



Výročná správa
2022

Na dojčenie **záleží** •

Obsah

Kto sme a čím sa zaoberáme?.....	5
Čo sa nám v roku 2022 podarilo?.....	9
MAMILA oslávila 20 rokov existencie.....	15
Podporte dojčenie.....	21
Pomoc s dojčením pre ženy utekajúce z Ukrajiny	25
Preplácanie laktačného poradenstva zdravotnými poisťovňami	30
Vzdelávací program laktačného poradenstva získal akreditáciu českého ministerstva zdravotníctva.....	32
Medicínsky tím MAMILA a vedecké štúdie o dojčení	35
Intenzívne pracujeme na zlepšení podpory dojčenia v slovenských nemocniciach	38
Vzdelávanie profesionálnych laktačných poradkýň	43
Nosenie pomáha dojčeniu	48
Kurzy online pre širokú aj odbornú verejnosť	50
Podpora marginalizovaných rómskych komunít v dojčení	52
Podporné skupiny dojčenia pomáhajú ženám pokračovať v dojčení	54
MAMILA oslávila 41 rokov ochrany dojčenia kódexom	57
Pomoc pre rodičov na našich webových stránkach	61
Poradňa dojčenia pomáha.....	63
Kniha Praktický návod na dojčenie.....	65



Obsah

Podpora a pomoc pri dojčení na sociálnych sieťach.....	68
Pomoc a podpora pri dojčení prostredníctvom e-mailu.....	71
Medializácia podpory dojčenia	73
Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022.....	78
Finančná správa.....	86



MAMILA v roku 2022

- » viac ako 620 certifikovaných profesionálnych laktačných poradkýň
- » 5201 účastníkov a účastníčok rôznych kurzov MAMILY
- » 659 členiek a členov o. z. MAMILA
- » tisícky žien, ktorým pomohla profesionálna laktačná poradkyňa MAMILY

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**

MAMILA na sociálnych sieťach

- » virtuálna podpora pre vaše dojčenie
- » viac než 32-tisíc fanúšikov a fanúšičiek na Facebooku
- » viac ako 10-tisíc fanúšikov a fanúšičiek na Instagrame
- » Twitter
- » Pinterest
- » kanál o dojčení na YouTube

www.mamila.sk

- » 88-tisíc návštevníkov mesačne
- » viac ako 40 zodpovedaných otázok mesačne v poradni dojčenia online a stovky emailom
- » viac ako 8-tisíc odpovedí o dojčení v databáze internetovej poradne dojčenia
- » nové články o dojčení
- » **nové inštruktážne videá**



Kto sme a čím sa zaoberáme?

Kto sme a čím sa zaoberáme?

V MAMILE sme nadšené profesionálky a nadšení profesionáli v dojčení. 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 žien, 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 žien a detí, ktoré budú dojčenie považovať za normálny, fyziologický 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, zastrašovanie, vnucovanie umelej výživy, všade prítomnú reklamu na umelú výživu, nedostatok pozitívnych vzorov, ako aj na priepasť medzi generáciou súčasných babičiek, 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 zdrvivúcou realitou, s ktorou sa stretávajú. Sme presvedčení, že nie je jedno, či matky dojsť alebo nedojcia. Na dojčení záleží. A my im podávame pomocnú ruku, aby dojčenie



Dr. Jack Newman

Názov organizácie:

MAMILA, o. z.

Právna forma:
občianske združenie

IČO: 36064513
DIČ: 2021800935

MDDr. Peter Liška,
predseda o. z. MAMILA
a štatutárny zástupca

dojcenie@mamila.sk

Bankové spojenie v SR v EUR:

2800344839/8330 (FIO banka)

IBAN: SK4683300000002800344839

BIC kód/SWIFT: FIOZSKBAXXX

Bankové spojenie v ČR v Kč:

2200344827/2010 (FIO banka)

IBAN: CZ9520100000002200344827

BIC kód/SWIFT: FIOBCZPP

Kto sme a čím sa zaoberáme?

mohlo byť úspešné. Nestačí sa len rozhodnúť dojsť, ženy potrebujú pomoc a podporu.

Sme členom skupiny IBFAN na podporu bezpečného kŕmenia dojčených aj nedojčených detí.

Sme členom medzinárodnej asociácie laktačných poradkýň IBCLE.

Ako s naším odborným garantom a členom Správnej rady spolupracujeme so svetovo uznávaným odborníkom na dojčenie, kanadským pediatrom dr. Jackom Newmanom, FRCPC, IBCLC. Dlhé roky bol poradcom pre UNICEF pre Iniciatívu nemocníc priateľských k deťom (BFHI) v Afrike. Mnohé z jeho prezentácií a protokolov nájdete na našej webovej stránke www.mamila.sk. Vzdelávanie v občianskom združení MAMILA prebieha podľa medicíny založenej na dôkazoch a vedeckých štúdiách garantovaných Medzinárodným centrom pre dojčenie v Toronte.

Občianske združenie MAMILA bolo laktačnými poradkýňami založené v roku 2002, hoci prvé aktivity podpory dojčenia organizovali už roky predtým. V auguste roku

2022 sme oslávili 20 rokov pomoci s dojčením.

Orgánmi združenia sú správna rada a ako poradný orgán valné zhromaždenie, ktoré sa v roku 2022 vzhľadom na pandémiu stretlo online. Od roku 2021 je predseda občianskeho združenia MAMILA lekár MDDr. Peter Liška.



MDDr. Peter Liška

Správna rada je tvorená predsedom a dvoma podpredsedníčkami. Spoločne konzultujú a riešia aktuálne úlohy týkajúce sa podpory dojčenia ako aj zlepšenia pomoci dojčiacim ženám a deťom. Zaoberá sa podnetmi, návrhmi a sleduje aktuálne vedecké štúdie a nové

vedecké poznatky o dojčení. V MAMILE sa vytvorila aj pracovná skupina pre otázky témy nosenia detí ako aj iné pracovné skupiny podľa aktuálnych potrieb združenia.

