση των αρχών των WHO/UNICEF.
- Την ενημέρωση των επαγγελματιών υγείας, αλλά και της κοινής γνώμης σε θέματα μητρικού θηλασμού.

Η εν λόγω Επιτροπή επανασυγκροτήθηκε το 2005 και λειτουργεί μέχρι σήμερα (Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, ΔΥ1δ/οικ.57387/2-6-2005).

Γ1 Σημειώνεται, ότι στα σημαντικά οφέλη του μητρικού θηλασμού, σύμφωνα με τις αναφορές των διεθνών οργανισμών και τη σχετική βιβλιογραφία, περιλαμβάνονται:

- η πρόληψη νόσων όπως του παιδικού άσθματος, της ατοπικής δερματίτιδας, των λοιμώξεων του γαστρεντερικού, των λοιμώξεων του κατωτέρου αναπνευστικού, της ωτίτιδας, η μακροπρόθεσμη πρόληψη του Σακχαρώδους Διαβήτη τύπου I και της παχυσαρκίας, σε βρέφη και σε παιδιά
- η μακροπρόθεσμη ανάπτυξη της νοημοσύνης των παιδιών

- η διατήρηση της υγείας των γυναικών
- η μείωση της δαπάνης για την υγεία και η αύξηση της παραγωγικότητας
- η μείωση των ανισοτήτων στην υγεία

Γ2. Τα ποσοστά του μητρικού θηλασμού, ιδιαίτερα στο Δυτικό κόσμο από τα μέσα του 20ου αιώνα και μετά, γνώρισαν κατακόρυφη πτώση. Τα ποσοστά αποκλειστικού μητρικού θηλασμού στους 6 πρώτους μήνες παρουσιάζουν μεγάλες διακυμάνσεις στον Ευρωπαϊκό χώρο, με τα μεγαλύτερα ποσοστά να καταγράφονται στη Γερμανία 22%, στη Σουηδία 12 % και στην Αυστρία 9.7%. Αντίθετα στο Ηνωμένο Βασίλειο τα ποσοστά είναι πολύ χαμηλά, κάτω του 1%.

Το Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, πραγματοποίησε το 2009 την πρώτη Εθνική Μελέτη Μητρικού Θηλασμού, στην οποία καταγράφονται η συχνότητα του μητρικού θηλασμού στη χώρα μας και οι προσδιοριστικοί παράγοντες για την επίτευξη του μητρικού θηλασμού. Παρά το γεγονός του υψηλού ποσοστού πρόθεσης για θηλασμό τις πρώτες ημέρες μετά τη γέννηση που φτάνει στο 89%, τα ποσοστά μειώνονται στο 21% τον πρώτο, 11% τον τρίτο και 0,9% τον 6ο μήνα.

Δ. Σε συνέχεια των ανωτέρω, προτείνεται ενδεικτικά η ανάπτυξη, οργάνωση και υλοποίηση των ακόλουθων ενεργειών και δράσεων:

- Ευαισθητοποίησης, ενημέρωσης – πληροφόρησης της κοινής γνώμης /πολιτών, παιδιών, εφήβων, νεαρών γυναικών, εκπαιδευτικών, επαγγελματιών υγείας και διάφορων κατηγοριών ευπαθών ομάδων πληθυσμού πολιτών για την σπουδαιότητα του μητρικού θηλασμού και τα οφέλη του στη Δημόσια Υγεία, για το νήπιο, το παιδί και τη γυναίκα, δίνοντας έμφαση στις ψυχολογικές, οικονομικές και κοινωνικές διαστάσεις αυτού και προάγοντας, ενισχύοντας τον θηλασμό στο πλαίσιο της οικογένειας, της εργασίας και στους δημόσιους χώρους.
- Επιμόρφωσης επαγγελματιών υγείας καθώς και άλλων στελεχών αρμόδιων υπηρεσιών (στον δημόσιο και ιδιωτικό τομέα), που απασχολούνται σε Κέντρα και Υπηρεσίες που σχετίζονται με την παροχή φροντίδας υγείας στην γυναίκα και στο παιδί π.χ. Μαιευτικές - Γυναικολογικές, Παιδιατρικές κλινικές, Μονάδες ή Υπηρεσίες Οικογενειακού Προγραμματισμού, κ.λ.π. Φορείς, Μονάδες Υγείας και Προγράμματα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και ιδιαίτερα στο πλαίσιο του ΠΕΔΥ π.χ. Σταθμοί Μάννας Παιδιού και Εφήβου, σε υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας της Τοπικής και Περιφερειακής Αυτοδιοίκησης, καθώς και στις υπηρεσίες και τις σχολικές μονάδες της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, προκειμένου να ευαισθητοποιηθούν οι έφηβοι και οι νέοι ώστε να αποκτήσουν γνώσεις, να συνειδητοποιήσουν τα πλεονεκτήματα/οφέλη και να διαμορφώσουν κουλτούρα που θα συμβάλλει στην ανατροπή μύθων και δοξασιών ενισχύοντας και προάγοντας τον μητρικό θηλασμό.
- Ανάπτυξης πρωτοβουλιών για διαμόρφωση καλών πρακτικών και δημοσιοποίηση αυτών, σχετικά με την προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού και ιδιαίτερα σε χώρους καταστημάτων και επιχειρήσεων καθώς και στην διευκόλυνση των θηλαζουσών μητέρων στο εργασιακό περιβάλλον.

Ειδικότερα, ενδεικτικά προτείνεται:

- Ανάρτηση αφισών και διανομή ενημερωτικού υλικού και εντύπων με οδηγίες, παροτρύνσεις και συμβουλές προς τους πολίτες αλλά και προς ειδικότερες ομάδες πληθυσμού, όπως γονείς, νέους, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες υγείας, κ.α.
- Ανάρτηση του ενημερωτικού υλικού σε ιστοσελίδες Φορέων, ώστε οι ενδιαφερόμενοι πολίτες να έχουν την δυνατότητα αναζήτησης συμβουλών σχετικά με θέματα Μητρικού θηλασμού.
- Προβολή των μηνυμάτων και των στόχων της εκστρατείας για την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού και ιδιαίτερα του θέματος «**Θηλασμός και Εργασία: Ας το κάνουμε να πετύχει**», με στόχο την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του πληθυσμού, μέσω των δελτίων ειδήσεων και της διοργάνωσης ειδικών εκπομπών.
- Αξιοποίηση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπου τα συμμετέχοντα μέλη έχουν την δυνατότητα να συζητούν, να μοιράζονται εμπειρίες και φωτογραφίες/νίдео, με στόχο τη διάχυση πληροφορίας σχετικά με την προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού ως τον «Δρόμο της Φύσης» για την ανεμπόδιστη ανατροφή των νεογνών/βρεφών.

Στο πλαίσιο αυτό, προτείνεται η ανάπτυξη διαλόγου – κατάθεσης ερωτημάτων προς φορείς υγείας, ή άλλους αρμόδιους φορείς σχετικά με τους ανωτέρω θεματικούς άξονες.

Ε. Προκειμένου να οργανωθούν και να υλοποιηθούν οι εν λόγω δράσεις και ενέργειες, προτείνεται οι αρμόδιοι επαγγελματίες υγείας, όπως παιδίατροι, μαιές – μαιευτές, γυναικολόγοι – μαιευτήρες, γενικοί ιατροί, επισκέπτες-τριες υγείας, κ.α., να συνεργαστούν σε κάθε επίπεδο με φορείς και υπηρεσίες.

Ιδιαίτερη έμφαση καλούνται να δώσουν οι φορείς και οι επαγγελματίες υγείας καθώς και οι εκπαιδευτικοί, στην ευαισθητοποίηση των εφήβων και των νέων γυναικών σε θέματα Μητρικού Θηλασμού, ενισχύοντας την διατροφική αξία του Μητρικού Γάλακτος, την προσέγγιση του θηλασμού ως μια φυσική οδός μέσω ανάδειξης παραδειγμάτων από τη φύση και σύνδεσης αυτού με την παράδοση – λαογραφία και με αφήγηση εμπειριών ηλικιωμένων γυναικών στο πλαίσιο σύζευξης των γενεών.

ΣΤ. Σε συνέχεια εισήγησης της Δ/σης Κοινωνικής και Αναπτυξιακής Παιδιατρικής -Πρόγραμμα ΑΛΚΥΟΝΗ- του Ινστιτούτου Υγείας του Παιδιού (σύμφωνα με το υπ. αριθμ. 6 πρακτικό της 9-9-2015 της Δ.Ε.) και σχετικής έγκρισης της από 7-10-2015 συνεδρίασης της Εθνικής Επιτροπής για το Μητρικό Θηλασμό, η Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας του Υπουργείου Υγείας, με τις συναρμόδιες Διευθύνσεις Δημόσιας Υγείας και Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης, ανακοινώνει την ανάπτυξη, οργάνωση και υλοποίηση της Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης με Θέμα «**ΣΗΜΕΙΑ ΦΙΛΙΚΑ ΣΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ**» για τη δημιουργία συνθηκών που επιτρέπουν και προάγουν τον Μητρικό Θηλασμό σε εμπορικά καταστήματα και επιχειρήσεις, με περίοδο έναρξης την Παγκόσμια Εβδομάδα για το εν λόγω θέμα, από 1 έως 7 Νοεμβρίου 2015.

Η εν λόγω Εθνική Εκστρατεία Ενημέρωσης, έχει την αρωγή και στήριξη του Υπουργείου Υγείας για κάθε δράση, παρέμβαση και εκδήλωση που σχετίζεται με

την προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού στα εμπορικά καταστήματα και επιχειρήσεις, προκειμένου να αναπτυχθεί μια ισχυρή κουλτούρα και συνείδηση στις νέες μητέρες και ζευγάρια σχετικά με τα πλεονεκτήματα και τα οφέλη του Μητρικού Θηλασμού.

Σκοπός της εκστρατείας είναι η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των ιδιοκτητών καταστημάτων-επιχειρηματιών, σχετικά με τη σπουδαιότητα του Μητρικού Θηλασμού ως εθνικό, κοινωνικό και οικονομικό κεφάλαιο, για την αναγκαιότητα διενέργειας αυτού στα νεογνά και τα βρέφη για όσο το δυνατόν μεγαλύτερο διάστημα και κατ' επέκταση τη διευκόλυνση των θηλαζουσών μητέρων, ώστε να επιτρέπεται να ασκούν το αναφαίρετο αυτό δικαίωμα της παροχής του μητρικού γάλακτος στα παιδιά τους μέσω της «φυσικής οδού».

