

MAMILA - na dojčenie záleží

Pomôžte nám v tom pokračovať.

Venujte 2 % z daní MAMILE.

www.mamila.sk



Výročná správa občianskeho združenia

MAMILA

za rok 2015

www.mamila.sk



MAMILA V ROKU 2015

- 300 certifikovaných poradkýň pri dojčení
- 780 účastníkov rôznych kurzov MAMILY
- 268 členov o. z. MAMILA
- tisícky mamičiek, ktoré sa ročne stretnú s poradkyňou pri dojčení

FACEBOOK

- 9000 fanúšikov dojčenia na FB
- 5-8 príspevkov denne
- 500 nových „lajkov“ mesačne

DOJČENIE

- 50 000 detí sa narodí každý rok
- 98 % matiek začne dojčiť
- 92 % matiek má problém s dojčením
- 69 % matiek sa snaží hľadať pomoc
- 50 % detí sa aspoň čiastočne dojčia do konca 6. mesiaca
- 25 000 už v 6. mesiaci nie je dojčených

WWW.MAMILA.SK

- 80 000 návštevníkov mesačne
- 100 zodpovedaných otázok mesačne v internetovej poradni dojčenia
- 3500 odpovedí o dojčení v databáze internetovej poradne dojčenia
- 250 článkov o dojčení na rôzne témy



Pomáhať dojčeniu a podporovať dojčenie znamená meniť celú spoločnosť. V spoločnosti, ktorá dojčenie podporuje, sa kladie základný kameň pre zdravie bábätiok a detí a posilňuje sa zdravie žien. Znamená to ušetriť veľké množstvo financií v zdravotníctve do budúcnosti. Znamená to posilniť sebavedomie matiek, ktoré úspešné dojčenie naplňa pocitom dôvery v samé seba a istotou, že sa dokážu o svoje deti starať. Znamená to budovanie toho najlepšieho základu pre vzťahy v rodine a pre psychické zdravie. Znamená to novú generáciu matiek a detí, ktoré budú dojčenie považovať za normálny,



**fyziológický
a nenahraditeľný
spôsob starostlivosti
o deti, pri ktorom ide
o viac než len
o materské mlieko.**

V súčasnosti sú každý rok tisíce matiek sklamané, frustrované, zúfalé a ich túžba dojsť svoje dieťaťko sa rozplynie, pretože napriek tomu, že dojčenie považovali za prirodzené a intuitívne, narazia v živote na prekážky, ktoré im dojčenie znemožnia: narážajú na neznalosť, nevedecké informácie, nechotu, nedostatok času a pomoci, nedocenenie, odsudzovanie, bagatelizovanie dojčenia, zastrasovanie, vnucovanie umelej výživy, všade prítomnú reklamu na umelú výživu, nedostatok pozitívnych vzorov ako aj na priepasť medzi generáciou súčasných bábätiok, ktoré nedojčili, a generáciou súčasných matiek, ktoré sa o dojčenie znovu pokúšajú. **Občianske združenie MAMILA sa snaží vyplniť tento priestor medzi túžbou matiek dojsť a zdrvivou realitou, s ktorou sa stretávajú.**

Sme presvedčení, že nie je jedno, či matky dojčia alebo nedojčia. Na dojčení záleží. A podávame im pomocnú ruku, aby dojčenie mohlo byť úspešné. **Nestačí sa len rozhodnúť dojsť, matky potrebujú pomoc a podporu.**



Ako s naším odborným garantom a členom správnej rady spolupracujeme so svetovo uznávaným odborníkom na dojčenie, kanadským pediatrom **dr. Jackom Newmanom**. Je poradcom pre UNICEF pre Iniciatívu nemocníc priateľských k deťom (BFHI) v Afrike. Mnohé z jeho prezentácií nájdete na našej webovej stránke www.mamila.sk.

V roku 2015 bola **MAMILA zaradená na zoznam skupín podporujúcich matky organizáciou IBLCE**, ktorá na medzinárodnej úrovni združuje laktačné poradkyne. V praxi to znamená, že lekári, prípadne iní ľudia, ktorí majú určité zdravotnícke vzdelanie, majú možnosť na základe absolvovania

Názov organizácie:
MAMILA, o. z.

Právna forma:
občianske združenie

IČO: 36064513
DIČ: 2021800935

RNDr. Viera Červená, FCP
predsedníčka o. z. MAMILA a
štatutárny zástupca

0911 940 760
dojcenie@mamila.sk

Bankové spojenie v SR v EUR:
2800344839/8330 (FIO banka)
IBAN:
SK4683300000002800344839
BIC kód/SWIFT: FIOZSKBAXXX

Účet v ČR v Kč:
2200344827/2010 (FIO banka)

**Rozhodnutie dojsť niekedy nestačí.
Potrebujete aj podporu a pomoc.**

Bankové spojenie:
2800344839/8330 (FIO banka)
IČO: 360 645 13

Sídlo: Čajkovského 6333/48
917 08 Trnava

www.mamila.sk
dojcenie@mamila.sk

**Vďaka MAMILE dojsť,
vdaka vašim 2 % budú dojsť
aj ďalšie matky.**

Slávka Halčíková



Recognised Mother Support Counsellor Organisations

The term "mother support counsellor" is used by IBLCE to identify individuals who obtain their lactation care experience in one of the following ways:

- Volunteer, accredited mother-to-mother breastfeeding support counsellors such as La Leche League Leaders and Australian Breastfeeding Association Counsellors
- Paid or volunteer mother support counsellors who work within a health care delivery organisation such as a hospital, birth centre or community clinic

The Mother Support Counsellor Organisation must provide:

- structured training programs for their counsellors which includes comprehensive education in breastfeeding and lactation management
- a Code of Ethics or Professional Conduct
- structured supervision for counsellors, with an appropriate level of training
- a continuing education program for counsellors

IBLCE understands that not every mother support counsellor organisation which meets these criteria may be on this list.

The following organisations meet the criteria established by IBLCE to define recognised breastfeeding support counsellor organisations.

- | | |
|--|---|
| • Amningshjälpen | • La Leche League International (LLL) |
| • Australian Breastfeeding Association (ABA) | • MAMILA |
| • BACE – Nursing Mother's Council | • Mother-2-Mother – Taiwan |
| • Birth Centre | • National Childbirth Trust |
| • Breastfeeding Mothers' Support Group - Singapore | • Nursing Mothers Alliance |
| • Breastfeeding USA | • Nursing Mothers Counsel |
| • Chocolate Milk Café | • Nourri Source |
| • Community Clinic | • Nourri Lait |
| • Hospital | • Nursing Mothers Advisory Council (NMAC) |
| • Lactation Care Clinic/Practice | • Primary Care Practitioner's Practice/Office |

If you work or volunteer for an organisation that is not represented on this list, please contact the IBLCE office that serves your country of residence by using the form found on the Contact IBLCE page of the IBLCE website.

nášho kurzu možnosť zložiť u nich skúšky a získať titul IBCLC (medzinárodne uznávaný titul laktačnej poradkyne).

Občianske združenie MAMILA bolo poradkyňami pri dojení **založené v roku 2002**, hoci prvé aktivity podpory dojčenia organizovali už roky predtým. Už viac ako 13 rokov pomáhame mamičkám s dojením. **Orgánmi združenia** sú Správna rada a ako poradný orgán Výkonný výbor a Valné zhromaždenie. Správna rada je tvorená predsedom a dvoma podpredsedami, ktorí sa často spoločne stretávajú a riešia aktuálne úlohy pre zlepšenie pomoci dojčiacim matkám a podpory dojčenia, rovnako ako podnety a návrhy, ktoré dostane. Okrem toho od roku 2015 funguje popri Správnej rade aj Výkonný výbor, ktorý so Správnu radou konzultuje a pomáha chodu MAMILY. Výkonný výbor tvoria v súčasnosti 4 členovia. V MAMILI sa v roku 2015 vytvorila aj pracovná skupina pre otázky témy nosenia detí. Koncom roku 2015 sa členkou stala nášho pracovného tímu a má na starosti fundraising a rozličné činnosti týkajúce sa

fungovania MAMILY a komunikácie s členkami.