Občianske združenie MAMILA tvorí 659 členiek a členov, ktoré a ktorí sa spolupodieľajú na podpore dojčenia a z ktorých mnohé sú lekárky a lekári, zdravotné sestry, farmaceutky, psychologičky či sociálne pracovníčky. Členkám, ktoré pôsobia ako poradkyne pri dojčení, 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 profesionálne laktačné poradkyne neustále dopĺňajú vzdelanie a získavajú podporu a pomoc pri poradenstve pri dojčení.
2. Denne individuálne odpovedáme na viaceré emailové, telefonické otázky profesionálnych laktačných poradkýň.
3. Pripravili, vydali a distribuovali sme novú verziu letákov, ktoré poradkyne môžu používať, takzvané poradenské karty, ktoré

Kto sme a čím sa zaoberáme?

profesionálnym laktačným poradkyňiam uľahčujú poradenstvo.

4. Výhodou členstva pre profesionálne laktačné poradkyne je aj možnosť zaradenia do zoznamu poradkýň na www.mamila.sk s možnosťou individuálnej aktualizácie zo strany poradkýň.
5. Možnosť so zľavou si zakúpiť knihu [Praktický návod na dojčenie](#) alebo knihu darovať.
6. Možnosť so zľavou si zakúpiť ďalšie produkty v eshope MAMILY, ako sú magnetky dojčiacich zvieratiek, odznaky, drevené ozdoby v tvare srdiečka s dojčeným bábätkom, perá s logom MAMILY, ale aj USB kľúč s množstvom materiálov, ktoré profesionálne laktačné poradkyne môžu využiť pri poskytovaní pomoci dojčiacim ženám a trička pre profesionálne laktačné poradkyne.
7. Možnosť so zľavou sa zúčastňovať vzdelávacích podujatí MAMILY ako napríklad pokročilých kurzov, supervíznych podporných skupín, kurzov pre odbornú a širokú verejnosť a konferencií.
8. Na webovej stránke máme špeciálnu sekciu s materiálmi pre profesionálne laktačné poradkyne, ktorá funguje po prihlásení sa poradkyne do systému.
9. Pripravili sme množstvo prezentácií a materiálov použitých na vzdelávanie poradkýň, ako aj online vzdelávanie a testovanie.
10. Možnosť opakovane zdarma absolvovať základný kurz poradenstva pri dojčení na prehĺbenie znalostí a poradenských zručností.





Čo sa nám v roku 2022
podarilo?

Čo sa nám v roku 2022 podarilo?

Aj v roku 2022 sme s nadšením podporovali dojčenie:

- » MAMILA v roku 2022 oslávila **20 rokov** našej oficiálnej pomoci s dojčením.
- » Naše profesionálne laktačné poradkyne pôsobia v **10 krajinách Európy**. A my im v tom pomáhame, aby cítili, že pri svojej náročnej práci v tom nie sú samy. A nielen to, máme už aj prvých laktačných poradcov, pretože podporovať dojčenie je rovnako úloha žien ako aj mužov.
- » Poskytovali sme **pomoc s dojčením rodinám** v ich domácnostiach, v teréne u poradkýň doma, online prostredníctvom videohovorov, v nemocniciach, v materských centrách či počas podporných skupín dojčenia (osobne aj online).
- » Už takmer **všetky zdravotné poisťovne v Českej republike** preplácajú laktačné poradenstvo profesionálnych laktačných poradkýň MAMILY.
- » Urobili sme **kroky k tomu, aby v budúcnosti bolo preplácané laktačné poradenstvo aj na Slovensku**. Poistenkyne

UNION zdravotnej poisťovne, majú vďaka štedrosti a ochote našich laktačných poradkýň možnosť získať 20 % zľavu na služby profesionálnych laktačných poradkýň MAMILY. Našou snahou tiež je, aby poisťovne podporovali dojčenie a laktačné poradenstvo na svojom webe a sociálnych sieťach, pretože ide o otázku verejného zdravia.



Školenie zdravotníkov, Nemocnica Pelhřimov

- » Školeniami o dojčení sme pomáhali **zlepšiť podporu dojčenia zdravotníckeho personálu v nemocniciach i v ambulanciách**. Zrealizovali sme



Školenie zdravotníkov, Nemocnica Most



Školenie zdravotníkov, Nemocnica Prešov

Čo sa nám v roku 2022 podarilo?



Školenie zdravotníkov



Školenie zdravotníkov, ambulancia Havířov

školenia v siedmych nemocniciach v Českej republike, v dvoch nemocniciach na Slovensku a individuálne sme vyškolili viacero lekárov a lekároch v rozličných oblastiach laktačnej medicíny. Udržali sme prevádzku laktačnej poradne v rámci spolupráce s detským oddelením nemocnice v Havířove, kam môžu ženy s bábätkami zdarma prísť a získať pomoc pri dojčení.

- » Psychologička a profesionálna laktačná poradkyňa Mgr. Soňa Ondrušová publikovala v časopise Česká a slovenská psychiatrie článok vysvetľujúci kľúčovú úlohu dojčenia pri psychických ochoreniach, pretože dojčenie je stabilizačný prvok

a malo by byť zachované.

- » Pokračovali sme **v prieskume podpory dojčenia v slovenských nemocniciach**. V roku 2022 sme priniesli vyhodnotenie výsledkov prieskumu za posledné 4 roky z údajov, ktoré poskytlo viac ako 5000 žien, ktoré vyplnili prieskum v období medzi rokmi 2018 a 2021.
- » Vzdelávací program laktačného poradenstva získal akreditáciu českého ministerstva zdravotníctva. Vzdelávame tak nielen laktačné poradkyne, ale aj zdravotnícky personál, aj v nemocniciach a laktačné poradenstvo môže byť poisťovňami preplácané a má svoj špecifický kód, ktorý si personál nami vyškolený môže vykazovať. Akreditácia umožňuje okrem iného aj to, že zdravotnícke zariadenia si môžu vykazovať laktačné poradenstvo ako výkon, ktorý sa v ČR uhrádza z verejného poistenia.
- » Vyškolili sme **256 nových profesionálnych laktačných poradkýň** (na Slovensku i v Čechách, ale aj v ďalších krajinách Európy, napríklad Nemecku), ktoré budú pomáhať ženám v teréne.

Čo sa nám v roku 2022 podarilo?