Στόχος της Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης, είναι να δημιουργηθούν «**Σημεία Φιλικά για τον Μητρικό Θηλασμό**», σε καταστήματα και επιχειρήσεις σε όλες τις πόλεις της Ελλάδας, με προοπτική να ανέλθουν αυτά στον αριθμό των **5.000 για το 2016 και με ρυθμό αύξησης 30% ανά έτος**. Για τον λόγο αυτό η εν λόγω Εθνική Εκστρατεία Ενημέρωσης έχει συνεχή και διαρκή χαρακτήρα με περιόδους αιχμής την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού κάθε έτος. Στην προσπάθεια ανάπτυξης και υλοποίησης της Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης, συμμετέχουν και καλούνται να συνεισφέρουν με το έκδηλο ενδιαφέρον, τις ουσιαστικές παρεμβάσεις και τις τοπικές δυνάμεις τους, οι ακόλουθοι φορείς :

- 1) Οι Μονάδες ή Υπηρεσίες Οικογενειακού Προγραμματισμού και Μονάδων Φροντίδας Μητέρας – Παιδιού του Πιλοτικού Δικτύου του Υ.Υ., όπως αυτά αναφέρονται στον πίνακα αποδεκτών Β.
- 2) Η Κεντρική Ένωση Επιμελητηρίων Ελλάδος, Ακαδημίας 6, Τ.Κ 10671, Αθήνα, τηλ.: 2103387104-6, Fax:2103622320, E-mail: vassapost@uhc.gr
- 3) Η Εθνική Συνομοσπονδία Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας, Μητροπόλεως 42, Τ.Κ. 10563, Αθήνα, υπεύθυνη επικοινωνίας : κα Δήμητρα Γούναρη, τηλ.:210 3259162, E-mail: dgounari@esee.gr
- 4) Η Γενική Συνομοσπονδία Επαγγελματιών Βιοτεχνών Εμπόρων Ελλάδος (ΓΕΣΕΒΕ) Αριστοτέλους 46, Τ.Κ. 10433, Αθήνα, υπεύθυνες επικοινωνίας : κα Πορφύρη Ιωάννα και κα Μπεκρή Δέσποινα, τηλ : 2103800646, Fax : 2103800649, E-mail: president@gsevee.gr
- 5) Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος, Πλουτάρχου 3, Τ.Κ.10675, τηλ.: 2107258660/02, E-mail: pis@pis.gr pisinfo@pis.gr

Τα καταστήματα – επιχειρήσεις που προτείνεται κατά κύριο λόγο να ενταχθούν στην Ε.Ε.Ε. ενδεικτικά είναι καφετέριες, εστιατόρια, ταβέρνες, κομμωτήρια, αρτοποιεία, φαρμακεία, ιατρεία, καταστήματα ηλεκτρονικών, ηλεκτρικών και οικιακών ειδών , ένδυσης και υπόδησης, βιβλιοπωλεία κ.λ.π.

Διαδικασία Ενημέρωσης – Ένταξης

Στο πλαίσιο υλοποίησης του προγράμματος της Ενημερωτικής Εκστρατείας για την δημιουργία – εκδήλωση ενδιαφέροντος, ανακοίνωση, δημοσιοποίηση και παρακολούθηση των «Σημείων Φιλικών για τον Μητρικό Θηλασμό», το συντονισμό έχει το Πρόγραμμα «ΑΛΚΥΟΝΗ» του Ινστιτούτου Υγείας του Παιδιού. Οι προτεινόμενες διαδικασίες – στάδια για την ανάπτυξη αυτού είναι:

α) Οι ιδιοκτήτες καταστημάτων – επιχειρηματίες, αρχικώς ενημερώνονται από σχετικό υλικό για τον μητρικό θηλασμό που έχει αναρτηθεί στην ιστοσελίδα www.epilegothilasmo.gr, ή από έντυπα που θα διανεμηθούν σε αυτούς, ή δύναται να αναζητηθούν ηλεκτρονικώς από το εν λόγω πρόγραμμα ή από τους ιστοτόπους στους οποίους θα αναρτηθεί η παρούσα Εγκύκλιος και που ενδεικτικά είναι:

- Είμαστε ομάδα (Παράρτημα 2γ)
- 10+1 βήματα (Παράρτημα 2δ)

β) Ακολουθώντας με τον ίδιο προαναφερόμενο τρόπο αναζήτησης, τοποθετούν στην βιτρίνα ή στην θύρα του καταστήματος τους, σε διακριτό από τους πελάτες σημείο (στο ύψος του στήθους), το αυτοκόλλητο σήμα «**ΝΑΙ Επιλέγω Θηλασμό**», γαλάζιου χρώματος, ή να επικολλούν την έγχρωμη εκτύπωση αυτού. (Παράρτημα 2β).

γ) Στη συνέχεια συμπληρώνουν ηλεκτρονικώς ή εγγράφως το έντυπο «**Δήλωση**» που έχει τον χαρακτήρα αίτησης για ένταξη στο πρόγραμμα, σύμφωνα με το οποίο δηλώνεται ότι επιθυμούν να συμμετάσχουν «**συμβάλλοντας στην προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού στους χώρους του καταστήματός τους (εσωτερικούς και εξωτερικούς), διευκολύνοντας την ασφαλή, άνετη, διακριτική και ανεμπόδιστη πρόσβαση για την υποστήριξη της διαδικασίας του ζεύγους θηλασμού, μητέρας-βρέφους. Επίσης, αναλαμβάνουν την ανάρτηση του ειδικού σήματος σε εμφανή χώρο της επιχείρησης**». (Παράρτημα 2α).

Σε περίπτωση έγγραφης συμπλήρωσης της δήλωσης – αίτησης, αυτή αποστέλλεται ευπόγραφα στα γραφεία του φορέα, στην ταχ/κη διεύθυνση: **Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Πρόγραμμα ΑΛΚΥΟΝΗ, Μεσογείων 38-40 ,11527 Αθήνα, Τηλ: 2107701557-210799244, Fax: 2107799245, E-mail: alkyoni.thilasmos@ich.gr**

δ) Ακολουθεί ηλεκτρονική ενημέρωση της επιχείρησης για την ένταξη αυτής στο σχετικό μητρώο, που θα διαμορφωθεί με ηλεκτρονική εφαρμογή στον ιστότοπο του συντονιστή φορέα, με στόχο την ενημέρωση του κοινού.

ε) Αντίστοιχα οι επιχειρήσεις, ενημερώνουν ηλεκτρονικώς τον τοπικό εμπορικό σύλλογο, ώστε να ενταχθεί η επιχείρησή τους στον σχετικό κατάλογο του εν λόγω συλλόγου για ενημέρωση της τοπικής κοινωνίας.

στ) Τα στελέχη του Προγράμματος «ΑΛΚΥΟΝΗ», διαμορφώνουν «έντυπο Παρακολούθησης - Συμμόρφωσης» ως προς τις προϋποθέσεις του προγράμματος «**Σημεία Φιλικά για τον Μητρικό Θηλασμό**», όπου οι θηλάζουσες μητέρες, δύναται να εκφράσουν τα όποια προβλήματα διαπιστώνουν ως προς την διενέργεια του θηλασμού ή την αποτροπή αυτού στους χώρους των ενταγμένων στο πρόγραμμα καταστημάτων – επιχειρήσεων, γεγονός που δίνει τη δυνατότητα διακοπής συνεργασίας / συμμετοχής από το σχετικό Μητρώο και καταλόγους.

Όλοι οι προαναφερόμενοι συνεργαζόμενοι φορείς, που μετέχουν στην Ε.Ε.Ε. για την προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού, καλούνται να προβούν στις ακόλουθες ενέργειες:

- Στο συντονισμό της ενημερωτικής εκστρατείας προς τα μέλη - Συλλόγους και φορείς τους, με την ηλεκτρονική αποστολή της εν λόγω Εγκυκλίου και του συνημμένου Παραρτήματος 2 (με τη δήλωση, το σήμα και το ενημερωτικό υλικό).

- Τη διανομή ενημερωτικού υλικού απευθείας στα μέλη τους, όπου αυτό είναι δυνατόν ή και ταχυδρομικώς.
- Την ανάρτηση της εν λόγω Εγκυκλίου, στον ιστότοπο του φορέα τους, καθώς και των Συλλόγων μελών τους, παρέχοντας και κάθε άλλη πληροφορία αναφορικά με το πρόγραμμα.
- Να αναλάβουν οι επί μέρους Σύλλογοι (εμπορικοί, ιατρικοί κ.λ.π.), να αναρτούν σε ξεχωριστό και διακριτό πεδίο του ιστοτόπου τους, τα στοιχεία των καταστημάτων – επιχειρήσεων, ιατρείων κ.λ.π. που εντάσσονται στο πρόγραμμα, για ενημέρωση της τοπικής κοινωνίας.
- Να προβούν σε ανάρτηση στους ιστοτόπους τους σχετικής ανακοίνωσης για τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα, στην Ελληνική ή Αγγλική γλώσσα (ή όποια άλλη ανάλογα με την τουριστική κίνηση της περιοχής τους), για ενημέρωση των αλλοδαπών επισκεπτών.

Επιπλέον η Εθνική Συνομοσπονδία Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας, προτείνεται να αναλάβει πρωτοβουλία αξιοποίησης της ενημερωτικής εκστρατείας – διενέργεια δράσεων, στο πλαίσιο των συνεργαζόμενων επιχειρήσεων που εντάσσονται στο πρόγραμμα κοινωνικής εταιρικής ευθύνης του φορέα.