V roku 2015 sme sa zúčastnili viacerých školení napríklad pre zefektívnenie používania sociálnych sietí, školenia o účtovníctve či o eurofondoch.

Občianske združenie MAMILA tvorí **268 členov**, ktorí sa spolu podieľajú na podpore dojčenia.

Členkám, ktoré pôsobia ako poradkyne pri dojení, prináša členstvo v o. z. MAMILA viaceré výhody:

1. možnosť využívania uzavretého, tajného diskusného fóra na Facebooku, v ktorom sa denne konzultujú otázky ohľadom poradenstiev, čím si poradkyne neustále dopĺňajú vzdelanie a získavajú podporu a pomoc pri poradenstve pri dojení
2. denne tiež individuálne odpovedáme na viaceré emailové, telefonické otázky poradkýň pri dojení
3. pripravili, vydali a distribuovali sme letáčky, ktoré poradkyne môžu používať
4. uverejňovanie zoznamu poradkýň na **www.mamila.sk**
5. možnosť so zľavou si zakúpiť knihu Praktický návod na dojčenie
6. možnosť so zľavou sa zúčastňovať vzdelávacích podujatí MAMILY ako napríklad pokročilých kurzov
7. na webovej stránke máme špeciálnu sekciu s materiálmi pre poradkyne, ktorá funguje po prihlásení sa do systému
8. pripravili sme množstvo prezentácií a materiálov použitých na vzdelávanie poradkýň, napríklad počas pokročilých kurzov
9. online vzdelávanie
10. poskytovanie štartovacích balíčkov s našou knihou Praktický návod na dojčenie – členovia o. z. MAMILA tak majú šancu získať 10 ks tejto knihy a uhradiť ich až po tom, čo ich rozdistribuuju dojčiacim mamičkám

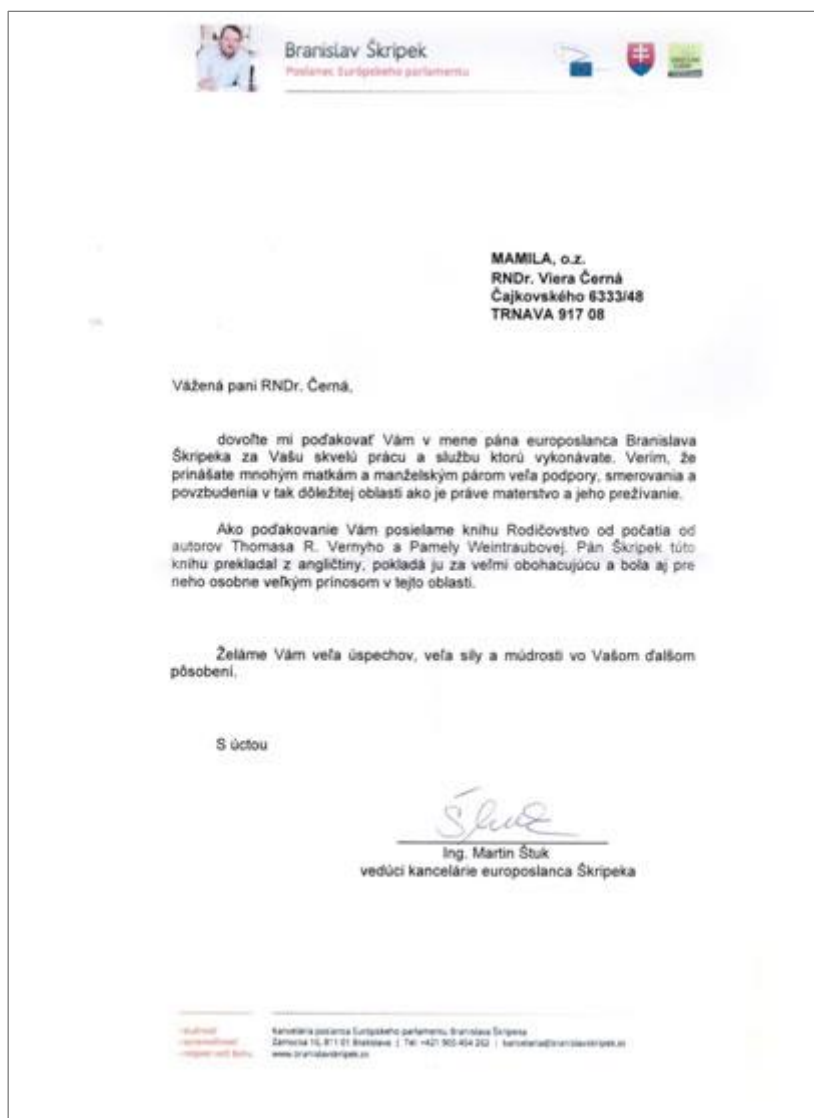
V roku 2015 sme nadviazali na úspešnú činnosť predchádzajúcich rokov, pričom sme:

- poskytovali pomoc s dojčením mamičkám v ich domácnostiach, u poradkýň doma, v nemocniciach, v materských centrách či počas podporných skupín dojčiacich matiek
- školeniami pomáhali zlepšiť podporu dojčenia **v zdravotníckych zariadeniach**
- vyškolili nové **poradkyne**, ktoré budú pomáhať mamičkám v teréne, v roku 2015 to bol rekordný počet – až 76 nových poradkýň (na Slovensku i v Čechách)
- prevádzkovali a udržali sme fungovanie **Poradne dojčenia** na **www.mamila.sk**
- rozvíjali sme našu **webovú stránku www.mamila.sk** na pomoc dojčiacim matkám a ich deťom, pripravili a publikovali sme množstvo článkov pre mamičky aj zdravotníkov a výrazne sme zvýšili čítanosť našich stránok
- sa intenzívne venovali informovaniu o dojčení na sociálnych sieťach, špecificky na Facebooku, Twitteri a Pintereste
- vytvorili sme novú webovú stránku **www.tisíc-dní.sk**, ktorá sa zameriava na osvetu v oblasti výživy matiek a detí prostredníctvom modelu, ktorý sa sústreďuje na dojčenie a prirodzenú stravu ako aj prirodzené zavádzanie príkrmov podľa schopností a záujmu dieťaťa
- rozvíjali sme našu webovú stránku v ČR **www.kojim.cz**
- Získali sme grant od Googlu na umiestňovanie GoogleAdwords ako možnosť na propagáciu dojčenia. Zároveň s tým sme získali projekt na analýzu GoogleAnalytics.

Štatistika počtu poradkýň podľa počtu obyvateľov v jednotlivých krajoch Slovenska

Kraj	Počet poradkýň	Počet obyvateľov	Počet obyvateľov pripadajúcich na 1 poradkyňu
Trenčiansky	8	591 233	73 904
Nitriansky	12	684 922	57 077
Prešovský	16	819 977	51 249
Košický	16	795 565	49 723
Banskobystrický	16	655 359	40 960
Žilinský	24	690 449	28 769
Trnavský	23	558 677	24 290
Bratislavský	43	625 167	14 539
Spolu	158	5421349	

Našu prácu ocenil aj poslanec Európskeho parlamentu Branislav Škripek:



**Darcovská SMS
pre dojčenie:
Text: DMS DOJCIME
na číslo 877
Cena: 2,- €**

PODPORTE DOJČENIE DARCOVSKOU SMS

Darcovskou SMS môžete podporiť projekt o. z. MAMILA Podpora dojčenia pre podporu zdravia dieťaťa i matky zaslaním darcovskej SMS správy (DMS) s textom DMS DOJCIME na číslo 877.