- » Preškoliť sme všetky certifikované profesionálne laktačné poradkyne o. z. MAMILA.
- » Pre preškolenie certifikovaných profesionálnych laktačných poradkýň o. z. MAMILA sme zorganizovali 7 dvojdných kurzov pokročilého poradenstva pri dojčení v rôznych mestách Slovenskej a Českej republiky, 3 kurzy supervízných stretnutí v dĺžke trvania 4 výučbových hodín v spolupráci so supervízorom – psychoterapeutom



- a lektorkou o. z. MAMILA, 2 regionálne miniškolenia a v priebehu celého roka sa certifikované profesionálne laktačné poradkyne MAMILY mohli vzdelávať v rámci **8 online pokročilých kurzov**.
- » Doplnili sme obsah USB kľúča, ktorý sme pripravili pre profesionálne laktačné poradkyne s materiálmi uľahčujúcimi poskytovanie laktačného poradenstva.
- » Pripravili sme novú verziu poradenských kariet pre praktickú pomoc dojčiacim ženám v teréne.

- » Organizujeme **lektorské kurzy pre školiteľky nosenia**. V roku 2022 sme vyškolili 104 účastníčok kurzov poradenstva pri nosení, 16 účastníčok kurzu pokročilého poradenstva pri nosení a 22 účastníčok workshopu pre pokročilé poradenstvo pri nosení.
- » Distribuovali sme našu knihu s názvom **Praktický návod na dojčenie** v slovenskom aj českom jazyku pre ženy v období pred pôrodom a po pôrode. A zdarma sme ju venovali zdravotníkom, pediatrom, pôrodným asistentkám a nemocniciam. V rámci projektu profesionálnej laktačnej poradkyne MAMILY, Terezy Mynářovej, 39 pôrodníc dostalo v rámci osláv Svetového týždňa dojčenia darom viac ako 750 kníh Praktický návod na kojení. Viac ako 2000 kusov kníh sme tiež v roku 2022 darovali nemocnici v Havířove.
- » Prevádzkovali a udržali sme fungovanie **Poradne dojčenia online** na **www.mamila.sk**.
- » **Rozvíjali našu webovú stránku www.mamila.sk** na pomoc dojčiacim

Čo sa nám v roku 2022 podarilo?

- ženám a ich deťom, pripravili a publikovali sme množstvo článkov pre rodiny aj zdravotníkov a udržali sme vysokú čítanosť našich stránok. Intenzívne sme pracovali na príprave českej jazykovej verzie webových stránok MAMILY.
- » Intenzívne sme sa venovali informovaniu o dojčení a podpore dojčenia na sociálnych sieťach, špecificky na [Facebooku](#), [Instagrame](#), [Twitteri](#) a [Pintereste](#). Pomoc poskytujeme aj na vlastnom kanále pre podporu dojčenia na [YouTube](#), kde je možné nájsť množstvo **inštruktážnych videí o dojčení**.
 - » Pre širokú aj odbornú verejnosť naďalej ponúkame **kurz online** a **e-book o vzťahovej výchove** (nielen) dojčených detí. a tiež **prednášku o jedle pre deti (zavádzaní príkrmov) online**. Prinášame tiež možnosť vypočítať si **záznam konferencie** s odborníkom na starostlivosť o predčasne narodené deti, popredným neurovedcom dr. Nilsom Bergmanom.
 - » Zorganizovali sme **oslavy dojčenia** pri príležitosti Svetového týždňa dojčenia a Európskeho týždňa dojčenia.
 - » Pri **podpore dojčenia v segregovaných a marginalizovaných rómskych komunitách** sme spolupracovali s príspevkovou organizáciou ministerstva zdravotníctva Zdravé regióny. Poskytovali sme vzdelávanie prostredníctvom osobných školení ako aj kurzov online.
 - » Poskytovali sme pomoc rodinám s bábätkami utekajúcimi pred vojnovým konfliktom na **Ukrajine**. Pripravili sme novú stránku pre ukrajinské ženy, kde sme pridali preklady materiálov do ukrajinčiny, ponúkli sme zdarma nosiče a pomôcky na dojčenie a koordinovali množstvo dobrovoľníčok, ktoré boli pripravené pomôcť. Ponúkali sme bezplatné služby profesionálnych laktálnych poradkýň a tiež bezplatné právnické poradenstvo.
 - » V roku 2022 sme sa zúčastnili stretnutia viacerých organizácií venujúcich sa dojčeniu a ženám v Českej republike: Aperio, ČAD, UNIPA a SpoKojení. Cieľom stretnutia bolo hľadanie spoločného pohľadu na Kódex WHO a terminológiu používanú v češtine týkajúcu sa Kódexu, podporu dojčenia v Českej republike a terminológiu používanú o dojčení v češtine, spoločný postup pri krokoch, ktoré pripravuje Ministerstvo zdravotníctva a na príprave spoločného otvoreného listu.
 - » Podporili sme **chod organizácie SPOKOJENÍ** v Českej republike a spolupracovali sme s ňou na otázkach dodržiavania a monitorovania kódexu WHO v ČR. Členkám tejto organizácie sme v roku 2019 poskytli komplexné školenia o dojčení.
 - » Na otázkach dojčenia a **dodržiavania kódexu WHO** o marketingu náhrad materského mlieka sme spolupracovali s organizáciou Ženské kruhy, zúčastnili sme sa spoločných konzultácií a školení. V apríli 2022 sme sa zúčastnili virtuálneho stretnutia, na ktorom bola Svetovou zdravotníckou organizáciou oficiálne detailne predstavená nová správa o rozsahu a vplyve digitálneho marketingu na propagáciu náhrad materského mlieka
 - » O. z. MAMILA bola pozvaná **prednášať a aktívne sa zúčastniť na viacerých**

Čo sa nám v roku 2022 podarilo?

akciách a festivaloch zameraných pre matky a rodiny, špecificky na festivaloch zameraných na nosenie.

- » Boli sme **pozvaní do viacerých televíznych a rozhlasových relácií a rozhovor** sme poskytli aj ďalším médiám.