Όλοι οι προαναφερόμενοι φορείς που μετέχουν στην ανάπτυξη και υλοποίηση της Εθνικής Εκστρατείας Ενημέρωσης με θέμα «ΣΗΜΕΙΑ ΦΙΛΙΚΑ ΣΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ», καλούνται σε συνεργασία με επαγγελματίες υγείας της περιοχής τους και ιδιαίτερα παιδιάτρους, μαιές – μαιευτές, επισκέπτες-τριες Υγείας, διαιτολόγους κ.λ.π., καθώς και φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και συλλόγους – ΜΚΟ της περιοχής τους, να οργανώσουν στοχευμένες δράσεις και παρεμβάσεις σε εμπορικούς δρόμους, πλατείες, εμπορικά κέντρα κ.λ.π., για την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των καταστημάτων – επιχειρήσεων προκειμένου να ενταχθούν στο πρόγραμμα

Z. Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και επαγγελματίες υγείας δύναται να αναζητήσουν περισσότερες πληροφορίες για θέματα Μητρικού Θηλασμού στους ακόλουθους Ιστότοπους:

Διεθνείς Ιστότοποι:

- WHO: <http://www.who.int/en/> (2009 - a) Infant and young child feeding. Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals.:http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597494_eng.pdf
- WHO: <http://www.who.int/en/> (2009 - b) Infant and young child feeding data by country.
<http://www.who.int/nutrition/databases/infantfeeding/countries/en/index.html>
- WHO: <http://www.who.int/en/> (2013) 10 facts on breastfeeding.
<http://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/en/index.html#2/12/2013>
- UNICEF: <http://www.unicef.org/>(1990), Innocenti Declaration, On the Protection, Promotion and Support of Breasfeeding, Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.unicef.org/programme/breastfeeding/innocenti.htm>

- UNICEF: [http://www.unicef.org/\(2012-a\) Infant and young child feeding](http://www.unicef.org/(2012-a) Infant and young child feeding). Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: http://www.childinfo.org/breastfeeding_progress.html
- UNICEF: [http://www.unicef.org/ \(2012-b\) Continuum of feeding practices](http://www.unicef.org/ (2012-b) Continuum of feeding practices). Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: http://www.childinfo.org/breastfeeding_status.html
- World Alliance for Breastfeeding Action: [http://www.waba.org.my/ \(1993\), Women and Work Task Force](http://www.waba.org.my/ (1993), Women and Work Task Force). <http://www.waba.org.my/whatwedo/womenandwork/wnwaboutus.htm>
- World Alliance for Breastfeeding Action: [http://www.waba.org.my/ \(1992\), Nurturing the Future through World Breastfeeding Week](http://www.waba.org.my/ (1992), Nurturing the Future through World Breastfeeding Week). <http://worldbreastfeedingweek.net/webpages/1992.html>
- Australian Institute of Health and Welfare: www.aihw.gov.au
- Health Canada: [www.hc-sc.gc.ca/ \(2010\) Breastfeeding initiation in Canada: Key Statistics and Graphics \(2009 – 2010\). Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/prenatal/exclusive-exclusif-eng.php>](http://www.hc-sc.gc.ca/ (2010) Breastfeeding initiation in Canada: Key Statistics and Graphics (2009 – 2010). Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/surveill/nutrition/commun/prenatal/exclusive-exclusif-eng.php)

Ελληνικοί Ιστότοποι:

- ΑΛΚΥΟΝΗ Μητρικός Θηλασμός: www.mitrikosthilasmos.com
<http://epilegothilasmogri.blogspot.com> και το κανάλι του έργου στο Youtube στο <https://www.youtube.com/channel/UC349RTxcEmtCTrls54W2quw>
- «ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ» Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία www.fainareti.gr
- Φαρμακεία Φιλικά προς το Θηλασμό www.f-thilasmos.gr
- Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών – Μαιευτών Αθηνών, www.semme.gr, www.smme.gr
- Σωματείο ΕΥΤΟΚΙΑ: www.eutokia.gr
- Οι Φίλοι του Μητρικού Θηλασμού: <http://filoithilasmou.blogspot.gr>
- Νοσοκομείο – Μαιευτήριο «Έλενα Βενιζέλου»: www.hospital-elena.gr/klinikes/thilasmos.html
- Σύνδεσμος Θηλασμού Ελλάδας: www.lllgreece.org/
- La Leche League International (LLL): www.llli.org/
- Ελληνικός Κόμβος για τον Θηλασμό: <http://www.thilasmos.net>
- International Baby Food Action Network – IBFAN Ελλάδα: <http://ibfan.gr>
- **IBLCE Ελλάδα α:** <http://iblce.org> Προστασία, Προαγωγή και Υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού στην Ευρώπη: Σχέδιο Δράσης. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://iblce.org/wp-content/uploads/2013/11/EU-blueprint-greek.pdf>
- **IBLCE Ελλάδα β:** www.thilasmosonline.info/ Σύλλογος. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.thilasmosonline.info/syllogos.html>
- UNICEF Ελλάδα: <http://www.unicef.gr/> (2012-c) 20η Επέτειος της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.unicef.gr/pdfs/bfweek2012.pdf>
- UNICEF Ελλάδα: <https://www.unicef.gr/> (2011), Δελτίο Τύπου: Αναγνώριση των δύο πρώτων Ελληνικών Νοσοκομείων ως «Φιλικά προς τα βρέφη». Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: www.unicef.gr/news/2011/dt4711.php 29/11/2013

Η Σε συνέχεια των ανωτέρω επιπέδων αναφέρονται τα ακόλουθα:

Η1 Στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ.) 2007-2013 και της Πράξης «ΑΛΚΥΟΝΗ ΕΘΝΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ» (με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης), εκδόθηκαν τα εξής:

- I. ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ – ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ,
- II. Ενημερωτικό έντυπο με θέμα: «Είναι ο δρόμος της φύσης – Μητρικός Θηλασμός – Οδηγός για Γονείς».
- III. Αυτοκόλλητο με τίτλο: «ΝΑΙ Επιλέγω Θηλασμό».
- IV. Τέσσερα ενημερωτικά φυλλάδια.

Η2 Επίσης ιδιαίτερη σημασία δίδεται στην ευαισθητοποίηση των θηλαζουσών μητέρων για τη Δωρεά Ανθρώπινου (Μητρικού) Γάλακτος ως προσφορά στη Μονάδα Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού – Τράπεζας Γάλακτος, της Αποκεντρωμένης Οργανικής Μονάδας «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ», Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών « ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ». (πληροφορίες τηλ. 2132051360 και 210-6462782 / Ωρες λειτουργίας: 7 πμ - 10 μμ / www.hospital-elena.gr, και στο e-mail breastfeeding).

Η εν λόγω δωρεά συμβάλει στην ανοσολογική προστασία των βρεφών και άρα στη μείωση του ποσοστού λοιμώξεων. Η χορήγηση μητρικού γάλακτος προλαμβάνει επιπλοκές από το γαστρεντερικό σύστημα όπως η νεκρωτική εντεροκολίτιδα η οποία είναι η βασικότερη αιτία θανάτου στα πρόωρα βρέφη, ενώ το ευαίσθητο και ανώριμο γαστρεντερικό σύστημα των προώρων νεογνών ωριμάζει επιτυχώς. Επίσης με τη χορήγηση του μητρικού γάλακτος μειώνεται σε μεγάλο βαθμό η νεογνική θνησιμότητα.

Η3 Οι προαναφερόμενες δράσεις και ενέργειες προκειμένου να υλοποιηθούν, προτείνεται να οργανωθούν :

- με τη συνεργασία των Μονάδων ή Υπηρεσιών Οικογενειακού Προγραμματισμού και Μονάδων Φροντίδας Μητέρας-Παιδιού του Πιλοτικού Δικτύου Πίνακας αποδεκτών Β) καθώς και των Σταθμών Προστασίας Μάνας Παιδιού και Εφήβου που λειτουργούν στις Δημόσιες Δομές παροχής Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας του Πρωτοβάθμιου Εθνικού Δικτύου Υγείας (ΠΕΔΥ).
- με τους Υπευθύνους εκπαίδευσης Νομών του προγράμματος «Σχολές Γονέων» του Ιδρύματος Νεολαίας και Δια Βίου Μάθησης (ΙΝΔΒΜ), του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων (Πληροφορίες τηλ.: 213131314520-27).
- και τους υπεύθυνους των Συμβουλευτικών Κέντρων της Γενικής Γραμματείας Ισότητας των Φύλων του Υπουργείου Εσωτερικών (πληροφορίες www.isotita.gr, www.womensos.gr, τηλ.2131511113, υπεύθυνη κα. Κατσιβαρδάκου Δώρα)

Σκοπός των συνεργασιών είναι η ανάπτυξη διαλόγου και συζητήσεων που σχετίζονται με την προαγωγή του μητρικού θηλασμού και την διαχείριση των τυχόν

θεμάτων που εγείρονται σε κοινωνικό, οικονομικό, ηθικό, νόμικό, πολιτιστικό κ.λ.π. επίπεδο.

Η4 Οι αποδέκτες της παρούσας εγκυκλίου, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις υπηρεσίες και τους εποπτευόμενους Φορείς όπως και κάθε άλλο συνεργαζόμενο Φορέα.

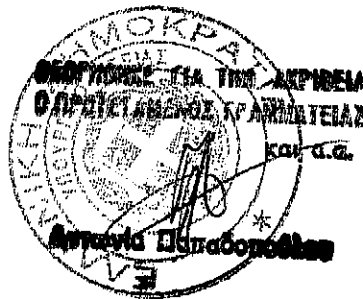
Επίσης, το Γραφείο Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων του Υπουργείου Υγείας, παρακαλείται όπως ενημερώσει σχετικά όλα τα έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης.

Η Δ/ση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης, παρακαλείται να αναρτήσει στην ιστοσελίδα του Υπουργείου, (στην ενότητα για τον Πολίτη και στην ενότητα Υγεία/Δ/ση Π.Φ.Υ&Π./Τμήμα Δ' Αγωγής Υγείας και Πρόληψης/Ενότητα Παγκόσμιες Ημέρες), την παρούσα εγκύκλιο.

Οι Φορείς που θα οργανώσουν εκδηλώσεις, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις αρμόδιες Δ/σεις του Υπουργείου Υγείας (Δ/ση Δημόσιας Υγείας)

Συνημμένα:

1. Παράρτημα 1 (φύλλα 3)
2. Παράρτημα 2 α,β,γ,δ (φύλ.4)



**Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΠΑΣΚΟΖΟΣ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ Α' (με συνημμένα)

1. Προεδρία της Δημοκρατίας, Βασ. Γεωργίου Β'2, 10028 Αθήνα
2. Βουλή των Ελλήνων, Βασ. Σοφίας 2-6, 10021 Αθήνα
3. Ακαδημία Αθηνών, Ελ. Βενιζέλου 28, 10679 Αθήνα
4. Υπουργεία, Δ/σεις Διοικητικού, (για ενημέρωση υπηρεσιών και εποπτευόμενων φορέων)
5. Υπουργείο Υγείας
 - α) Όλες τις Υγειονομικές Περιφέρειες, Γραφ. κ.κ. Διοικητών (με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι εποπτευόμενοι φορείς τους).
 - β) Όλους τους εποπτευόμενους Φορείς, ΝΠΙΔ & ΝΠΙΔΔ
 - γ) Εθνικό Κέντρο Επιχειρήσεων Υγείας, Γραφ. κ. Διοικητή
 - δ) Ε.Ο.Π.Υ.Υ., Αποστόλου 12, Γραφ. κ. Προέδρου, 15123 Μαρούσι Αττικής
 - ε) ΕΣΔΥ Γραφ. κ. Κοσμήτορος, Λ. Αλεξάνδρας 196, τ.κ. 11521, Αθήνα
 - στ) ΣΕΥΥΠ Γραφ. κ. Γεν. Επιθεωρητή
 - ζ) Ο.Κ.Α.Ν.Α. Γραφ. κ. Προέδρου, Αβέρωφ 21, 10433 Αθήνα