Cieľom projektu je zabezpečenie fungovania **emailovej a internetovej poradne dojčenia** na a príprava vydania novej knižky s názvom **Praktický návod na riešenie otázok s dojčením**.

Môžete poslať neobmedzené množstvo darcovských SMS správ. **Ďakujeme za každú jednu DMS!**

VZDELÁVANIE PORADKÝŇ PRI DOJČENÍ

MAMILA, o. z., organizuje kurzy pre budúce aj súčasné poradkyne pri dojčení. V roku 2015 sme organizovali štyri **kurzy určené na získanie základných vedomostí o poradenstve pri dojčení**. Tri z nich boli ukončené počas roku 2015 a počas nich úspešne zložilo skúšky **76 nových poradkýň pri dojčení**.



Takýto typ kurzov otvorí MAMILA aj v roku 2016. Na kurzy pre budúce poradkyne pri dojčení pozývame všetkých záujemcov z radov laikov i zdravotníkov, ktorí chcú podporiť matky v dojčení a pomôcť im s dojčením. Ide o kurz zameraný na praktické zručnosti potrebné pre kvalifikovanú podporu a pomoc s dojčením počas celej doby trvania dojčenia a pri riešení problémov, ktoré sa pri dojčení môžu vyskytnúť. Kurz sa sústreďuje ako na prevenciu a poskytnutie informácií pre správny začiatok dojčenia, ktorý je pre úspešné dojčenie rozhodujúcich,

tak i na nové konkrétne postupy pri riešení zložitejších situácií, ako je neprisávajúce sa dieťa, spavé dieťa, nepriberajúce dieťa, bolestivé bradavky a prsníky a podobne. Po skončení kurzu budú účastníci schopní identifikovať body, ktoré z hľadiska pôrodu ovplyvňujú dojčenie, dokážu podporiť dojčenie od prvých okamihov od narodenia, dokážu pomôcť pri správnom prisávaní a polohe a podporiť matky, ktoré chceli dojčiť.

Kurz sa organizuje formou odborných prednášok a workshopov, ktoré sa konajú počas ôsmich dní. Kurz je ukončený skúškou, po ktorej získajú účastníčky kurzu certifikát poradkyne pri dojčení.

Zdravotníkom MAMILA poskytuje štipendium.



⇒ Jeden z kurzov pre budúce poradkyne pri dojčení



⇒ Nácvik komunikačných zručností na kurze pokročilého poradenstva pri dojčení

Okrem toho sa uskutočnilo mnoho regionálnych školiacich stretnutí poradkýň z jednotlivých regiónov. V Bratislave sa

Vzdelávanie poradkýň pokračuje na **kurzoch pokročilého poradenstva** pre poradkyne pri dojčení s certifikátom. V roku 2015 sme zintenzívnili vzdelávacie aktivity pre poradkyne pri dojčení s certifikátom. Zorganizovali sme celkovo 5 pokročilých kurzov – v Košiciach, Brne a Trnave.



⇒ Regionálne vzdelávacie stretnutie prešovských poradkýň pri dojčení

napríklad takto stretávajú poradkyne na jeden celý pracovný deň každý mesiac.

Poradkyne pri dojčení sa v roku 2015 vzdelávali o dojčení aj na **Valnom zhromaždení**. Súčasne si poradkyne a členky o. z. MAMILA vzhľadom na potrebu omnoho intenzívnejšieho vzdelávania odhlasovali povinnosť zúčastniť sa aspoň jedného vzdelávacieho podujatia o. z. MAMILA ročne ako podmienky predĺženia platnosti certifikátu poradkyne pri dojčení.

Poradkyne pri dojčení sa vzdelávajú aj prostredníctvom diskusného a poradenského fóra v skupine na Facebooku, do ktorej majú prístup certifikované poradkyne, ktoré sú členkami o. z. MAMILA a v ktorom denne riešime množstvo otázok a diskusií poradkýň. V roku 2015 stúpol počet poradkýň, ktoré sa denne vzdelávajú prostredníctvom tohto fóra, na 175. Denne v skupine pribudne približne 10 – 20 diskusií o rôznych otázkach dojčenia, vďaka ktorým poradkyne efektívnejšie pomáhajú mamičkám.

ŠKOLENIA PRE ZDRAVOTNÍKOV

V roku 2015 sme uskutočnili **dvojdnňové školenie v Novej nemocnici v Košiciach**. Významnú časť školenia absolvovali účastníci formou klinickej praxe priamo na oddelení. Účastníci školenia sa dozvedeli informácie o týchto témach:

- ako pomôcť zvýšiť spokojnosť matiek
- ako pomôcť matkám, aby sa dokázali starať o svojich novorodencov a aby ich chceli dojčiť
- ako pomôcť matkám, aby sa nebáli s dieťaťom manipulovať tak, aby ho mohli správne prisáť
- ako pomôcť novorodencovi, ktorý je spavý
- ako pomôcť novorodencovi, ktorý sa nechce prisávať
- ako pomôcť matke, ktorá má "vpáčené" alebo "ploché" bradavky
- ako pomôcť matkám, ktoré majú bolesť naliate prsníky
- ako predísť ragádam a ako ich riešiť
- ako pomôcť matkám po cisárskom reze
- medicínske dôvody na dokrmovanie
- spôsoby dokrmovania, ktoré vedú k zachovaniu dojčenia
- manažment kontaktu matiek a detí po pôrode
- ako pomôcť matkám, aby chceli so svojimi deťmi zostať aj v noci



V januári 2015 sme v Brne uskutočnili **dvojdnňový seminár o vplyve ankyloglosie a tuhého frenula na dojčenie**, ktorého sa zúčastnilo 12 zdravotníkov. Lekárov sme školili aj individuálne, špeciálne lekárov ORL.

V januári a marci 2015 sa uskutočnili Sesterské semináre v UNLP Košice s účasťou MUDr. Ivany Kušnierovej z o. z. MAMILA na prednáškach na témy: Chcuť matky dojčiť? Faktory ovplyvňujúce dojčenie, Novinky o dojčení. V prvých dvoch sme prezentovali dojčenie ako komplexný dej, zvyrazňujúc fakt, že dojčenie je omnoho viac než len materské mlieko. V kontexte dojčenia ako spôsobu starostlivosti o dieťa sa publiku pozostávajúcejmu prevažne zo zdravotníkov novorodeneckého, gynekologického a neurologického oddelenia vysvetľovali faktory, ktoré dojčenie negatívne ovplyvňujú, najmä cumlík, fľaša, praktiky eliminujúce dojčenie v noci. Vysvetlila sa dôležitosť dojčenia

na verejnosti. V druhom okruhu prednášok sa objasňovali témy súvisiace s dojčením a zdravím – imunológia dojčenia, problematika dojčenia v prípade hospitalizácie matky alebo dieťaťa, dojčenie a užívanie liekov, či absolvovanie rôznych vyšetrovacích procedúr, napr. RTG.

Zúčastnili sme sa konferencie o pupočníkovej krvi v Banskej Bystrici s prednáškou MUDr. Ivany Kušnierovej: Pôrod očami dieťaťa. Prednáška vysvetľovala potreby bábätka po narodení, najmä dôležitosť neprerušovaného kontaktu koža na kožu, s vysvetlením správania bábätka počas jednotlivých fáz vedúcich k prvému dojčeniu po pôrode.