MAMILA oslávila 20 rokov
existencie

MAMILA oslávila 20 rokov existencie



Viacerí odborníci a odborníčky na dojčenie zo sveta označujú Slovensko za svetový unikát v podpore dojčenia práve vďaka aktivitám o. z. MAMILA.

9. augusta 2002 vzniklo pre podporu dojčenia občianske združenie MAMILA, ktoré založila skupina nadšených žien, ktoré už niekoľko rokov predtým podporovali v dojčení ženy vo svojom okolí. V roku 2022 sme teda oslávili teda presne 20 rokov! Účastníkov a účastníčky osláv výročia založenia MAMILY sme privítali v Trnave na dvoch podujatiach, na ktorých sa k nám pridali viac ako 200 ľudí. Vychutnali sme si spoločné spomienky, poďakovania, úspechy ako aj prítomné bábätká a deti, vynikajúcich

a podporujúcich partnerov a partnerky našich členiek a členok ako aj tortu, tombolu a tričká na podporu dojčenia.

Týmto sa chceme poďakovať tým členkám, ktoré stáli pri vzniku MAMILY, ako aj tým, ktorí MAMILU viedli a rozvíjali:

Mária Krupová

Denisa Hajdúková

Miriam Gajdošová

Miriam Friedmanová

Monika Veselská

Daniela Miklovičová

Viera Červená

Lucia Kantorová

Peter Liška

Podarilo sa nám v oblasti podpory dojčenia urobiť veľa práce. Od mýtov o tom, prečo nedojčiť iba raz za 3 hodiny, prečo pitie nespoznáte podľa toho, že sa bábätku hýbu ušká, cez nepraktické ponímanie

„predného a zadného“ mlieka až po dnešné časy, v ktorých si s jednoduchšími problémami s dojčením často pomôžu samotné ženy tým, že si preštudujú informácie z www.mamila.sk.

V MAMILY pracuje tím expertov a expertiek, ktorí dobrovoľne pomáhajú situáciu s dojčením zlepšovať nielen na Slovensku, ale aj v Čechách a viac ako 10 krajinách Európy. V tejto oblasti MAMILA často supluje rolu štátu.

Ako prví sme na Slovensko priniesli mnohé vedecké informácie o dojčení a pomoci



20 ROKOV MAMILY

Oslávte s nami 20. výročie vzniku MAMILY a podporte dojčenie:

IBAN: SK4683300000002800344839

mamila.darujme.sk/447/

NA DOJČENÍ ZÁLEŽÍ

ĎAKUJEME

 mamila
PORADENSTVO PRI DOJČENÍ
www.mamila.sk

MAMILA oslávila 20 rokov existencie



pri dojčení, o kontakte koža na kožu, o nosení detí v nosičoch a šatkách, o spoločnom spaní, vytvorili sme systém rozsiahleho a kvalitného vzdelávania v oblasti laktačného poradenstva doplneného supervíziami, máme kurz online o vzťahovej výchove, pričom informácie o tejto téme sme na Slovensko tiež priniesli ako prví. Ako prví sme začali vysvetľovať dlhodobé dojčenie (čiže normálnu dĺžku dojčenia).

Pozvali sme odborníkov zo zahraničia, ako napríklad svetovo známeho pediatra dr. Jacka Newmana, odborníka na vzťahovú výchovu, dr. Roberta Searsa, odborníka na kontakt koža na kožu a predčasne narodené deti, dr. Nilsa

Bergmana. Máme vypracovaný systém toho, ako situáciu s dojčením zlepšiť, a pomohlo by nám, ak by naše projekty verejnosť podporila finančne.

Vytvorili sme sieť profesionálnych laktačných poradkýň na Slovensku, Čechách a 10 štátoch Európy. Poskytujeme poradenstvo pri dojčení, prípravu na dojčenie pre tehotné a dlhoročnú starostlivosť o dojčiace matky a ich deti na podporných skupinách dojčenia.

Stránky www.mamila.sk patria medzi najčítanejšie webové portály pre matky a to napriek tomu, že sa venujeme jednej jedinej téme: dojčeniu. Denne prinášame povzbudzujúce informácie na našom Facebooku, Instagrame a ďalších sociálnych sieťach.

Prinášame informácie z medicíny založenej na dôkazoch. Patria medzi nás odborníčky a odborníci na dojčenie. Patria medzi nás zdravotníčky a zdravotníci, psychologičky, farmaceutky, odborníci a odborníčky na rôzne

oblasti života žien. Organizujeme kurzy pre nemocnice a zdravotnícky personál.

Napriek tomu, dojčenie zostáva na Slovensku



Oslava 20. výročia, Brigita Weissová

MAMILA oslávila 20 rokov existencie

bez systémovej podpory. Dojčením by sa na Slovensku ušetrili finančné prostriedky v miliardách eur ročne. Dojčenie sa môže každý rok týkať minimálne 100-tisíc detí, 100-tisíc žien, a teda v rámci rodín minimálne 300-tisíc ľudí. Väčšina žien, ktoré chceli dojčiť, je sklamaná, že dojčenie, ktoré ženy považovali pred pôrodom za jednoduché a samozrejmé, sa pre ne stane nočnou morou spojenou s bolesťami či obavami z nepriberania dieťatka. Systémovej podpore bráni nedostatočná reálna podpora zo strany štátu a enormný vplyv firiem vyrábajúcich umelú výživu.

Je potrebné zamerať sa na zníženie počtu detí, ktoré už v pôrodnici dostanú umelé mlieko, často napriek nesúhlasu rodičov a bez informovaného súhlasu. Z začať nezávislé

vládne informačné kampane o riešení problémov s dojčením, aby repertoár riešení nezahŕňal len prechod na umelú výživu.

Je potrebné začať hovoriť o tom, že dojčenie je dôležité podporovať nielen prvých 6 mesiacov po narodení, ale podľa WHO minimálne

2 roky a potom ďalej. Podpora dojčenia teda musí ísť ďalej ako len podpora dojčenia v nemocniciach – ide o následnú podporu: preplácanie laktačného poradenstva z verejného poistenia, odstránenie reklamy na umelé mlieko a náhrady prsníka, verejné kampane



Oslava 20. výročia, stretnutie členiek MAMILY

MAMILA oslávila 20 rokov existencie

za dojčenie, štátna podpora organizácií, ktoré sa dojčením zaoberajú.