- η) ΚΕΕΛΠΙΝΟ, Γραφ. κ. Προέδρου, Αγράφων 3-5, 15123 Μαρούσι Αττικής
(για ενημέρωση υπηρεσιών και των ΚΕΔΥ)
6. Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού (για ενημέρωση των συνεργαζόμενων φορέων)
 - Α) Διοικούσα Επιτροπή
 - Β) Πρόγραμμα ΑΛΚΥΟΝΗ,
Μεσογείων 38-40 ,11527
 7. Εθνική Επιτροπή για το μητρικό θηλασμό - Πρόεδρο Καθηγητή Κο Χρούσο
Γεώργιο Δ/ντής της Παιδιατρικής Πανεπιστημιακής Κλινικής του
Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείου Παιδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», Δ/ση: Νοσοκ.
Παιδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», (Με την παράκληση να λάβουν γνώση της Εγκυκλίου
όλα τα μέλη της Επιτροπής) Θηβών και Παπαδιαμαντοπούλου Τ.Κ. 11527-
ΓΟΥΔΙ
 8. Όλα τα Πανεπιστήμια και ΑΤΕΙ της Χώρας (για ενημέρωση Σχολών και
Τμημάτων)
 9. ΓΕΕΘΑ/ΔΥΓ Στρ. Παπάγου Μεσογείων 227-231, ΤΚ 15451, Χολαργός
 10. Γ.Ε.Σ. Δ/ση Υγειονομικού Λ. Κανελλοπούλου Π. 1 & Κατεχάκη, τ.κ. 11525,
Αθήνα.
 11. Γ.Ε.Α. Δ/ση Υγειονομικού Π. Κανελλοπούλου 3, τ.κ. 11525, Αθήνα
 12. Γ.Ε.Ν. Δ/ση Υγειονομικού, Δεινοκράτους 70, τ.κ. 11521, Αθήνα
 13. ΕΦΕΤ, Κηφισίας 124 και Ιατρίδου 2 Αμπελόκηποι.
 14. Περιφέρειες της Χώρας, Γραφ. κ.κ. Περιφερειάρχων (για ενημέρωση των Π.Ε.)
 15. Αποκεντρωμένες Διοικήσεις, Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (για ενημέρωση
ΟΤΑ)
 16. Κεντρική Ένωση Δήμων Ελλάδας (Κ.Ε.Δ.Ε.), Γ. Γενναδίου 8., 10678 Αθήνα
 17. Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων – Προαγωγής Υγείας,
Παλαιολόγου 9, 15124 Μαρούσι Αττικής
 18. Πανελλήνιος Φαρμακευτικός Σύλλογος, Πειραιώς 134, 11854 Αθήνα
(ενημέρωση Μελών)
 19. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος Πλουτάρχου 3 και Υψηλάντους, 19675, Αθήνα
(ενημέρωση Μελών)
 20. Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, Μαιάνδρου 23 τ.κ.11525 Αθήνα (Ενημέρωση
Επιστημονικών Εταιρειών)
 21. Πανελλήνια Ένωση Ιατρών Δημόσιας Υγείας (ΠΕΔΥ) ΕΣΥ
Λ. Αλεξάνδρας 215, 115 23 Αθήνα
 22. Ελληνική Νεογνολογική Εταιρεία, Νεογνολογική Κλινική Α.Π.Θ., Γ.Π.Ν.Θ.
Ιπποκράτειο Νοσοκομείο, Δ/ση: Κων/πόλεως 49, 54642 Θεσσαλονίκη
 23. Ελληνική Εταιρία Περιγεννητικής Ιατρικής, Μιχαλακοπούλου 85, Τ.Κ. 115 28,
Αθήνα
 24. Ελληνική Μαιευτική και Γυναικολογική Εταιρεία, Αλκαίου 10, Τ.Κ. 11528
Αθήνα
 25. Σύνδεσμος Θηλασμού, Δήμητρος 10, Τ.Κ. 153 42 Αγ. Παρασκευή
 26. Διαρκής Ιερά Σύνοδος Εκκλησία της Ελλάδος ,Ι. Γενναδίου 14,11521 Αθήνα
(για ενημέρωση Ι.Μ.)
 27. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών -των, Αρ. Παππά 2, τ.κ. 11521,
Αθήνα,(ενημέρωση Μελών)

28. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών Θεσσαλονίκης, Αλεξ. Σβώλου 40, Τ.Κ. 54621 Θεσσαλονίκη (για ενημέρωση των μελών)
29. Πανελλήνιος Σύλλογος Επισκεπτών –τριών, Παπαρηγοπούλου 15, τ.κ. 10561, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
30. Ένωση Νοσηλευτών Ελλάδας, Βασ. Σοφίας 47, τ.κ. 10676, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
31. Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων – Διατροφολόγων, Πανόρμου 23, τ.κ. 11522 Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
32. Ένωση Διαιτολόγων-Διατροφολόγων Ελλάδος, Μαυροκορδάτου 11, Αθήνα, ΤΚ 10678
33. Σύλλογος Εποπτών Δημόσιας Υγείας, Γλάδστωνος 10, τ.κ.10667, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
34. Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία, Ελ. Βενιζέλου 236, 16341, Ηλιούπολη
35. Συνήγορος του Πολίτη, Χατζηγιάννη Μέξη 5 , 11521 Αθήνα
36. UNICEF Ξενίας 1, 11527 Αθήνα
37. Ε.Ε.Σ. Λυκαβηττού 1, 10672 Αθήνα
38. Ι.Κ.Α. Τμήμα Προληπτικής Ιατρικής, Αγίου Κωνσταντίνου 8, 10241 Αθήνα
39. Γενική Γραμματεία Μέσων Ενημέρωσης – Γενική Γραμματεία Ενημέρωσης και Επικοινωνίας :
 - α) Για λογαριασμό Δημόσιας Τηλεόρασης β) Για λογαριασμό Δημόσιας Ραδιοφωνίας Αλεξάνδρου Πάντου και Φραγκούδη 11, 10163 Αθήνα (δύο (2) αντίγραφα του εγγράφου).
34. MEGA CHANNEL, Λεωφ. Μεσογείων 117 και Ρούσου 4 ,11525 Αθήνα
35. ANTENNA, Κηφισίας 10-12, 15125 Μαρούσι Αττικής
36. ALPHA TV, 40^ο χλμ Αττικής Οδού (Σ.Ε.Α. Μεσογείων , Κτίριο 6) Κάντζα Αττικής
37. STAR CHANNEL, Βιλτανιώτη 36, 14564 Κάτω Κηφισιά Αττικής
38. ΑΘΗΝΑ 9,83 FM, Πειραιώς 100, 11854 Αθήνα
39. ANTENNA 97,2 FM, Κηφισίας 10-123 15125 Μαρούσι Αττικής
40. SKAI 100,3 FM, Φαληρέως 2 και Εθνάρχου Μακαρίου, 18547 Ν: Φάληρο Αττικής.
41. ΕΣΗΕΑ Ακαδημίας 20, 10671, Αθήνα
42. Η Κεντρική Ένωση Επιμελητηρίων Ελλάδος, Ακαδημίας 6, Τ.Κ 10671, Αθήνα
43. Η Εθνική Συνομοσπονδία Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας, Μητροπόλεως 42, Τ.Κ. 10563, Αθήνα
44. Η Γενική Συνομοσπονδία Επαγγελματιών Βιοτεχνών Εμπόρων Ελλάδος (ΓΕΣΕΒΕ) Αριστοτέλους 46, Τ.Κ. 10433, Αθήνα

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ Β' (με συνημμένα)

1. Γενικό Νοσοκομείο «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ». Οργανική Μονάδα της Έδρας «ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ» Βασ.Σοφίας 80, 115 28 Αθήνα
2. Γενικό Νοσοκομείο «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ - ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ Αποκεντρωμένη Οργανική Μονάδα «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ».

- Πλ. Έλενας Βενιζέλου 2, 115021 Αθήνα
3. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο «ΑΤΤΙΚΟΝ»
Ριμινι 1, 124 62 Χαϊδάρι
 4. Γενικό Νοσοκομείο Νίκαιας – Πειραιά
«ΑΓΙΟΣ ΠΑΝΤΕΛΕΗΜΩΝ» - Γ.Ν.Δ.Α. «Η ΑΓΙΑ ΒΑΡΒΑΡΑ»
Οργανική μονάδα της Έδρας «ΑΓΙΟΣ ΠΑΝΤΕΛΕΗΜΩΝ»
Δ. Μαντούβαλου 3, 184 54 Νίκαια
 5. Γενικό Νοσοκομείο Πειραιά «ΤΖΑΝΕΙΟ»
Αφεντούλη και Ζαννή 1, 185 36 Πειραιάς
 6. Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών – Αρεταίειο Νοσοκομείο
Λ. Βασ. Σοφίας 76, 115 28 Αθήνα
 7. Γενικό Νοσοκομείο Ημαθίας
Οργανική Μονάδα της Έδρας Γ.Ν. Βέροιας
Συνοικισμός Παπάγου, 591 00 Βέροια
 8. Γενικό Νοσοκομείο Πέλλας
Οργανική Μονάδα της Έδρας Γ. Ν. Έδεσσας
Τέρμα Εγνατίας, 582 00 Έδεσσα
 9. Γενικό Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης «ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟ»
Κωνσταντινουπόλεως 49, 546 42 Θεσσαλονίκη
 10. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Έβρου
Οργανική Μονάδα της Έδρας Π.Γ.Ν. Αλεξ/πολης
Περιοχή Δραγανά, 681 00 Αλεξανδρούπολη
 11. Γενικό Νοσοκομείο Σερρών
3ο χλμ Εθν. Οδού Σερρών – Δράμας, 621 00 Σέρρες
 12. Γενικό Νοσοκομείο Ξάνθης
Νεάπολη 671 00 Ξάνθη
 13. Γενικό Νοσοκομείο Βόλου «ΑΧΙΛΛΟΠΟΥΛΕΙΟ»
Πολυμέρη 134, 382 22 Βόλος
 14. Γενικό Νοσοκομείο Μεσσηνίας
Οργανική Μονάδα της έδρας Γ. Ν. Καλαμάτας
Αντικάλαμος & 7ο χλμ Καλαμάτας - Τρίπολης, 241 00 Καλαμάτα
 15. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Πατρών «ΠΑΝΑΓΙΑ Η ΒΟΗΘΕΙΑ»
Ρίο Πατρών, 265 04 Πάτρα
 16. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ιωαννίνων
Λ. Σταύρου Νιάρχου, 455 00 Ιωάννινα
 17. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου-
Γενικό Νοσοκομείο «ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ»
α) Οργανική Μονάδα της Έδρας Π. Γ. Ν. Ηρακλείου
Βούτες Ηρακλείου, 710 01 Ηράκλειο
β) Αποκεντρωμένη Οργανική Μονάδα Γ. Ν. «ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ»
Λεωφ. Κνωσσού, Τ.Θ. 44, 710 01 Ηράκλειο Κρήτης
 18. Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Λάρισας- Γενικό Νοσοκομείο Λάρισας
«ΚΟΥΤΛΙΜΠΙΑΝΕΙΟ & ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΕΙΟ»
Αποκεντρωμένη Οργανική Μονάδα Γ.Ν.Λ. «ΚΟΥΤΛΙΜΠΙΑΝΕΙΟ &
ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΕΙΟ»
Τσακάλωφ 1, 412 21 Λάρισα
 19. Κέντρο Υγείας Λιτόχωρου (3η Υ.ΠΕ)
602 00 Πλάκα Λιτόχωρου
 20. Κέντρο Υγείας Σερβίων (3η Υ.ΠΕ)
Αγίου Γεωργίου & Καστανιάς, 505 00 Σέρβια
 21. Κέντρο Υγείας Άργους Ορεστικού (3η Υ.ΠΕ)
Αλιάκμονος 1, 522 00 Άργος Ορεστικό
 22. Κέντρο Υγείας Αιτωλικού (6η Υ.ΠΕ)