MUDr. Daniela Miklovičová, PhD., v Bruseli odprezentovala poster na tému: Infekcie močových ciest a dojčenie.

VÝSKUM O DOJČENÍ

V roku 2015 sme publikovali tieto vedecké štúdie:

Miklovičová, Daniela - Nemašíková, Lucia: Ako rýchlo a účinne pomôcť dojčiacej matke s bolestivými a poškodenými bradavkami = How to help quickly and effectively to nursing mothers with painful and damaged nipples. In: Slovenská gynekológia a pôrodnictvo. - Roč. 21, č. 4 (2014), s. 132-137

Miklovičová, Daniela - Kantorová, Lucia - Hajzoková, Mária: Kontakt koža na kožu - spôsob starostlivosti o novorodenca po pôrode = Skin to skin contact - a way of postnatal care for newborns. In: Pediatria. - Roč. 10, č. 3 (2015), s. 119-123

Miklovičová, Daniela - Červeňová, Oľga - Lysá, Zuzana: Infekcie močových ciest - analýza ochranných faktorov v prvom roku života = Urinary tract infections – analysis of protective factors in the first year of life. In: Pediatria. - Roč. 10, č. 5 (2015), s. 277-279

Miklovičová, Daniela: Kedy matky hľadajú pomoc pri dojčení? In: Pediatria. - Roč. 10, Suppl. S (2015), s. 15-16

[Celoslovenská pediatrická konferencia 1. detskej kliniky LF UK a DFNSP. Bratislava, 15.10.2015] Poskytujeme konzultácie pre študentov týkajúce sa bakalárskych, diplomových a rigorózných prác.

Vypracovali sme analýzu prieskumu o podpore dojčenia v slovenských pôrodniciach s názvom Celoslovenská analýza podpory dojčenia v pôrodniciach.

Prieskum o dodržiavaní zásad pre podporu dojčenia baby-friendly iniciatívy

„Bábätko, na ktoré som sa 9 mesiacov tešila, mi po jeho narodení zobrali a s dojčením som márne očakávala v nemocnici pomoc“ – aj tak sa dajú zhrnúť výsledky prieskumu a podpore dojčenia v slovenských pôrodniciach, ktorú sme v roku 2015 sme v spolupráci s o. z. Ženské kruhy. Do tejto ankety je ešte stále možné prispieť.

Výsledky prieskumu si môžete prečítať [v tomto odkaze](#).

Z nášho prieskumu vyplýva, že slovenské nemocnice nespĺňajú kritériá potrebné na udržanie titulu Nemocnica priateľská k deťom (BFHI) udeľovaných UNICEF, a to napriek tomu, že približne polovica slovenských nemocníc tento titul vlastní. Získaním titulu Nemocnica priateľská k deťom (BFHI) sa nemocnica zaväzuje dodržiavať 10 bodov potrebných pre podporu dojčenia. Prieskum sa zameriaval na otázky, ktoré sa nachádzajú v štandardných formulároch

UNICEF-u a ktoré objektívne skúmajú splnenie podmienok pre získanie titulu nemocnica baby-friendly. Nejde o subjektívne dojmy či pocity spokojnosti alebo nespokojnosti matiek s pôrodnicou. Nejde o prívetivé či neprívetivé správanie personálu. Nejde o to, či matka o daný postup požiada. Ide o otázky toho, či personál rutinne poskytuje ten typ starostlivosti, ktorý podľa medzinárodných štandardov vedie k podpore dojčenia a ktorý má byť automatický a ku ktorému sa nemocnice s titul baby friendly zaviazali.

Titul baby friendly nemocnica by mal byť garanciou toho, že matka a dieťa budú po pôrode spolu v kontakte koža na kožu a že sa tak stane automaticky.



Titul baby friendly nemocnica by mal zaručovať, že pri snahe o dojčenie matkám nebudú kladené prekážky, že dostanú pomoc pri ťažkostiach s dojčením, že nebude neopodstatnene používaná umelá výživa, že žiadna žena nebude v noci trpieť tým, že by chcela mať svoje dieťa pri sebe, a bolo jej zobraté. Do týchto nemocníc matky prichádzajú s tým, že pomoc a podporu s dojčením predpokladajú. A sú sklamané, že sa to tak nedeje.

Štandardy, ktoré sú definované v Iniciatíve nemocníc priateľských k deťom (BFHI), predstavujú podľa definície UNICEF/WHO minimálne kritériá, ktoré by nemocnice mali spĺňať na to, aby podporovali dojčenie a umožnili ideálny začiatok dojčenia matkám a ich deťom. Postupy, ktoré Iniciatíva nemocníc priateľských k deťom uvádza, by mali byť normou, ktorá sa v nemocniciach uskutočňuje ako rutinná a samozrejímavá súčasť práce personálu. Personál by ich mal vykonávať automaticky, pretože ide o postupy vyplývajúce z medicíny založenej na dôkazoch (evidence-based medicine). Podnet na realizáciu týchto postupov by mal vychádzať od personálu a práve personál by mal nachádzať spôsoby, ako dojčenie umožniť a podporiť.

Okrem vyplnenia prieskumu mali matky možnosť napísať aj svoju osobnú skúsenosť. Mnohé z týchto príbehov vypovedajú o ich túžbe byť so svojím bábätkom, získať pomoc pri dojčení a o ich hlbokom sklamaní, že sa nemohli spoľahnúť na to, čo im mal titul baby-friendly nemocnica zaručiť automaticky.

Mnohé tieto príbehy odhaľujú skutočné rozmery ťažkostí, ktoré matky s dojčením v nemocnici zažívajú. Všetky príbehy sme pozorne prečítali a vyhl'adávali v nich rôzne javy, ktoré dokumentujú stav podpory dojčenia v nemocniciach najmä:

- Nejednotnosť postupov
- „Časť personálu bola za systém dojčenia na požiadanie, spoločného spania, ale boli aj sestričky, ktoré akoby s tým neboli oboznámené a vraveli, že treba dať cumlík, dojčiť treba len 1x za 3 hodiny.“
- „Jedny zavrhovali klobúčiky, iné odporúčali. No vyberte si, keď nevíete o tom nič.“
- Nevhodná komunikácia
- „Každé dceřino zaplakání pripisovali neustále doktoři i sestřičky nedostatku mléka.“
- „Vždy, keď prišli sestričky, videli ho prisatého a smiali sa, že si zo mňa robí cumel.“
- Necitlivé zaobchádzanie
- „Technika dojčenia bola predvedená tak, že som mala slzy v očiach.“
- „Sestrička bez varovania strčila svoj malíček do úst prisatého bábätko a odniesla ho, ignorujúc námietky.“
- Ponižovanie
- „Keď som si dala dieťa do postele k sebe, tak mi bolo povedané, že som nechutná, že sa tam potím a že má vlastnú postieľku.“
- „Po pár hodinách mi ju prišli zobrať na vizitu s komentárom, že kde má košiel'očku, zjavne sa im to, že sme boli koža na kožu nepáčilo. Gynekologická sestra mi vynadala, že načo mi bolo dečko.“
- Zastrášovanie
- „Od sestričiek som dostala dokonca vyhrážky, ak dieťaťko nenakrímim z fľaše, tak bude mať horúčku a lekári mi nedovolia odísť z pôrodnice.“
- „Lekárkou bolo povedané, že synček má veľmi nízku hladinu cukru a že pokiaľ mu ju nezvýšime, môže sa mu poškodiť mozog.“
- „Tvrдили, že moje mléko Aniče škodí kvôli té žloutence a našim rozdiľným krevním skupinám.“
- „Hovorili mi: Brat' dieťa na ruky je nebezpečné, lebo môžete spadnúť, spať v jednej posteli s dieťaťom je nehygienické.“
- Personál odporúčajúci matke klobúčiky
- „Sestry odporúčajú klobúčiky a samé ich predávajú.“
- „Sestričky mi kvôli bolestivým bradavkám "nanútili" klobúčiky.“
- Využitie pomoci zo strany laktačnej poradkyne, či stránky MAMILY
- „Hneď po príchode domov som musela vyhľadať laktačnú poradkyňu, našťastie dojčenie po mesiaci trápenia rozbehla, no škoda toho zlého začiatku.“
- „O MAMILE nebola v pôrodnici žiadna informácia a to, že existujú aj laktačné poradkyne, som sa dozvedela až doma. S dcérkou sme sa trápili 6 týždňov, kým sme sa naučili správne dojčiť, hlavne vďaka videám zo stránky.“
- Okomentovanie bradaviek zo strany personálu
- „Sestrička mi odporúčala kúpiť si klobúčiky na dojčenie, lebo dcérka sa na príliš naliate prsia nevedela prisat', povedala mi že s týmito prsiami nebudem vedieť dojčiť.“
- Použitie striekačky
- „Aj napriek jeho veľkosti ho začali bez môjho vedomia dokrmovať a dokonca striekačkou.“