V rámci medzinárodných záväzkov Slovenskej republiky treba začať zbierať štatistické údaje o výlučnom dojčení v pôrodniciach, v 6. mesiacoch veku bábätka a potom až do 2 rokov veku dieťaťa.

Udržanie dĺžky rodičovskej dovolenky za vhodných finančných podmienok na úrovni 3 rokov je významný nástroj na umožnenie dojčenia ženám. Investícia do rodičovskej dovolenky v kombinácii podpory dojčenia je zdravotne aj finančne výhodnejšia ako iné opatrenia. Pretože dojčenie je významným a neopomenuteľným determinantom zdravia.

Systémová podpora pre dojčenie je kriticky dôležitý faktor pre zdravie celej populácie a predstavuje jedno z najefektívnejších preventívnych opatrení v zdravotníctve. Existuje množstvo vedeckých dôkazov a medicínskych štúdií, ktoré sa zhodujú, že dojčenie je rozhodujúce pre zdravie dieťaťa (napr. hrá dôležitú rolu pri ochrane pred mnohými civilizačnými ochoreniami, baktériami, vírusmi a inými patogénmi,

chráni pred stresom a vysokou hladinou kortizolu, čím sa zvyšuje odolnosť dieťaťa voči infekciám) a tiež, že dojčenie zohráva dôležitú úlohu aj pri budovaní imunitného systému, rozvoji mozgu, tráviaceho traktu a mikrobiómu. Dojčenie má rozhodujúci dlhodobý vplyv na zdravie dieťaťa v detstve i v dospelosti a na zdravie matky a jej ochranu pred významným počtom ochorení (Prentice, Paul, 2000). Dojčenie či nedojčenie hrá kľúčovú rolu nielen zo zdravotného, ale aj sociálneho, psychologického, finančného či ekologického hľadiska. Výživa dieťaťa dojčením v prvých niekoľkých rokoch života natrvalo pozitívne ovplyvňuje celú spoločnosť (Sankar MJ, 2015; Lancet, 2016; UNICEF/WHO, 2018, Grummer-Strawn a kol., 2004; Harder a kol., 2005; Chowdhury a kol., 2015; Aune a kol., 2014; Paintal, Aguayo, 2016; Brown a kol., 1990). Zdravie nedojčených detí môže byť ovplyvňované okrem iného podvýživou, hnačkovými ochoreniami, ochoreniami horných a dolných dýchacích ciest – zápalom priedušiek či zápalom pľúc, zápalom stredného ucha, rozličnými vírusovými ochoreniami či chorobami bakteriálneho pôvodu, infekciami

pochádzajúcimi z kontaminácie pri príprave umelého mlieka či cukrovkou (Sankar MJ, 2015).

Aj v Českej republike sa na parlamentnej úrovni konštatovalo, že podpora dojčenia je kľúčovým determinantom verejného zdravia (uznesenie Výboru pre zdravotnú a sociálnu politiku Senátu parlamentu Českej republiky č. 49 zo dňa 23. 7. 2019). Poistovne v Českej republike začali preplácať laktačné poradenstvo, vrátane laktačného poradenstva MAMILY.

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) pripravila mnoho dokumentov na podporu dojčenia, ktoré sa odvíjajú od jej odporúčania ohľadne minimálnej dĺžky dojčenia 2 roky a potom ďalej; z čoho prvých 6 mesiacov života dieťaťa WHO odporúča výlučné dojčenie bez pridávania či ochutnávania jedla, tekutín či príkrmov. WHO ukladá štátom povinnosť monitorovať a reportovať percento dojčených detí počas prvých dvoch rokov života dieťaťa a vláda Slovenskej republiky by mala túto povinnosť začať naplňovať.

Cieľom by malo byť deklarovanie a vyzdvihnutie dôležitosti dojčenia a potrebu vytvorenia

MAMILA oslávila 20 rokov existencie

vhodných systémových podmienok na jeho podporu zo strany štátu, a to z hľadiska vzdelávacieho, metodického, finančného či personálneho. Súčasne je potrebné, aby sa všeobecne záväzným právnym predpisom vytvorili štandardné odporúčania a ošetrovateľské postupy a ustanovili podrobnosti o metodických podmienkach na podporu dojčenia, aby tieto boli jednotné a platili vo všetkých zdravotníckych zariadeniach na Slovensku. Tieto by mali byť pripravené v spolupráci s občianskymi združeniami, ktoré sa tejto problematike venujú a ktoré zastupujú rodičov a ich deti ako prijímateľov zdravotnej starostlivosti.

Autori v Breastfeeding Series z medicínskeho časopisu Lancet považujú za dôležité, aby v rámci ochrany verejného zdravia bola vyvrátená „rozšírená nesprávna predstava, že dojčenie sa dá nahradiť umelou výživou bez škodlivých dôsledkov“. Vzhľadom na zraniteľnosť detí v prvých rokoch života a na riziká spojené s nevhodným spôsobom kŕmenia, čo zahŕňa nepotrebné a nesprávne použitie umelej výživy, si dojčenie vyžaduje špeciálnu legislatívnu ochranu a podporu.

Cieľom je prispieť k poskytnutiu bezpečnej a primeranej výživy detí tým, že bude chrániť dojčenie, a tým, že sa začne proces, ktorý povedie k správne použitiu umelej výživy tam, kde je to nevyhnuté, na základe nezávislých informácií.

Podporte aktivity MAMILY pre podporu dojčenia a pomoc dojčiacim ženám. Pošlite tak pomoc, ktorú ste sami potrebovali, ďalším bábätkám a ich rodinám. Ďakujeme!