- Περιφερειακή Οδός Αιτωλικού – Νεοχωρίου 304 00 Αιτωλικό
23. Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας (2η Υ.ΠΕ)
Λεωφόρος Φανερωμένης, 189 00 Σαλαμίνα
 24. Κέντρο Υγείας Αστ. Τύπου Ν. Καλλικράτειας (4η ΥΠΕ)
Οσίας Παρασκευής, 63080 Νέα Καλλικράτεια, Χαλκιδική
 25. Περιφερειακό Ιατρείο Πλ. Αμερικής. (Κ.Υ. Βύρωνα -1η Υ.ΠΕ)
Φιντίου 19 112 53 Αθήνα
 26. ΠΕΔΥ - Μονάδα Υγείας Αλεξάνδρας (Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου) Λ. Αλεξάνδρας 119, 114 75 Αθήνα
 27. ΠΕΔΥ-Μονάδα Υγείας Πειραιά
Μπουμπουλίνας 7-13, 18535 Πειραιάς
 28. Τοπικό Ιατρείο Ακροπόλεως (ΠΕΔΥ-Μονάδα Υγείας Θεσσαλονίκης- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου)
Ακροπόλεως 21, 546 34 Θεσσαλονίκη
 29. Τοπικό Ιατρείο Τριανδρίας(ΠΕΔΥ-Μονάδα Υγείας Τούμπας- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου)
Μιαούλη 4, 55332 Θεσσαλονίκη
 30. ΠΕΔΥ- Μονάδα Υγείας Λάρισας- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου
Ρούσβελτ 4, 412 22 Λάρισα
 31. ΠΕΔΥ-Μονάδα Υγείας Αγ. Αλεξίου Πατρών- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου, Ιωαννίνων 14, 262 23 Πάτρα
 32. ΠΕΔΥ-Μονάδα Υγείας Ιωαννίνων- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου
Παύλου Μελά 34 451 00 Ιωάννινα
 33. ΠΕΔΥ-Μονάδα Υγείας Ηρακλείου Κρήτης- Σταθμός Προστασίας Μάνας – Παιδιού και Εφήβου 3ο χλμ Εθν. Οδού Ηρακλείου – Μοιρών, Εσταυρωμένος, 715 00 Ηράκλειο Κρήτης

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

1. Γραφ. κ. Υπουργού Υγείας
2. Γραφ. κ. Αν. Υπουργού Υγείας
3. Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (2)
4. Γραφ. κ.κ. Προϊσταμένων Γεν. Δ/νσεων (3)
5. Δ/νσεις και Αυτοτελή Τμήματα του Υπουργείου
6. Γραφ. Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων
7. Δ/νση Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης
8. Δνση Π.Φ.Υ & Πρόληψης
9. Δ/νση Δημόσιας Υγείας

**Ελάτε να γιορτάσουμε μαζί την
Παγκόσμια Εβδομάδα Θηλασμού 2015!**

Η WABA είναι στην ευχάριστη θέση να ανακοινώσει ότι το σύνθημα και το θέμα για την Παγκόσμια Εβδομάδα Θηλασμού 2015 (WBW / ΠΕΘ 2015) είναι: **ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΙΑ: ΑΣ ΤΟ ΚΑΝΟΥΜΕ ΝΑ ΠΕΤΥΧΕΙ!**

Αυτή η χρονιά σηματοδοτεί την 25η Επέτειο της Διακήρυξης Innocenti του 1990, η οποία αποτέλεσε καθοριστικό κατευθυντήριο έγγραφο για τη βελτίωση των πρακτικών μητρικού θηλασμού σε όλο τον κόσμο. Από τους τέσσερις στόχους που υιοθετήθηκαν, ο τέταρτος αποσκοπεί στο «να θεσπιστεί καινοτόμα νομοθεσία για την προστασία των δικαιωμάτων των εργαζομένων γυναικών σε σχέση με το θηλασμό και να θεσπιστούν τα μέσα για την εφαρμογή της". Πάνω από 20 χρόνια μετά, ο στόχος αυτός εξακολουθεί να χρειάζεται ακόμα περισσότερη προσοχή.

Το θέμα της WBW / ΠΕΘ 2015 σχετικά με τις εργαζόμενες γυναίκες και το θηλασμό επαναπροσεγγίζει την εκστρατεία της WBW / ΠΕΘ του 1993 με την πρωτοβουλία για χώρους εργασίας Φιλικούς-Προς-τη-Μητέρα. Πολλά έχουν επιτευχθεί σε 22 χρόνια παγκόσμιας δράσης στήριξης των γυναικών για να συνδυάσουν θηλασμό και εργασία, ιδίως με την έγκριση της αναθεωρημένης Σύμβασης 183 της ΔΟΕ για την Προστασία της Μητρότητας. Ωστόσο, πάνω από 20 χρόνια μετά, η παρακολούθηση της προόδου της βρεφικής και παιδικής διατροφής παγκοσμίως δείχνει ότι ο τέταρτος στόχος της Διακήρυξης Innocenti (1991) εξακολουθεί να είναι ο πιο δύσκολος να επιτευχθεί! Με την εκστρατεία της για την Παγκόσμια Εβδομάδα Θηλασμού 2015, η WABA και οι εταίροι της σε παγκόσμιο, περιφερειακό και εθνικό επίπεδο έχουν ως στόχο να ενδυναμώσουν και να υποστηρίξουν ΟΛΕΣ τις γυναίκες, που εργάζονται τόσο σε επίσημες όσο και ανεπίσημες δομές, να συνδυάσουν επαρκώς την εργασία

Παγκόσμια Εβδομάδα Θηλασμού 2015

Παγκόσμια Συμμαχία για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού (WABA)

Η διατήρηση ισορροπίας ανάμεσα στην εργασία και την οικογενειακή ζωή, που περιλαμβάνει και το θηλασμό, γίνεται ολοένα και πιο απαραίτητη για τα δικαιώματα των γυναικών αλλά και για ένα δυνατό, υγιές και ακμαίο εργατικό δυναμικό και μια καλύτερη κοινωνία. Οι σύγχρονες οικονομικές και εργασιακές συνθήκες αλλάζουν ραγδαία σε ολόκληρο τον κόσμο, με κάποιες θετικές αλλά και πολλές αρνητικές επιδράσεις στην υγεία και τη ζωή των γυναικών, αλλά και των παιδιών και των οικογενειών τους. Όταν συνδυάζονται κατάλληλα η εργασιακή και οικογενειακή ζωή γυναικών και ανδρών, ωφελείται κάθε τομέας της κοινωνίας. Τα οφέλη περιλαμβάνουν την παραγωγικότητα, την εξασφάλιση του οικογενειακού εισοδήματος και της εργασίας, την υγεία και ευημερία των γυναικών και των παιδιών, μακροπρόθεσμα οφέλη για τους εργοδότες καθώς και την κοινωνικοοικονομική ευημερία και σταθερότητα των χωρών.

Επομένως, το θέμα της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Θηλασμού «Ας το κάνουμε να πετύχει», μας αφορά ΟΛΟΥΣ. Μαζί, ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΤΟ ΚΑΝΟΥΜΕ ΝΑ ΠΕΤΥΧΕΙ!

Το 2015 είναι η 25η Επέτειος της Διακήρυξης Innocenti του 1990, με την οποία η διεθνής κοινότητα έθεσε τέσσερις στόχους. Πάνω από 20 χρόνια μετά, όλοι οι στόχοι απαιτούν μεγαλύτερη προσοχή και κυρίως ο τέταρτος στόχος: «να θεσπιστεί καινοτόμα νομοθεσία για την προστασία των δικαιωμάτων των εργαζομένων γυναικών σε σχέση με το θηλασμό και να διασφαλιστούν τα μέσα για την εφαρμογή της».

Η WABA όρισε το 1993 ως θέμα της Παγκόσμιας Εβδομάδας Θηλασμού (WBW/ΠΕΘ) το «Γυναίκες, Εργασία και Θηλασμός» για να συσπειρώσει παγκοσμίως τις δράσεις στην υποστήριξη των γυναικών να συνδυάζουν θηλασμό και εργασία. Πολλά έχουν επιτευχθεί στα 22 αυτά χρόνια, όπως η υιοθέτηση της αναθεωρημένης Σύμβασης με αριθμό 183 του Διεθνούς Οργανισμού Εργασίας (ILO) και της Σύστασης του 2000, με αριθμό 191, για την Προστασία της Μητρότητας, με μεγαλύτερα δικαιώματα για τη μητρότητα και περισσότερες πρωτοβουλίες από τις χώρες για τη βελτίωση της εθνικής νομοθεσίας και των σχετικών πρακτικών τους.

Βλέπουμε επίσης ολοένα και περισσότερους χώρους εργασίας να πιστοποιούνται ως φιλικό προς τη μητέρα και το θηλασμό. Παρά την πρόοδο αυτή, η παρακολούθηση της βρεφικής και παιδικής διατροφής¹ σε παγκόσμιο επίπεδο δείχνει ότι αυτός ο τέταρτος στόχος της Διακήρυξης Innocenti παραμένει ο πιο απαιτητικός.

Επιπλέον, η πρόοδος στο θέμα της υποστήριξης των γυναικών στην αδήλωτη («μαύρη») εργασία, προκειμένου να θηλάσουν, είναι ελάχιστη. Είναι καιρός να αναγνωρίσουμε πλήρως, να προστατέψουμε και να υποστηρίξουμε τη μη αμειβόμενη εργασία που προσφέρουν οι γυναίκες σε όλον τον κόσμο με τη φροντίδα και τον θηλασμό.

Το 2015 επίσης σηματοδοτεί την υιοθέτηση των Στόχων Αειφόρου Ανάπτυξης (SDGs/ ΣΑΑ). Οι ΣΑΑ θα πρέπει να περιλαμβάνουν έναν «δείκτη στόχου αποκλειστικού θηλασμού» προκειμένου να εντάξουν τον θηλασμό με ισχυρό τρόπο στον χώρο της παγκόσμιας υγείας και διατροφής και ο θηλασμός να λειτουργεί ως αντιπροσωπευτικός δείκτης για την παρακολούθηση του επιπέδου της προστασίας της μητρότητας σε εθνικό επίπεδο.

Στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Θηλασμού (WBW/ΠΕΘ):

Η υποστήριξη των γυναικών προκειμένου να συνδυάσουν την εργασία με τη μητρότητα είναι ένα σύνθετο και πολυεπίπεδο έργο, που απαιτεί διάφορες προσεγγίσεις και αφορά μια πληθώρα φορέων με κοινούς στόχους.

Ως εκ τούτου, οι στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Θηλασμού 2015 είναι:

1) Να κινητοποιηθεί υποστήριξη από όλους τους τομείς και σε διάφορα επίπεδα, ώστε να μπορέσουν οι γυναίκες, όπου κι αν βρίσκονται, να εργαστούν και να θηλάσουν.

- 2) Να προωθηθούν δράσεις από τους εργοδότες για να γίνουν φιλικόι προς την οικογένεια, τους γονείς, τα μωρά και προς τη μητέρα ώστε να διευκολύνουν ενεργά και να υποστηρίξουν τις εργαζόμενες γυναίκες να συνεχίσουν το θηλασμό.
- 3) Να ενημερωθεί το κοινό για τις τελευταίες εξελίξεις σχετικά με τα δικαιώματα προστασίας της μητρότητας παγκοσμίως και να υπάρξει ευαισθητοποίηση σχετικά με την ανάγκη ενίσχυσης της σχετικής εθνικής νομοθεσίας και την εφαρμογής της.
- 4) Να ενισχυθούν, διευκολυνθούν και προβληθούν πρακτικές οι οποίες βοηθούν τις γυναίκες που εργάζονται σε αδήλωτη («μαύρη») εργασία, να θηλάσουν.
- 5) Να υπάρξει συνεργασία με καίριες ομάδες, π.χ. με σωματεία εργαζομένων, συνδικαλιστικά όργανα, ομάδες γυναικών και ομάδες νέων, για την προστασία, στο χώρο εργασίας, των δικαιωμάτων των γυναικών σε σχέση με το θηλασμό.

Πολιτικές υποστήριξης της μητρότητας και της εργαζόμενης οικογένειας:

«παρά την κάποια πρόοδο, περισσότερες από 800 εκατομμύρια γυναίκες εργαζόμενες σε όλο τον κόσμο, δηλαδή το 41%, δεν απολαμβάνουν ακόμα επαρκή προστασία της μητρότητας. Επίσης τα ποσοστά των ανδρών που λαμβάνουν γονεϊκή άδεια είναι χαμηλά. Δεν θα μπορούσαμε να σχεδιάσουμε πολιτικές προστασίας της μητρότητας και της εργαζόμενης οικογένειας που να λαμβάνουν υπ' όψιν τους και να υποστηρίζουν την ισότητα των φύλων;»²
Guy Ryder, Γενικός Διευθυντής του ΔΟΕ, 2015

Ποιος Ωφελείται από την Προστασία της Μητρότητας στην Εργασία:

Όλοι ωφελούνται από τα μέτρα που λαμβάνονται για την προστασία της μητρότητας στην εργασία!

- Οι μητέρες και τα μωρά είναι πιο υγιή, πιο χαρούμενα, πιο ξεκούραστα και λιγότερο στρεσαρισμένα. Βελτιωμένη υγεία, τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα.
- Ολόκληρη η οικογένεια ωφελείται από την προστασία που εισπράττει η γυναίκα σε σχέση με την εξασφάλιση της εργασίας της, τα οικονομικά και ιατρικά οφέλη και την ηρεμία που απολαμβάνει γνωρίζοντας ότι μπορεί να παραμείνει με το νεογέννητό της και να ανακτήσει της δυνάμεις της.
- Οι πατέρες και οι σύντροφοι ωφελούνται από το ότι μπορούν να συμμετέχουν ισότιμα στην ανατροφή του παιδιού και να μοιραστούν τις γονεϊκές και πατρικές άδειες.
- Τα μωρά αρρωσταίνουν λιγότερο συχνά με αποτέλεσμα τόσο οι οικογένειες όσο και τα κράτη να έχουν λιγότερα ιατροφαρμακευτικά έξοδα και μικρότερα ποσοστά παθολογικών καταστάσεων και θνησιμότητας.
- Οι εργοδότες ωφελούνται από το ότι έχουν πιο ικανοποιημένο και αποδοτικό εργατικό δυναμικό, λόγω των μειωμένων απουσιών του προσωπικού, της αυξημένης πίστης του προσωπικού προς την επιχείρηση και του μικρότερου ποσοστού

αντικατάστασης του προσωπικού. Τα προγράμματα προστασίας του θηλασμού έχει αποδειχτεί ότι αποδίδουν. Ας επενδύσουμε σε αυτά³!

• Τα κράτη ενισχύουν τόσο την κοινωνική ισότητα όσο και το ανθρώπινο δυναμικό, τον πλούτο και την ευημερία της κοινωνίας με το να προστατεύουν τις εργαζόμενες γυναίκες και να διευκολύνουν την άσκηση των δικαιωμάτων τους ως μητέρων!⁴

Επίσημος, οργανωμένος τομέας

Επίπεδο προστασίας μητρότητας (ΠΜ) παγκοσμίως

Συχνά σκεφτόμαστε την ΠΜ κυρίως σε επίπεδο άδειας μητρότητας, ωστόσο πρόκειται για πολλά περισσότερα πέρα από αυτό. Η ΠΜ περιλαμβάνει τους επτά τομείς:

- (1) πλαίσιο
- (2) άδεια μητρότητας,
- (3) επιδόματα/χρηματικά οφέλη μητρότητας,
- (4) ιατροφαρμακευτική περίθαλψη,
- (5) προστασία της εργασίας και αποφυγή διακρίσεων,
- (6) διαλείμματα για θηλασμό και
- (7) υποδομές για το θηλασμό.

Σύμφωνα με το Διεθνή Οργανισμό Εργασίας, το 2012 λιγότερο από το ένα τρίτο των χωρών κάλυπταν με την εθνική τους νομοθεσία δύο από τις επτά προβλέψεις της υπ' αριθμόν 183 Σύμβασης του Διεθνούς Οργανισμού Εργασίας. Αυτές περιλαμβάνουν τη διάρκεια της άδειας μητρότητας τα χρηματικά επιδόματα και τους τρόπους καταβολής.⁵

Σε ό,τι αφορά τη διάρκεια της άδειας, η πλειοψηφία των χωρών (85%) παρέχουν 12 εβδομάδες ή περισσότερο, σε συμφωνία με τις Συμβάσεις του Διεθνούς Οργανισμού Εργασίας υπ' αριθμόν 3 και 103, αλλά ΜΟΝΟ το 53% αυτών των χωρών παρέχει περισσότερες από 14 εβδομάδες όπως ορίζεται στην υπ' αριθμόν 183 Σύμβαση του Διεθνούς Οργανισμού Εργασίας. Λιγότερες από 20 χώρες παρέχουν τουλάχιστον 6 μήνες αμέσως μετά τον τοκετό, διάστημα που χρειάζεται για τον αποκλειστικό θηλασμό (δείτε τον χάρτη για συνολική εικόνα, παγκοσμίως).

Τα νομοθετημένα διαλείμματα για θηλασμό συναντώνται περισσότερο, με 122 από τις 182 χώρες να έχουν τέτοια πρόβλεψη, αλλά λιγότερες χώρες παρέχουν διαλείμματα μετ' αποδοχών (114 από τις 182)⁶.

Ακόμα και το να λάβει μια μητέρα τα νόμιμα διαλείμματα είναι δύσκολο και εξαρτάται από την αποτελεσματική εφαρμογή του νόμου, το περιβάλλον εργασίας και τη στάση των εργαζομένων. Παγκοσμίως, αυτή η πρόβλεψη έχει προχωρήσει πολύ δειλά από το 1995 με μόνο 15 επιπλέον χώρες να εγγυώνται την παροχή των διαλειμμάτων⁷.

1. World Breastfeeding Trends Initiative, WBTi 2012 Αναφορά IBFAN.

2. «Το μέλλον της εργασίας πρέπει να αντιμετωπιστεί σε σχέση με το μέλλον των γυναικών στην εργασία» Δήλωση του Guy Ryder, Γενικού Διευθυντή του Διεθνούς

Οργανισμού Εργασίας με την ευκαιρία της Διεθνούς Ημέρας Της Γυναίκας, 8 Μαρτίου 2015.

3. The Business Case for Breastfeeding – Worksite Lactation Support – http://everymother.org/worksite_lactation_support.php

4. <http://ibfan.org/ips/IBFAN-Statement-on-Maternity-Protection-at-Work.pdf>

5. Working Conditions Laws Report 2012, σελ. 37

6. http://www.waba.org.my/whatwedo/womenandwork/pdf/mp_chart_2015_updated-Feb%202015.pdf

7. Atabay, Moreno, Nandi et al (2014). Facilitating working mothers' ability to breastfeed: global trends in guaranteeing breastfeeding breaks at work, 1995-2014

Τι Χρειάζονται οι Γυναίκες για Επαρκή Προστασία της Μητρότητας

Τα διαστήματα εργασίας των γυναικών διαφέρουν πάρα πολύ και σε σχέση με το αν πρόκειται για επίσημη εργασία ή αδήλωτη («μαύρη») εργασία. Ως εκ τούτου, ένα γενικότερο πλαίσιο που υποστηρίζεται από το 1993 για ΧΡΟΝΟ • ΧΩΡΟ • ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ συνεχίζει να αποτελεί τους κεντρικούς παράγοντες για έναν αποτελεσματικό **Εργασιακό χώρο Φιλικό προς τη Μητέρα και το Μωρό/ Γονέα ή Φιλικό προς την Οικογένεια/ τον Θηλασμό.**

ΧΡΟΝΟΣ

1. Έξι μήνες άδεια μητρότητας με αποδοχές μετά τον τοκετό για την υποστήριξη του αποκλειστικού μητρικού θηλασμού. Καθώς και επαρκή άδεια με αποδοχές πριν από τον τοκετό. Όπου η άδεια είναι μικρότερη, οι γυναίκες χρειάζονται μέσα ώστε να παρατείνουν την περίοδο της άδειάς τους ώστε να μπορούν να είναι με τα μωρά τους, συνδυάζοντας πλήρως άδεια μετ' αποδοχών, άνευ αποδοχών ή οποιαδήποτε άλλη μορφή άδειας.