Výsledky prieskumu sme publikovali v tlačovej správe Nemocnice baby-friendly nepomáhajú s dojčením, ku ktorej sme publikovali aj Dodatočné informácie.

POMOC PRE MAMIČKY NA NAŠICH WEBOVÝCH STRÁNKACH

The screenshot shows the MAMILA website. The header features the MAMILA logo (a stylized 'M' with a baby) and the tagline "Dojčenie nie je len pitie materského mlieka. Pre bábätko a matku znamená omnoho viac." Below the header is a navigation bar with links: Pre matky, Pre poradkyne, Pre zdravotníkov, O nás, Kontakt, and Obchod. The main content area is divided into several sections. On the left, there's a sidebar with a search bar and a list of links: Pošlite darcovskú SMS, Hľadáte pomoc?, Poradňa dojčenia, Zoznam poradkyň, Videoukážky dojčenia, Foto správneho prisatia, Podporné skupiny, Plagáty o dojčení, Články o dojčení, Príbehy o dojčení, Fotogaléria dojčenia, Zaujímavosti, and Národné vysvetlenia. The main content area has a section titled "DOJČENIE – MAMILA, o. z." with a sub-header "Podporte nás". Below this is a photo of a baby and text about the organization's mission. There's also a "Novinky" (News) section with two articles: "Podporte dojčenie - venujte 2 % z daní MAMILE" and "Tanečník Laci Strike: To dojčenie má niečo do seba.". On the right side, there's a "Prihlásený:" section with links for Flox, Edit, Admin, and Odhlásiť. Below that is a "Mapa stránok" (Site map) section with links to Facebook, Twitter, and Pinterest. At the bottom right, there's a "Kniha o dojčení" (Book about breastfeeding) section with a list of topics: Adoptívne dojčenie, Alkohol, fajčenie, Bradavky, prsníky, Omŕňanie prstov, Čumlíky, Dlhodobé dojčenie, Dojčenie dvojčiek, Fakty, Flašky, Hryzie pri dojčení, and Hypoglykémia.

V roku 2015 pokračoval trend stúpania čítanosti našich webových stránok. Počas viacerých mesiacov v roku 2015 sme dosiahli vysokú **čítanosť** – okolo 70-tisíc návštevníkov, v januári 2015 sme dosiahli **rekord** v návštevnosti – takmer 80-tisíc návštevníkov. Máme v priemere 67-tisíc unikátnych návštev za mesiac – o tretinu viac než v roku 2014 (pričom zobrazia 173-tisíc stránok – to znamená, že priemerne jeden unikátny návštevník pozrie cca 3 stránky pri tej návšteve) – ročne to v roku 2015 bolo takmer 827-tisíc unikátnych návštev, čo je **takmer dvojnásobne viac ako v predchádzajúcom roku a takmer štvornásobne viac ako pred dvoma rokmi** (a zobrazili viac ako 2 milióny stránok).

Veľa času sme investovali do prípravy článkov, faktov o dojčení, skutočných príbehov dojčiacich matiek a informácií o dojčení tak, aby každý, kto hľadá akúkoľvek informáciu o dojčení, našiel na našich stránkach odpoveď. Na našich stránkach sme **umiestnili efektívny vyhľadávač**, do ktorého stačí zadať kľúčové slovo a matky nájdu odpovede na svoje otázky.

Pre Českú republiku pomáhame s fungovaním stránky www.kojim.cz, ktorá podporuje v dojčení mamičky z ČR.

Pre Českú republiku pomáhame s fungovaním stránky www.kojim.cz, ktorá podporuje v dojčení mamičky z ČR.

Úvod

Pro maminky

Pro poradkyně

Pro zdravotníky

O MAMILA

PORADNA KOJENÍ



**Kojení není jenom pítí
mateřského mléka.
Pro miminko i maminku
znamená mnohem více.**

Vyhledávání

Hledat

Kontakt

info@kojim.cz

Nejčastější problémy

- [Jak se miminko přisává](#)
- [Správný začátek](#)
- [Jak překonat bojkot při kojení](#)
- [Bojkot: dítě odmítá prs](#)
- [Bolestivé bradavky](#)
- [Želvé lístky na nalité prsy](#)
- [Bylinky podporující laktaci](#)
- [Jak zvládnout přilep mateřského mléka](#)
- [Štačování prsu](#)
- [Pomalé přibývání po počátečním dobrém přibývání](#)
- [Jak lze alternativně dokrmovat laktací pomocí pomůcky](#)
- [Dítě se k prsu nepřisává](#)
- [Zablokované mlékovody](#)
- [Mastitida](#)
- [Krmění po prstech a z poharku](#)

Nejnovější výzkumy

KOJENÍ - MAMILA o. z.



Občanské sdružení MAMILA poskytuje pomoc, poradenství a podporu matkám a dětem během celého trvání kojení. Moc dobře rozumíme frustraci matek, které se rozhodnou kojit a zjistí, že jenom jejich rozhodnutí nepostačuje. Potřebují, aby jim někdo skutečně pomohl. Takovouto pomoc poskytují poradkyně při kojení z MAMILA, o. z.

Aktuality

Nový příběh jedné z vás o snaze odbourat dudlík
10.01.2016 22:11
Proč se snažit přestat používat dudlík? Přečtěte si, co motivovalo jednu z vás k tomu, aby přestala dávat dudlík a jak se jí to povedlo v novém...

Nový článek o bojkotu
22.11.2015 13:20
Připravili jsme pro Vás překlad dalšího článku z www.mamila.sk o tom, jak překonat bojkot kojení. Co dělat, když se dítě u prsu zlobí a odmítá se...

Nový příběh o kojení staršího dítěte
05.10.2015 12:32
Jak probíhá kojení staršího dítěte? Není to už jenom rozmar? Přinášíme vám nový příběh maminky a jejího 3,5-letého chlapečka, čerstvě zapsaného do...

Evropský týden kojení - Kojíme a žijeme aktivně! ŘÍJEN
05.10.2015 11:51
Evropský týden kojení probíhá první říjnový týden a částečně se kryje s mezinárodním týdnem nošení. Letošním tématem je "Kojíme a žijeme aktivně"....

Mám zájem o odběr noviniek



Doporučujeme publikaci s názvem **Praktický návod na dojčenie**, vhodnou zejména do porodnice. Knihu si můžete objednat [zde](#).