Podporte dojčenie

Podporte dojčenie

Aktivity MAMILY na pomoc s dojčením môžete podporiť prostredníctvom darcovského portálu: <https://mamila.darujme.sk/447/>



Podpora týmto spôsobom je jednoduchá:

Po otvorení odkazu je možné venovať MAMILE navrhované čiastky alebo akúkoľvek vlastnú sumu jednorazovým darom alebo nastavením pravidelného príspevku. Zvlášť pravidelné

príspevky nám nesmierne pomáhajú v našej činnosti. Ak dostaneme pravidelne podporu čo len v hodnote pár eur mesačne, každé euro reálne pomôže niektorej žene s bábätkom,

Bankové spojenie v SR v EUR:

2800344839/8330 (FIO banka)

IBAN: SK4683300000002800344839

BIC kód/SWIFT: FIOZSKBAXXX

Bankové spojenie v ČR v Kč:

2200344827/2010 (FIO banka)

IBAN: CZ9520100000002200344827

BIC kód/SWIFT: FIOBCZPP

aby mohla ďalej dojčiť. **Vopred ďakujeme všetkým, ktorí tak urobia.**

Podporiť nás môžete aj priamym vkladom na účet:

Okrem tejto možnosti je možné **poukázať 2 % z daní MAMILE**. Vyberte si pre venovanie 2 % z daní práve podporu dojčenia a MAMILU. MAMILA supluje v podpore a pomoci pri dojčení štát a v zdravotnom systéme chýbajúcu starostlivosť o dojčené deti a dojčiace matky. Dojčenie je oblasť, ktorú všetci považujú za samozrejme dôležitú, ale



Podporte dojčenie

pre aktivity v tejto oblasti je náročné získať podporu. **Vaše 2 % z daní nám pomôžu pokračovať v aktivitách, na ktoré nie je možné získať iné dotácie a granty.**

Venujeme sa skupine, ktorá sa vyznačuje nízkym príjmom - ženám na materskej a rodičovskej dovolenke a ich bábätkám. Naša práca má však má obrovský vplyv na zdravie, výchovu, vzťahy a celú spoločnosť. Nesmierne si ceníme vašu

podporu. 2 % z daní môžu poukázať aj vaši partneri, členovia rodiny či známi.

Ak ste podporovali dojčenie aj ako dobrovoľníčka či dobrovoľník najmenej štyridsiatimi odpracovanými hodinami pre o. z. MAMILA, môžete poukázať až 3 % z dane. Informujte sa na dojcenie@mamila.sk, ako postupovať.



Povedzte o možnosti podporiť dojčenie z 2 % z dane aj svojim známym.

VOPRED ĎAKUJEME!

Poukážte 2 % na dojčenie

www.mamila.sk



Podporte dojčenie

Podporte dojčenie a získajte pekné predmety

Pomôcť ženám a bábätkám s dojčením môžete aj kúpou rôznych produktov, ktoré sme v MAMILE pripravili. Získané financie použijeme na školenia o dojčení v pôrodniciach, aby sa situácia s podporou dojčenia v nemocniciach zmenila k lepšiemu. Ďakujeme vám za každý nákup. Pretože na dojčení záleží.

Tričká podporu dojčenia

Ponúkame vám biele bavlnené tričká s malým modrým logom MAMILY vpredú a veľkým logom MAMILY vzadu. Logo je buď v slovenskej alebo českej verzii.

Magnetky: Dojčenie nás baví (a zvieratka tiež)

Zažite kopec zábavy s magnetkami rozličných zvieratiek a vyskúšajte si, kde sa dojčí malý sloník, delfín alebo netopier. Skúste vďaka magnetu pripojiť zvieracie mláďatko či dieťaťko k jeho mamičke. Týchto ručne vyrábaných

magnetiek sa nebudete vedieť nabažiť.

Sada 20 drevených magnetiek (veverička, mačička, zebra, delfín, slon, netopier, prasiatko, ježko, zebra a dieťaťko). Kúpou týchto magnetiek prispievate na pomoc s dojčením. Pretože na dojčení záleží.

Podporte dojčenie kúpou odznakov

Babies suck znamená "Bábätká sa dojčia." Ale aj: Mať bábätko je náročné. Odznak s textom Babies suck - veselou slovnou hračkou - vás pobaví vždy, keď sa naň pozriete. Pobaví aj všetkých, ktorým ich darujete. Objednajte si balíček odznakov, v ktorom nájdete 3 tieto odznaky v modrej a 3 v ružovej farbe. Odznak vám pripomenie radosť z dojčenia ako aj to, že na dojčenie si môžete občas aj zanaďovať.

Podporte dojčenie kúpou ozdôb

Originálne drevené ozdoby, ktoré okrem iného využijete ako darček pre tehotné kamarátky alebo na oslavu narodenia bábätko, prípadne môže skrášliť vašu veľkonočnú či vianočnú výzdobu. V balíčku nájdete 5 srdiečok s obrázkom dojčiacich sa bábätiok a 1 ozdobu

s logom MAMILY - ženou, ktorá dojčí svoje bábätko. Kúpou ozdôb získate roztomilý darček, ale aj pomôžete s podporou dojčenia.

Pero s logom MAMILY

Limitovaná edícia pier s logom MAMILY. Kúpou týchto pier získate nielen roztomilý darček, ale aj pomôžete o. z. MAMILA s podporou dojčenia. Pretože na dojčení záleží. Získané peniaze použije na školenia o dojčení v pôrodniciach, aby sa situácia s podporou dojčenia v nemocniciach zmenila k lepšiemu. Ďakujeme vám za každý nákup. Pretože na dojčení záleží.



Pomoc s dojčením pre ženy utekajúce z Ukrajiny

Pomoc s dojčením pre ženy utekajúce z Ukrajiny



Ženy a bábätká predstavujú mimoriadne zraniteľnú skupinu v čase vojen či humanitárnych kríz. V takomto čase je potrebné pomôcť a postarať o množstvo aspektov v rýchlom čase a jedným z nich je aj podpora dojčenia pre ľudí, ktorí pred vojnou utekajú, zostali bez domova a ocitli sa na rôznych miestach ako odídenci.

V čase tehotenstva, pôrodu, po pôrode a pri dojčení im zdarma ponúkame pomoc laktačných poradkýň MAMILY v teréne či prostredníctvom videohovorov.