2. Επιπλέον άδεια με αποδοχές για μητέρες πρόωρων ή άλλων ευάλωτων βρεφών, οι οποίες μπορεί να χρειάζονται επιπλέον χρόνο για ιδιαίτερη φροντίδα, καθώς και για να αντλούν και να παρέχουν το ζωτικής σημασίας μητρικό γάλα στα μωρά τους.

3. Ένα ή περισσότερα διαλείμματα με αποδοχές για θηλασμό ή μείωση των ημερήσιων ωρών εργασίας για να θηλάζει μια μητέρα το παιδί της.

4. Ευέλικτο ωράριο εργασίας για θηλασμό ή άντληση μητρικού γάλακτος, όπως εργασία με ημιαπασχόληση, μεγαλύτερα διαλείμματα, επιμερισμός εργασίας ή οποιαδήποτε άλλη τέτοια εναλλακτική επιλογή.

ΧΩΡΟΣ / ΕΓΓΥΤΗΤΑ

1. Βρεφικοί και παιδικοί σταθμοί στον χώρο εργασίας ή κοντά σ' αυτόν και μετακίνηση των μητέρων ώστε να είναι με τα μωρά τους. Για εργασία στην ύπαιθρο ή για τις εποχιακές εργασίες οι γυναίκες θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν κινητές μονάδες φροντίδας παιδιών ή επιμερισμό της φροντίδας των παιδιών και ανάθεση σε

τροφό ανάλογα και με τις πρακτικές που είναι κοινωνικά αποδεκτές στην κάθε περιοχή.

2. Ιδιωτικές εγκαταστάσεις για άντληση και αποθήκευση του μητρικού γάλακτος. Μπορεί να είναι ένα δωμάτιο θηλασμού, μια γωνία ή οποιοσδήποτε ασφαλής χώρος κοντά ή μέσα στο χώρο εργασίας.

3. Ένα καθαρό περιβάλλον εργασίας απαλλαγμένο από επικίνδυνα απόβλητα και χημικές ουσίες.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

1. Πληροφορίες σχετικά με την εθνική νομοθεσία για τη μητρότητα και τα επιδόματα, καθώς και τις διατάξεις για τη μητρότητα που προβλέπονται στον χώρο εργασίας ή τους ευρύτερους τομείς της, οι οποίες ενδεχομένως να είναι ευνοϊκότερες από την εθνική νομοθεσία και πρακτική.

2. Υποστήριξη από τους εργοδότες, τη διοίκηση, τους προϊσταμένους και τους συναδέλφους με τη μορφή της θετικής στάσης απέναντι στην εγκυμοσύνη, τη μητρότητα και τον θηλασμό σε δημόσιο χώρο.

3. Πληροφορίες σχετικά με την υγεία των γυναικών κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού, προκειμένου να είναι σε καλύτερη θέση να συνδυάσουν την εργασία με τον θηλασμό και τις ανάγκες της φροντίδας των παιδιών τους.

4. Υποστήριξη από σωματεία εργαζομένων ή συνδικαλιστικές οργανώσεις, είτε από τον δικό τους εργασιακό τομέα είτε από μεγαλύτερα εθνικά συνδικάτα.

5. Ασφάλεια για τη διατήρηση της εργασίας και έλλειψη διακρίσεων για λόγους μητρότητας και θηλασμού.

ΑΛΚΥΟΝΗ: ΕΘΝΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ “ΣΗΜΕΙΩΝ ΦΙΛΙΚΩΝ ΓΙΑ ΤΟΝ ΘΗΛΑΣΜΟ”

Το Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού – ΝΠΙΔ εποπτευόμενο από το Υπουργείο Υγείας – πραγματοποίησε το 2009 την πρώτη Εθνική Μελέτη Μητρικού Θηλασμού, στην οποία καταγράφονται η συχνότητα θηλασμού στην χώρα μας και οι προσδιοριστικοί παράγοντες για την επίτευξη του μητρικού θηλασμού. Παρά λοιπόν το γεγονός του υψηλού ποσοστού πρόθεσης για θηλασμό τις πρώτες ημέρες μετά την γέννηση, που φτάνει στο 89%, τα ποσοστά πέφτουν στο 21% τον πρώτο, 11% τον τρίτο και 0,9% τον 6^ο μήνα.

Το πρόγραμμα «ΑΛΚΥΟΝΗ: ΕΘΝΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ» έχει ως στόχο την ανάπτυξη στρατηγικής για την αύξηση του ποσοστού και της διάρκειας του μητρικού θηλασμού στην χώρα μας.

Για την υλοποίηση του στόχου αυτού, γίνεται προσπάθεια προκειμένου να συγκεντρωθούν διευθύνσεις χώρων (εμπορικά καταστήματα και εμπορικά κέντρα, χώροι εστίασης, βιβλιοπωλεία, χώροι ένδυσης-υπόδησης, καφέ, φαρμακεία και ιατρεία) που υποστηρίζουν τον μητρικό θηλασμό.

Εάν επιθυμείτε να συμμετέχετε και εσείς σε αυτή την προσπάθεια, μπορείτε να επισκεφτείτε την ηλεκτρονική σελίδα της ΑΛΚΥΟΝΗΣ (www.epilegothilasmos.gr) να εκτυπώσετε το ειδικό σήμα «ΝΑΙ Επιλέγω Θηλασμό» και να το αναρτήσετε σε εμφανές σημείο του καταστήματός σας.

Παρακαλούμε να συμπληρώσετε τα στοιχεία σας και να τα στείλετε με e mail στο alkyoni.thilasmos@ich.gr ή τηλεφωνικά (210 7701557, κα Σούλη) ώστε να γνωστοποιηθούν στο ενδιαφερόμενο κοινό και να αναρτηθούν στην εφαρμογή (app) που πρόκειται να δημιουργηθεί, με τα “Σημεία Φιλικά για τον Θηλασμό” σε όλη την χώρα. :

ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ:

ΛΟΓΟΤΥΠΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ :

ΟΝΟΜΑ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ:

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ: (οδός, αριθμός, Τ.Κ., δήμος, πόλη, περιφέρεια)

.....

ΕΜΠΟΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ:

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: (σταθερό – κινητό)

EMAIL:



Δήλωση

«Λαμβάνοντας γνώση του προγράμματος «**ΑΛΚΥΟΝΗ: Εθνική Πρωτοβουλία Προαγωγής του Μητρικού Θηλασμού**» και των υποχρεώσεων στο πλαίσιο αυτού, δηλώνω με την παρούσα αίτησή μου, ότι επιθυμώ ως εκπρόσωπος της προαναφερθείσας εμπορικής επιχείρησης, να συμμετάσχω συμβάλλοντας στη προαγωγή του μητρικού θηλασμού στους χώρους του καταστήματός μου (εσωτερικούς και εξωτερικούς) διευκολύνοντας την ασφαλή, άνετη, διακριτική και ανεμπόδιστη πρόσβαση για την υποστήριξη της διαδικασίας του θηλασμού μητέρας- βρέφους. Επίσης, αναλαμβάνω την ανάρτηση του ειδικού σήματος σε εμφανή χώρο της επιχείρησης.»

Ο/Η αιτών / αιτούσα

Υπογραφή

Για οποιαδήποτε πληροφορία ή πιθανή υποστήριξη με υλικό (φυλλάδια, αφίσες....) μπορείτε να επικοινωνήσετε στο τηλ. 210- 77 01 557 και 210- 77 99 244, κ. Σούλη ή με e mail (alkyoni.thilasmos@ich.gr)

ΝΑΙ

Επιλέγω Θηλασμό

[Χώρος φιλικός
προς τις μητέρες
που θηλάζουν]