Matériály na tejto stránke sa môžu kopírovať a šíriť bez predchádzajúceho svolení za podmienky, že budú použité v súlade s princípy [Kodexu WHO o marketingu náhrad materského mlieka](#). Pokiaľ si nejste jistí, čo to znamená, kontaktujte nás.

Pripravili sme množstvo nových článkov, ako aj mnohé nové príbehy o dojčení. Vyjadrujeme sa k aktuálnym témam, napríklad k šokujúcej kampani brazílskej pediatickej spoločnosti zo septembra 2015:



Priniesli sme nové zaujímavé **rozhovory so známymi osobnosťami**:

- Fitneska Denisa Lipovská: Dojčenie a tréningy sa dajú krásne prepojiť
- Moderátorka Hanka Zavřelová Gallová: „Vďaka dojčeniu som prijala svoje telo.“
- Moderátorka Hanka Zavřelová Gallová: "Je dôležité, aby ženy dojčili na verejnosti"

Udržiavame fungovanie zoznamu podporných skupín dojčiacich matiek a skupín pre prípravu tehotných na dojčenie, v ktorom mamičky jednoducho a rýchlo nájdú aktuálne informácie o podporných skupinách a školách dojčenia pre tehotné, ktoré sa organizujú v ich mieste bydliska.

Tento rok sa otvorili nové podporné skupiny dojčiacich matiek vo viacerých mestách Slovenska, kde sa doteraz ešte podporné skupiny neorganizovali, napr. v Trebišove, Bytči, Bardejove či



v českej Břeclavi. Podporné skupiny dojčiacich matiek sa tak stretávajú už na takmer 80 miestach Slovenska a Čiech, ale aj Chorvátsku a v roku 2015 sa začala stretávať aj nová podporná skupina dojčiacich matiek v Írsku.

Ide o stretnutia mamičiek s dojčenými bábätkami a deťmi, ktoré sa spolu s poradkyňou pri dojení rozprávajú o svojich problémoch, pocitoch ohľadom dojčenia a materstva a nachádzajú tak užitočné informácie, pocit spolupatričnosti, priateľstvo a najmä podporu a ochotu pokračovať v tom, čo robia. Matky, ktoré navštevujú podporné skupiny preto dojčia výlučnejšie a dlhodobejšie.

KNIHA PRAKTICKÝ NÁVOD NA DOJČENIE



Aj v roku 2015 sme poskytovali pomoc mamičkám knihou Praktický návod na dojčenie. Kniha má 128 plnofarebných strán s množstvom inštruktážnych fotografií a je skvelou pomôckou pre prípravu na dojčenie ešte počas tehotenstva. Pomenúva kľúčové faktory v prevencii problémov s dojčením a ponúka praktické riešenia situácií, ktoré rieši množstvo mamičiek tesne po pôrode – ako pomôcť neprisávajúcemu sa bábätku, ako riešiť bolestivé bradavky a prsníky, nepriberajúce bábätko, spavé bábätko, žltacku, plač bábätko. Kniha by nemala chýbať v žiadnej taške do pôrodnice. V roku 2015 sme

tieto knihy poskytli viac ako 700 matkám.

TRIČKA PRE PODPORU DOJČENIA



Aj v roku 2015 sme zopakovali úspešný projekt v rámci ktorého sme pripravili špeciálne tričká pre podporu dojčenia, tričká pre dojčiace mamičky v rôznych farbách a prevedeniach so sloganom, ktorý vybrali naši priaznivci na Facebooku – *Dojčením dávam viac než mlieko* a sadu tričiek pre deti s nápisom *Mám 1 rok (resp. mám 2, 3, 4 až 5 rokov)* na prednom diele trička s pokračovaním vzadu *a stále sa dojčím*.



E-SHOP PRODUKTOV PRE PODPORU DOJČENIA

V roku 2015 sme spustili internetový obchod produktov pre podporu dojčenia. V tomto obchode si môžete pohodlne kúpiť našu knihu Praktický návod na dojčenie, tričká pre podporu dojčenia a čoskoro v ňom pribudnú aj ďalšie produkty. Pri kúpe v našom e-shope môžete súčasne prispiet' ľubovoľnou sumou na podporu dojčenia a tak aj vy môžete pomôcť ďalším mamičkám s dojčením.

1000 DNÍ

Spustili sme novú webovú stránku, ktorá má za úlohu pomôcť mamičkám zorientovať sa v zmätočných informáciách týkajúcich sa výživy matky pri dojčení, významu dojčenia a zavádzania príkrmov.

Prvých tisíc dní života dieťaťa ponúka podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) jedinečné "okno možností" pre zdravie dieťaťa v dospelosti. Správna výživa v tomto tisícročnom období je rozhodujúca pre zdravie počas celého života, rozvoj intelektu a sociálne správanie a ovplyvňuje ho až na 80 %.

Tisíc dní – okno možností – zahŕňa obdobie tehotenstva, obdobie prvých hodín a dní po narodení, obdobie výlučného dojčenia v prvom polroku a obdobie pridávania príkrmov k dojčeniu. Končí sa druhými narodeninami dieťaťa. Rozhodujúcim faktorom je práve to, či dieťaťko bude dojčené. Schopnosť dojčenia prispievať k zdraviu dieťaťa v dospelosti sa nazýva nutričné programovanie.



1000 dní / mamila.sk

dávam, čo treba – dávam seba

WWW.MAMILA.SK

ÚVOD	TISÍC DNÍ	PRVÝCH 1000	VÝŽIVA V TEHOTENSTVE	OBDOBIE DOJČENIA	PRÍKRMY	PORADŇA
 KEĎ DÁVATE DIEŤATKU SEBA, DÁVATE MU PRESNE TO, ČO POTREBUJE			TISÍC DNÍ Prvých 1000 dní života je kľúčových pre zdravie. Podstatnú časť toho, čo dokážeme ovplyvniť, predstavuje DOJČENIE. Tisíc dní života – okno možností – zahŕňa obdobie tehotenstva, obdobie prvých hodín a dní po narodení, obdobie výlučného dojčenia v prvom polroku a obdobie pokračovania v dojčení spolu s pridávaním príkrmov. Končí sa druhými narodeninami dieťaťa – teda schopnosťou dieťaťa jesť jedlo ako aj pokračovať v dojčení.			

"Prvých 1000 dní v živote človeka je ROZHODUJÚCICH pre jeho ďalší vývoj a zdravie."

Nutričné programovanie vďaka dojčeniu

Prvých tisíc dní – od otehotnenia až po druhé narodeniny dieťaťa – ponúka podľa WHO jedinečné „okno možností“ na položení základu zdravia a imunity. Výživa matky počas tehotenstva a dojčenie dieťaťa v rámci tohto tisícročného okna môže mať rozhodujúci vplyv na schopnosť dieťaťa rásť, učiť sa a prosperovať. Dojčenie rozhoduje i o zdraví v dospelosti, pretože práve výživa sa na celkovom zdraví podieľa približne z 80%, pričom gény rozhodujú len asi o 20 % (údaj WHO) – toto sa nazýva nutričné programovanie. V tehotenstve je prospešné stravovať sa pestro a zo základných čerstvých surovín a po pôrode je mimoriadne dôležité, aby deti boli dlhodobo dojčené. Príkrmy podávané po 6. mesiaci majú byť skutočné jedlo charakterizované hravosťou a rozmanitosťou. Zo všetkého, čo v prvých rokoch z hľadiska výživy môžeme pre deti urobiť, je práve dojčenie najvýznamnejším ovplyvniteľným faktorom z hľadiska zdravia detí.