Hneď v úvode vojenského konfliktu sme v MAMILE začali konať kroky pre pomoc dojčiacim ženám utekajúcim z Ukrajiny. Už v prvých dňoch sme ponúkali bezplatnú

pomoc s dojčením a bezplatné právnické služby. Vytvorili sme emailovú adresu, na ktorú sa mohli ozývať ľudia potrebujúci pomoc. Tri profesionálne laktačné poradkyne pôsobiace v Prešove a okolí dobrovoľnícky poskytovali pomoc. Priniesli sme fotoreportáž (Zuzana Gogová/Getty Images [https://www.gettyimages.com/photos/zuzana-gogova?assettype=image&agreements=&family=editorial&phrase=Zuzana%20Gogova&sort=newest&events=](https://www.gettyimages.com/photos/zuzana-gogova?assettype=image&agreements=&family=editorial&phrase=Zuzana%20Gogova&sort=newest&events=775782375)

[775782375](https://www.gettyimages.com/photos/zuzana-gogova?assettype=image&agreements=&family=editorial&phrase=Zuzana%20Gogova&sort=newest&events=775782375)) dňa 6. marca 2022 z obdobia, keď sme na hraničnom priechode Vyšné Nemecké poskytovali bezplatnú pomoc dojčiacim ženám z Ukrajiny. Bezplatnú pomoc poskytovali dve profesionálne laktačné poradkyne MAMILY, Marcela Gogová Berešová a Adela Boldižárová. Marcela svoju pomoc opísala takto: „Na hranici sú 3 vyhrievané stany, kde sa zdržiavajú prevažne matky s deťmi. Pomenej je ich už vonku. S Adelkou sme zvolili systém oslovovania - teda sme počas dňa viackrát obchádzali tieto stany a ak sme videli matku s malým bábätkom alebo viacerými deťmi, prihovorili sme sa im a Adela im vysvetlila kto sme, čo im ponúkame, spýtali sme sa či majú

Pomoc s dojčením pre ženy utekajúce z Ukrajiny

záujem o pomoc pri dojčení. Za celý deň sme sa rozprávali s 15 - 20 ženami. Väčšina žien s úplne malými bábätkami do 1 roka dojčila (U mene ye moloko). Jedno bábätko približne polročné sme dokonca videli poobede krásne sa

dojčiť v ľahu v stane vedľa svojej oddychujúcej matky. Ženám sme zakaždým nechali náš leták a povedali, že ak by mali nejaký problém alebo počas cesty stretli nejakú ženu, ktorá by potrebovala pomôcť, že im vieme v rámci

SR a ČR poskytnúť poradenstvo zadarmo. Ženy boli milé, nemali problém komunikovať o dojčení, o deťoch, kam idú a podobne. Veľmi príjemné rozhovory sme mali.“

Pripravili sme **novú stránku pre ukrajinské ženy, kde sme pridali preklady materiálov** do ukrajinčiny, ponúkli sme zdarma nosiče a pomôcky na dojčenie a koordinovali množstvo dobrovoľníčok, ktoré boli pripravené pomôcť. Toto sme mohli realizovať vďaka grantu, ktorý nám poskytla firma Amadeus Czech Republic and Slovakia s. r. o. a vďaka podpore zo strany Michaely Řezníčkovéj, ktorá tento grant sprostredkovala. Týmto by sme radi vyjadrili poďakovanie za podporu ukrajinských žien a bábätiok a pomoc pri ochrane dojčenia pre túto zraniteľnú skupinu

Podpora dojčenia v čase vojnových konfliktov je dôležitá preto, že:

- » Ide o bezpečný spôsob kŕmenia bábätiok a detí.
- » Dojčenie nepočká a nedá sa odložiť, kým vojna pominie.
- » Nehrozí používanie kontaminovanej či

Pomáhame s dojčením

MAMILA - naše dobrovoľnícke laktálne poradkyne vám pomôžu začať dojčiť alebo pokračovať v dojčení.

Dojčenie práve teraz prináša podporu pre výživu a zdravie vášho dieťatka ako aj psychickú oporu v čase stresu. Dojčením sa vaše dieťatko upokojí a dojčenie vášho dieťatka upokojí vás.

Sme tu pre Vás
mamila.ukrajina@gmail.com
www.mamila.sk/sk/ua

Poskytneme Vám:

- ✓ podporu
- ✓ rozhovor, ktorý vám prinesie úľavu
- ✓ praktickú pomoc s dojčením
- ✓ odpovede na otázky o dojčení
- ✓ uistenie, že práve teraz má zmysel dojčiť ďalej
- ✓ vysvetlenie, prečo stres nespôsobuje, že stratíte mlieko
- ✓ čo robiť, ak to vyzerá, že je vaše bábätko nepije dosť z prsníka
- ✓ informácie, ako dojčenie podporuje výživu, bezpečie a zdravie vášho dieťatka

mamila
PORADENSTVO PRI DOJČENÍ

MAMILA допомагає з харчуванням

наші волонтери-консультанти з питань лактації допоможуть вам почати або продовжувати годувати грудьми

Годування грудьми є не лише основою харчування та підтримкою здоров'я вашої дитини, але і психологічною опорою під час стресу. Грудне молоко заспокоїть дитину, а годування - Вас.

Пропонуємо вам

- ✓ підтримку
- ✓ заспокоїливу розмову
- ✓ практичні поради
- ✓ відповіді на питання стосовно годування
- ✓ впевнення, що зараз є сенс продовжувати годувати
- ✓ пояснення чому стрес не є причиною втрати молока
- ✓ що робити, коли здається, що дитина п'є недостатньо грудного молока
- ✓ інформацію про те, як годування грудьми підтримує імунітет, безпеку та здоров'я вашого малюка
- ✓ причини чому треба продовжувати годування
- ✓ інформацію як продовжувати годування після 6 місяця.

ми тут для вас
mamila.ukrajina@gmail.com
www.mamila.sk/sk/ua

Pomoc s dojčením pre ženy utekajúce z Ukrajiny

nevhodnej vody na prípravu umelej výživy.

- » Nie je potrebné sterilizovať fľašky či iné pomôcky v čase výpadku prúdu, plynu či komplikovaného prístupu k pitnej vode.
- » Nie je potrebné ohrievať umelé mlieko, keď

nie sú dostupné energie.