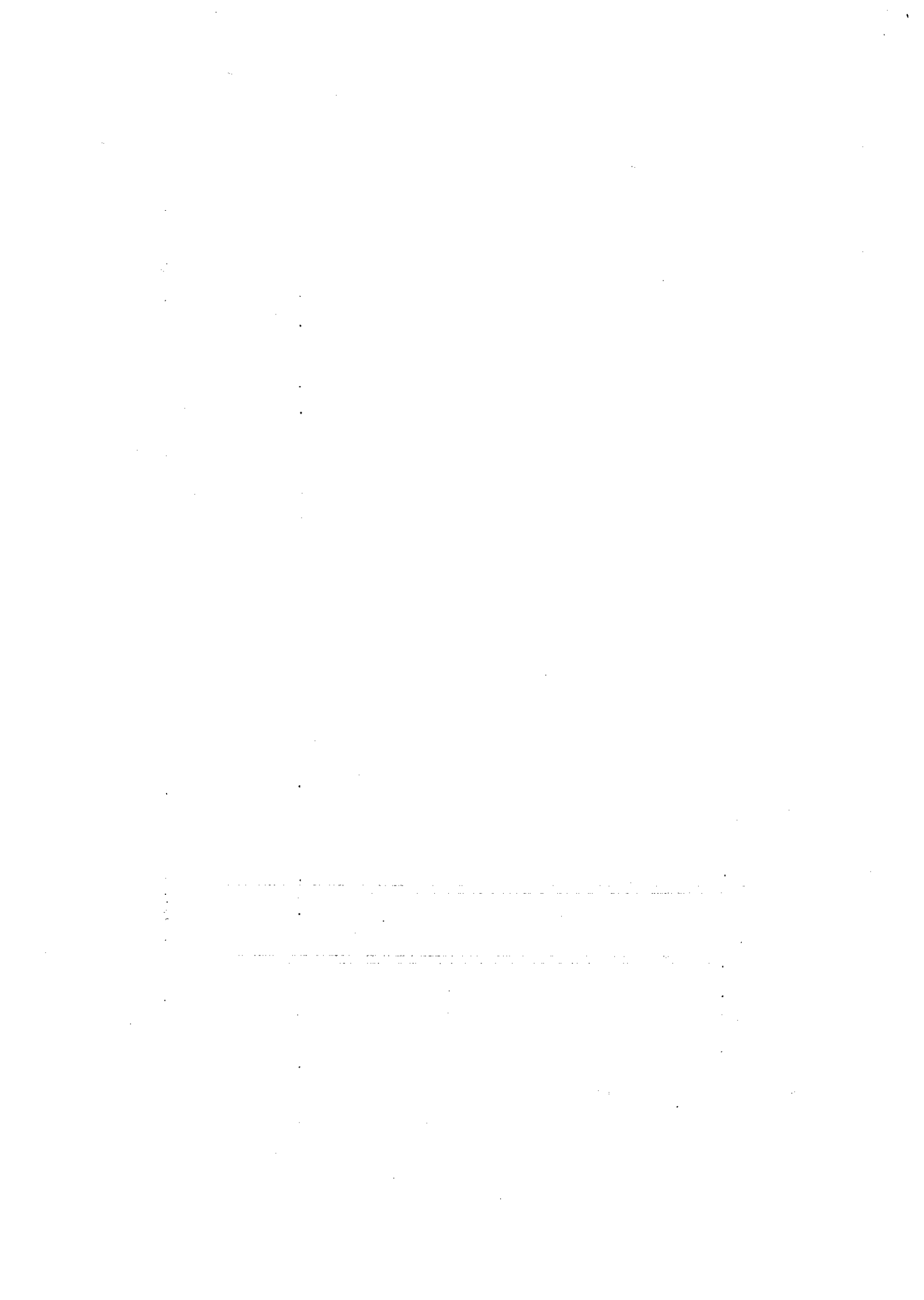
www.epilegothilasmogr.gr



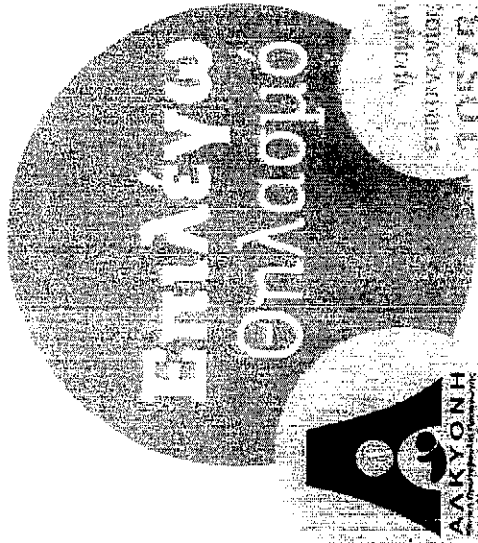
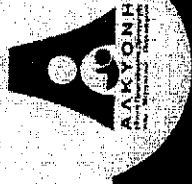
Στόχος
Φιλικό θηλασμό
Εμπόνομο/η
Πρόσβαση
Θηλαστικό

Επιλέγω Θηλασμό είναι η επιλογή να θηλάξω το μωρό μου
στην ασφαλή και φιλική προς τις μητέρες που θηλάζουν
περιβάλλοντα θηλαστικού. Επιλέγω Θηλασμό
είναι η επιλογή να θηλάξω το μωρό μου στην ασφαλή
και φιλική προς τις μητέρες που θηλάζουν περιβάλλοντα.

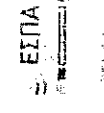
45



ΕΠΙΛΕΞΟ
 ΟΠΛΟΝ



WWW.EPEPE.GR



ΕΠΕΠΕ

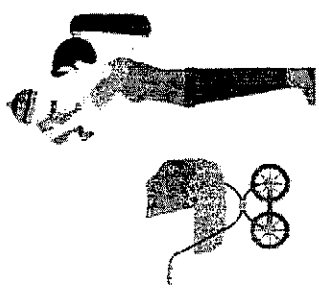
ΕΠΕΠΕ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΕΡΟΣΕΛΕΚΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ
 ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗΣ
 ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
 ΣΟΦΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΤΡΩΝ 85
 11527 ΑΘΗΝΑ

www.epepe.gr

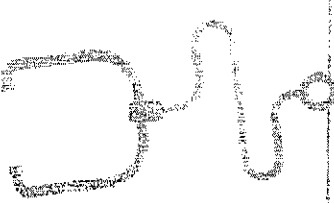
ΕΠΕΠΕ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΕΡΟΣΕΛΕΚΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ
 ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗΣ
 ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
 ΣΟΦΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΤΡΩΝ 85
 11527 ΑΘΗΝΑ



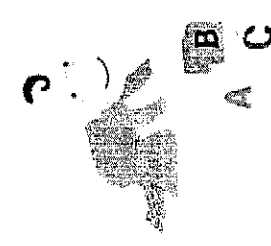
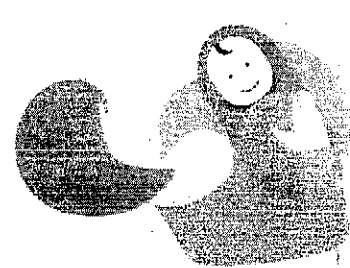
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ



- ▶ Το μητρικό γάλα είναι η ιδανική τροφή για το μωρό μου.
- ▶ Εντοκίει τον ψυχο-συναισθηματικό μας δεσμό.
- ▶ Μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης κάποιων μορφών γυναικολογικού καρκίνου.
- ▶ Με βοηθά να χάσω το σωματικό βάρος της εγκυμοσύνης.

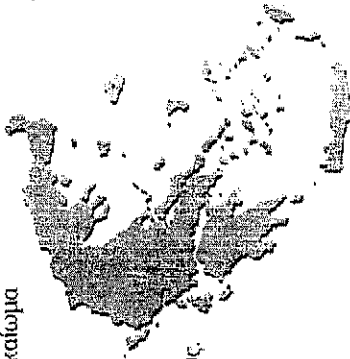


- ▶ Το μητρικό γάλα έχει την ιδανική αναλογία θρεπτικών συστατικών που προσαρμόζονται στις ανάγκες του παιδιού.
- ▶ Βοηθάει το ανοσοποιητικό σύστημα των παιδιών και προάγει την υγεία τους.
- ▶ Προάγει την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών.

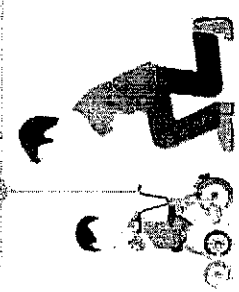


- ▶ Το μητρικό γάλα είναι η ιδανική τροφή για μένα.
- ▶ Με προστατεύει από λοιμώξεις.
- ▶ Με προφυλάσσει από το παιδικό άσθμα και την αιμοτική δερματίτιδα.
- ▶ Μειώνει τις πιθανότητες για παχυσαρκία και σακχαρώδη διαβήτη τύπου 1.
- ▶ Κάθε φορά που θηλάζω νιώθω πιο η μαμά μου φροντίζει για μένα.

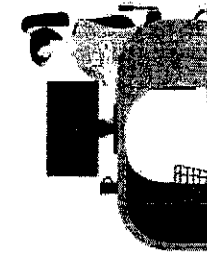
- ▶ Ο μητρικός θηλασμός είναι δικαίωμα κάθε παιδιού.
- ▶ Αποτελεί δείγμα πολιτισμού.
- ▶ Προάγει τη δημόσια υγεία.
- ▶ Προστατεύει το περιβάλλον.
- ▶ Εξοικονομεί δημόσιους πόρους.
- ▶ Μειώνει τις ασφαλιστικές δαπάνες.



Μητρικός Θηλασμός: Είναι ο δρόμος της φύσης...



- ▶ Το μητρικό γάλα είναι ό,τι καλύτερο για το παιδί μας.
- ▶ Νιώθω ότι υποστηρίζω τη συντροφιά μου και φροντίζω για την οικογένειά μας.
- ▶ Μειώνει αισθητά τα έξοδα της οικογένειάς.



- ▶ Ο μητρικός θηλασμός μειώνει τις γονικές άδειες.
- ▶ Είναι χρέος μου να υποστηρίξω τις εργαζόμενες μητέρες που θηλάζουν.





ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΙΑΓΩΓΙΚΗΣ

Προσκαλούμε τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς

Η «ΑΔΙΚΥΟΝΗ» είναι το Εθνικό Πρόγραμμα Προαγωγής του Μητρικού Θηλασμού το οποίο υλοποιείται από το Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού» (ΕΠ.ΑΝ.Α.Δ.) 2007-2013 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.) και από Εθνικούς Πόρους.

www.epilegothilasmogri.gr

Στόχος του Προγράμματος είναι η προώθηση του μητρικού θηλασμού στη χώρα μας μέσω από άρτια εκπαιδευμένων στην επιστήμη της θηλαστικής επαγγελματιών που εμπλουτίζουν και την γνώση των μητέρων του θηλασμού και την ευγνώμη των επαγγελματιών υγείας.

Η ανάγκη αποτυπώθηκε στην Εθνική Μελέτη και έρευνα για θηλαστική και προαγωγή της θηλαστικής του μητρικού θηλασμού, που περιέχει δεδομένα σχετικά με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες που θηλάζουν τα παιδιά τους. Είναι πολύ το υψηλό ποσοστό πρόθεσης για θηλαστικό ως πρώτος ή δεύτερος θηλαστικό που φτάνει στο 89%, το ποσοστό υποκειμενικού μητρικού θηλασμού πέφτει στο 2,9% του πρώτου, 17% του δεύτερου και 0,9% του τρίτου μήνα.

Υποστηρίζεται ότι ο Παιδικός Οργανισμός Υγείας μπορεί όμοια αποτελεσματικά μέτρα να θηλαστικό για τους εργαζόμενους γονείς (για την κοινωνική δικαιοσύνη) για τη βροχή.



www.epilegothilasmogri.gr

www.epilegothilasmogri.gr

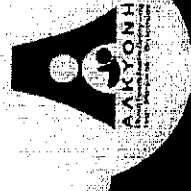
www.epilegothilasmogri.gr

↑ louder than here



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΙΑΓΩΓΙΚΗΣ

Επιλέγω Θηλασμό



Προώθηση
της θηλαστικής

10+1
βήματα



www.epilegothilasmogri.gr

www.epilegothilasmogri.gr

www.epilegothilasmogri.gr

(20)

10+1 βήματα

Τηλεφωνικό γράμμα
υποστήριξης μητρικού
θηλαστικού

10525

1 Κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μου ενημερώνομαι από έγκυρες πηγές για τον μητρικό θηλασμό.

2 Ενημερώνω τον γιατρό και τη μαία ότι θέλω να θηλασώ και ζητώ την υποστήριξή τους.

3 Ζητώ να βάλω το μωρό στο στήθος μου αμέσως μετά τον τοκετό.

4 Κατά την παραμονή μου στο μαιευτήριο έχω πάντα το μωρό στα δωμάτιά μου.

5 Ανδυνώζω τα σημάδια πείνης του, ώστε να το βάζω στο στήθος μου εγκαίρως και όσο είναι ακόμη ήρεμο.

6 Βάζω το μωρό στο στήθος μου όσο συχνά και για όσο χρόνο αυτό επιθυμεί.

7 Βεβαιώνω ότι παίρνει σωστά το στήθος ή για μία βδομάδα και για τους δύο.

8 Δίνω μόνο μητρικό γάλα, εκτός εάν ο παιδίατρος κρίνει ότι υπάρχει ιατρική ένδειξη για συμπληρωματική διατροφή.

9 Αποφεύγω τη χρήση μπιλίας ή άλλων θηλών τις πρώτες 40 μέρες της ζωής του μωρού μου.

10 Κατά την επιστροφή στο σπίτι επικεντρώνομαι στη φροντίδα και τη διατροφή του.

Επιλέγω Θηλασμό

11

Ζητώ υποστήριξη και βοήθεια:

από τον σύζυγό μου, την οικογένειά μου και αν υπάρχει, λόγος από επαγγελματίες υγείας.