NOSENIE POMÁHA DOJČENIU

V roku 2015 sme zorganizovali dva kurzy o podpore nosenia pre poradkyne pri dojčení.



⇒ *Workshop Miesto šatky v poradenskej praxi*

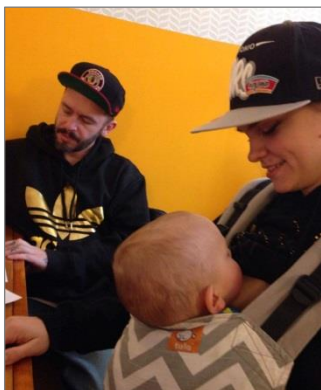


⇒ *Prednášky a workshopy o tom, ako dojčenie spolu s nosením môžu uľahčiť starostlivosť o dieťa na prvom nosičskom festivale*

Zúčastnili sme sa prvého Festivalu nosenia, na ktorom naše poradkyne a lektorky viazania Mirka Hašková a Veronika Mihalská prednášali na tému Dojčenie a nosenie a celodenne sme poskytovali bezplatné poradenstvo pri dojčení a pomáhali sme mamičkám prepojiť dojčenie a nosenie tak, aby im oboje pomáhali jednoduchšie sa starať o svoje deti.

Naše poradkyne pri dojčení pomáhali mamičkám naučiť sa viazať šatku a používať nosiče tak, aby v nich mohli počas nosenia aj dojčiť a mať pritom voľné ruky.

SPOLUPRACUJEME



V roku 2015 sme rozvíjali spoluprácu s rôznymi organizáciami podporujúcimi materstvo a dojčenie, napr. z občianskym združením **Ženské kruhy**.

Podporila nás nová slovenská značka **Sestrice**, vyrábajúca kvalitné šatky slovenskej výroby. Sestrice poskytli 10 ks šatiek pre poradkyne pri dojčení o. z. MAMILA, aby ich mohli používať pri pomoci mamičkám s dojčením.

⇒ Počas rozhovoru s tanečníkom Lacim Strikom a jeho manželkou Anižkou

Celoročne nás podporovala slovenská značka **Kura Harabura**, ktorá vyrába rôzne produkty pre podporu dojčenia a nosenia ako normálnej formy starostlivosti o bábätká a deti. Kúpou akéhokoľvek produktu tejto značky môžete podporiť aj o. z. MAMILA. V roku 2015 sme takto od značky Kura Harabura získali až 160 € vo forme finančného daru.

V roku 2015 sme pripravili články pre rôzne servery, napríklad Eduworld.sk, Powerlogy a miestne médiá.

PODPORA A POMOC PRI DOJČENÍ NA SOCIÁLNYCH SIEŤACH



MAMILA má svoju stránku aj na sociálnej sieti Facebook. Z tejto stránky do svojich FB profilov denne dostáva viac než 9000 návštevníkov novinky a zaujímavosti o dojčení a aktivitách MAMILY. Našu facebookovú stránku začne každý mesiac sledovať viac ako 500 nových priaznivcov. Na Facebooku sme každý deň pridali minimálne 5 nových príspevkov, zverejňovali sme fotografie dojčiacich matiek ako aj využívali Facebook na šírenie poznatkov o dojčení. Naším priaznivcom sa na Facebooku najviac páčia

fotografie, ktoré ich povzbudzujú v dojčení, fakty a informácie o význame dojčenia a praktické tipy, ako riešiť rôzne situácie, ktoré pri dojčení môžu nastať. Úspech mali aj viaceré súťaže o pekné ceny. Súťaže budeme organizovať aj v roku 2016.

Informácie o dojčení nájdú mamičky aj na **Twitteri** a od roku 2015 aj na **Pintereste**.

POMOC A PODPORA PRI DOJČENÍ PROSTREDNÍCTVOM EMAILU

V roku 2015 sme pokračovali v poskytovaní podpory aj prostredníctvom emailovej pošty. Raz mesačne posielame záujemcom o zasielanie noviniek email sumarizujúci najdôležitejšie udalosti vo svete dojčenia za posledný mesiac. Novinky emailom informujú o našich najnovších článkoch a príbehoch o dojčení, o najnovších výskumoch zo sveta dojčenia, o akciách a kurzoch, ktoré o. z. MAMILA organizuje, o vystúpeniach v médiách o dojčení a mnohých iných zaujímavostiach. Ak ešte novinky emailom nedostávate, vložte svoju emailovú adresu do políčka v spodnej časti našich stránok.



MEDIALIZÁCIA PODPORY DOJČENIA

Počas roka 2015 sme boli pozvaní prednášať a aktívne sa zúčastniť na viacerých akciách zameraných pre mamičky a rodiny:

- Prednáška 10 prekvapivých faktov o dojčení – 1. detský festival v Nitre
- Prednáška o dojčení na festivale Drienok
- Účasť na výstave Gardenia, Agrokomplex Nitra
- Účasť na Národnom pochode za život
- Účasť na akcii Dni zdravia v Záhorskej Bystrici
- Účasť na akcii Deň detí
- Rozhovor v rádiu Regina s MUDr. Evou Ondogreculovou, lekárkou a poradkyňou pri dojčení
- 3 stretnutia s poradkyňou pri dojčení na akcii Dojčenie, nosenie a masáž dojčiat Humenné



⇒ Prednáška 10 prekvapivých faktov o dojčení na 1. detskom festivale v Nitre



⇒ Stánok našich poradkýň pri dojčení na 1. detskom festivale v Nitre



⇒ Prednáška o dojčení a vzťahovej výchove na festivale Drienok



⇒ Stánok na výstave Gardenia, Agrokomplex Nitra



⇒ Stánok na Národnom pochode za život



⇒ Stánok na akcii Umenie byť ženou

SVETOVÝ A EURÓPSKY TÝŽDEŇ DOJČENIA 2015



Prvý augustový týždeň sa pripájame k oslavám dojčenia v rámci Svetového týždňa dojčenia a prvý októbrový týždeň oslavujeme Európsky týždeň dojčenia.

Oslavy Svetového a Európskeho týždňa dojčenia boli v roku 2015 venované heslu *Dojčím a žijem aktívne*, s cieľom upozorniť na to, že dojčenie môže výrazne zjednodušiť starostlivosť matky o dieťa, pretože dojčenie dokáže dieťa uspať, upokojiť, znížiť prežívanie bolesti, znížiť hladiny stresových hormónov a tak je

nápomocné pri množstve situácií, ktoré matka denne s dieťaťom musí riešiť. Pre mamičky sme pripravili rôzne nové články, súťaže a podpory v dojčení nielen na webových stránkach, ale aj na našej facebookovej stránke.

Pre Tlačovú agentúru SR sme pripravili článok o význame dojčenia.

Oslavy sme organizovali po celom Slovensku – išlo o stretnutia dojčiacich mamičiek s poradkyňami formou podporných skupín, piknikov, besied, prednášok, premietaní filmov, výstavy, púte. Podrobný zoznam všetkých akcií bol dostupný na našich stránkach www.mamila.sk.

Akcie organizované pri príležitosti osláv Svetového a Európskeho týždňa dojčenia:

- **podporné skupiny** dojčiacich matiek s rôznymi prednáškami o dojčení, , premietaním filmov, prípadne s fotografovaním profesionálnej fotografky vo viacerých mestách na Slovensku, v Čechách ale napr. aj v Írsku
- **prípravy** tehotných na dojčenie
- **poradenstvo** pri dojčení
- **besedy** o dojčení
- **prednášky** o dojčení
- **pikniky** v parku spojené s podpornou skupinou dojčiacich matiek a fotografovaním profesionálnou fotografkou
- **prechádzka** dojčiacich matiek po meste, **pochody** za dojčenie
- Živá dojčiaci **reťaz** v Košiciach a Spišskej Novej Vsi
- **premietanie** filmu DVD Názorný sprievodca dojčením Dr. Jacka Newmana spojené s besedou po premietaní
- **vernisáže a výstavy** fotografií dojčenia

Krásy dojčenia vo fotografii - výstava Dojčím a som aktívna – **výstava** nádherných fotografií zobrazujúcich, ako dojčenie môže pomáhať so starostlivosťou o deti v Martine. Fotografie nájdete na našich stránkach [v tejto galérii](#).

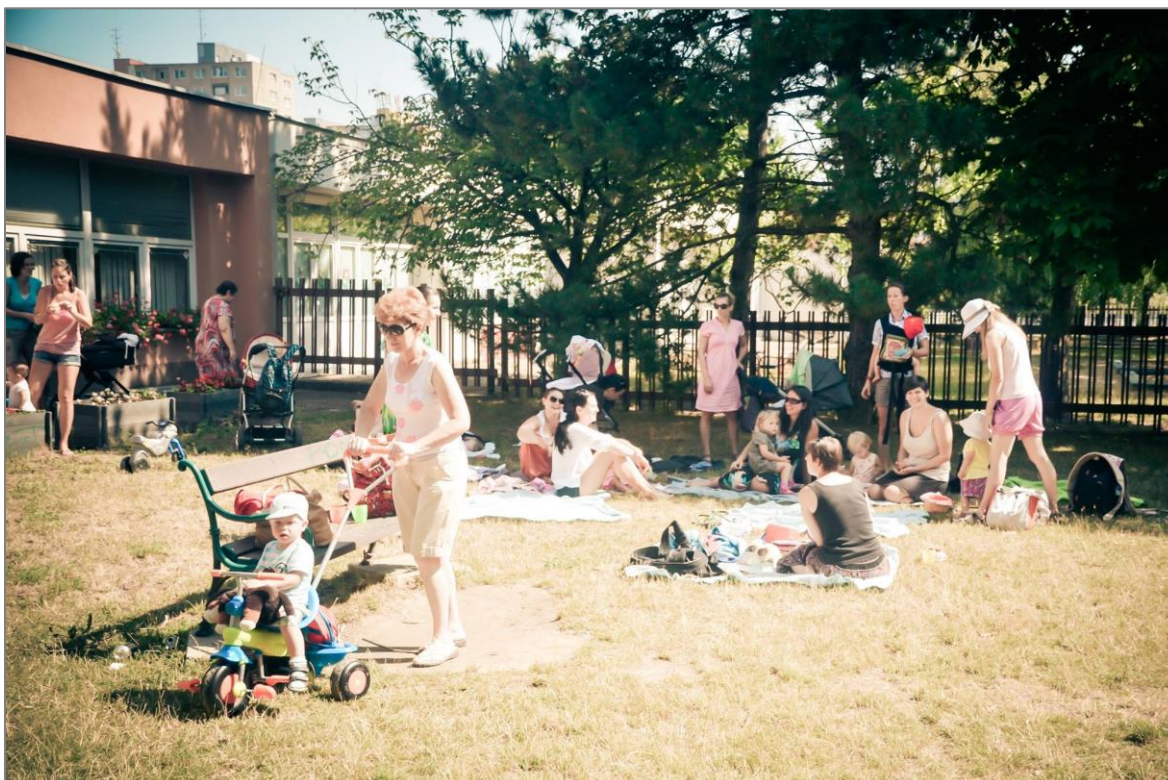
- záhradné **posedenie** s poradkyňou pri dojčení
- **Beh dojčiacich matiek** v Galante– skvelé podujatie s množstvom sprievodných akcií pre podporu dojčenia, ktoré zorganizovala MUDr. Lenka Hudeková
- **akcia Kojení na vlnách** – prednášky, besedy, poradenstvo pri dojčení a fotografovanie profesionálnym fotografom na lodi na Vltave v Prahe. Pri tejto príležitosti sa rozdávali plakety s pro-dojčiacimi heslami.
- akcia Quintessence Breastfeeding Challenge v Írsku



⇒ Piknik dojčiacich matiek spojený s podpornou skupinou dojčiacich matiek v Humennom



⇒ Piknik dojčiacich matiek spojený s podpornou skupinou dojčiacich matiek v Michalovciach



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Bratislave



⇒ Stretnutie dojčiacich mamičiek vo Zvolene



⇒ Piknik dojčiacich matiek spojený s podpornou skupinou v Bratislave



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Kežmarku



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Snine



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Starej Ľubovni



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Českom Těšíne



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Senci



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v prezidentskej záhrade v Bratislave



⇒ Prednáška a piknik dojčiacich matiek v Liptovskom Mikuláši



⇒ Výstava fotografií dojčiacich matiek v Martine



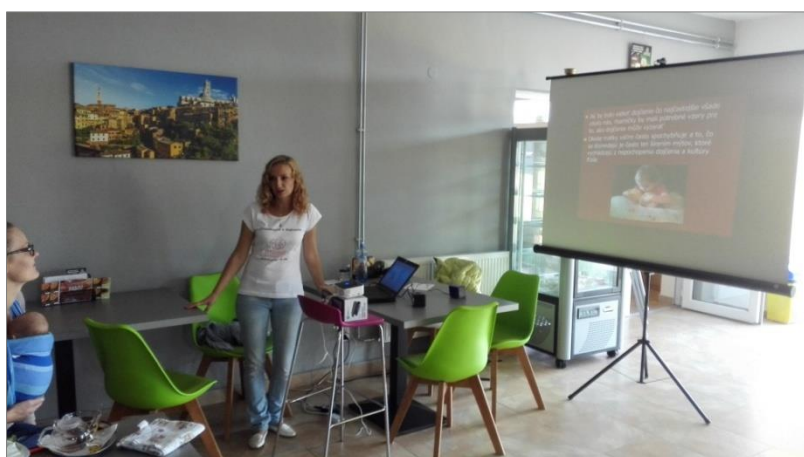
⇒ Živá dojčiaca reťaz v Košiciach



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Senci



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Košiciach



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Prešove



⇒ Pochod rodín dojčených detí v Martine



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Bardejove



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek v Írsku



⇒ Podporná skupina dojčiacich matiek vo Vrbovom



⇒ Výstava fotografií dojčenia Michalovce



⇒ Výstup na Pustý hrad pri Zvolene



⇒ Európsky týždeň dojčenia v Košiciach – stánok našich poradkýň pri dojčení



⇒ Európsky týždeň dojčenia v Galante – Beh dojčiacich žien, podujatie MUDr. Lenky Hudekovej

POMOC S DOJČENÍM PRE MIGRANTOV

Na jeseň roku 2015 sme pripravili kartičky s praktickými tipmi, ako pokračovať v dojčení v krízovej situácii. Tieto kartičky boli pribalené k nosičom pre bábätká a deti migrantov.

FINANČNÁ SPRÁVA O. Z. MAMILA ZA ROK 2015

ROK 2015	EUR
Príjem	42 059,00
Z darov a príspevkov	6 067,25
Z členských príspevkov	4 278,17
Z podielu zaplatenej dane	6 517,91
Z organizovania podujatí	18 213,31
Z poskytovania služieb a predaja vlastných výrobkov	6 622,36
Ostatné príjmy	360,00
Výdaj	-25 294,92
Služby	-20 021,49
Prevádzková réžia	-3 101,79
Ostatné výdavky	-2 171,64
Rozdiel príjmov a výdavkov	16 764,08



Aj v roku 2016 chceme intenzívne pomáhať a podporovať dojčenie. Ďakujeme za vašu podporu!