- » Nie je potrebné spoliehať sa na dodávky umelého mlieka, ktoré môžu meškať alebo nebyť realizované.
- » Firmy vyrábajúce umelú výživu v takomto

čase využívajú situáciu na propagáciu umelej výživy a umelé mlieko býva jedným z prvých „darov“, ktoré sa zasielajú na miesta humanitárnych katastrof a tieto „dary“ spôsobujú, že aj ženy, ktoré dovtedy dojčili, začínajú používať darované umelé mlieko.



Pomoc s dojčením pre ženy utekajúce z Ukrajiny

Dojčiace ženy v čase kríz a vojnových konfliktov potrebujú uistenie, že:

- » Práve teraz nemajú prestávať dojčiť.
- » Stres, strach a vyčerpanie neznižujú množstvo ani kvalitu materského mlieka.
- » Dojčenie poskytuje ich deťom bezpečnú a adekvátnu výživu.
- » Ak vnímajú, že ich dieťaťko nezískava dostatok mlieka, je možné získať pomoc s dojčením, aby sa toto napravilo, a riešením nie je ukončenie dojčenia a prechod na umelú výživu.
- » Sa nemusia obávať či hanbiť dojčiť na neobvyklých miestach či v prítomnosti iných ľudí a mimo domov.
- » Ak práve začali s odstavovaním dieťaťa, aby odstavovanie odložili a pokračovali v dojčení, pretože materské mlieko poskytuje dôležitý zdroj výživy práve v neistých časoch.
- » Prestať dojčiť a prejsť na umelú výživu predstavuje práve teraz ešte vyššie riziko.
- » Ak sú ženy tehotné a pripravujú sa na pôrod, tak by mali dostať informácie o dôležitosti

dojčenia ako aj praktickú pomoc pri začiatkoch dojčenia.

- » Dojčenie dokáže poskytnúť dostatočnú výživu a pokryje potrebu tekutín v čase, keď iné jedlo či pitie nie sú k dispozícii.

Ak ide o nedojčené deti a deti kŕmené umelou výživou, pomoc pre ne zahŕňa:

- » Informácie a pomoc s vrátením sa k dojčeniu, zvýšeniu tvorby materského mlieka či pomoc s prisatím dieťaťa na prsník.
- » Dodávky darcovského materského mlieka a pomoc s jeho skladovaním.
- » Informácie o bezpečných spôsoboch prípravy umelého mlieka a kŕmenia umelým mliekom.
- » Vytvorenie podmienok na bezpečnú prípravu umelého mlieka.
- » Informácie o tom, že deti nad 6 mesiacov môžu byť kŕmené iba jedlom.
- » Praktickú pomoc a výučbu zručností na kŕmenie bábätiak pohárikom namiesto fľašiek, ktoré sa v čase humanitárnych kríz ťažko udržiavajú čisté a sterilné.
- » Prečítajte si aj [dokument WHO o dojčení](#)

v čase vojnových konfliktov, ktorý obsahuje aj jednoduchý 10-bodový program ako zabezpečiť pomoc s dojčením ako aj bezpečnú výživu pre nedojčené deti, aby sa práve zraniteľná skupina matiek a detí nestala obeťou firiem, ktoré vyrábajú umelú výživu.

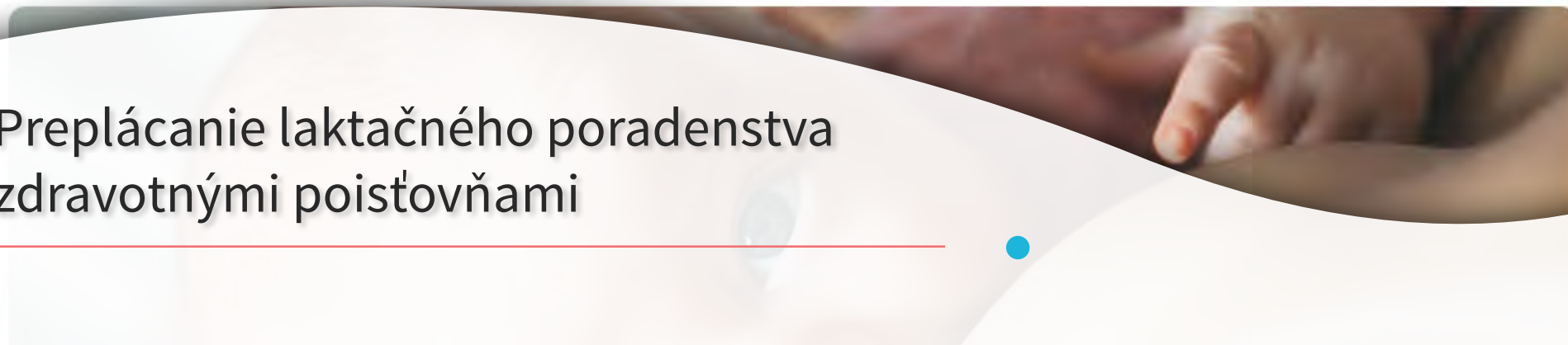
Ak by ste vedeli o rodinách, ktoré by po príchode na Slovensko či do Českej republiky potrebovali pomoc laktačných poradkýň MAMILY, napíšte nám na dojcenie@mamila.sk.

Zľava 20 % na služby laktačnej poradkyne s Mamilou

Záleží nám na vytvorení čo najpevnejšieho puta medzi matkou a dieťaťom, preto sme sa rozhodli spolupracovať s občianskym združením MAMILA. V každom kraji na Slovensku majú naše poistienky možnosť získať pomoc s dojčením osobnou konzultáciou s laktačnými poradkyňami MAMILY so zľavou 20 %.

[Prepoistiť sa](#)
[Viac info o benefite](#)

Preplácanie laktačného poradenstva zdravotnými poisťovňami



Preplácanie laktačného poradenstva zdravotnými poisťovňami

V roku 2022 sme rokovali so zdravotnými poisťovňami UNION a VŠZP. Cieľom týchto rokovaní bolo, aby sme dosiahli to, čo sa MAMILE podarilo v Českej republike, kde už takmer všetky zdravotné poisťovne preplácajú laktačné poradenstvo našich poradkýň:

- » Všeobecná zdravotní poisťovna České republiky
- » Vojenská zdravotní poisťovna
- » Oborová zdravotní poisťovna
- » Zaměstnanecká poisťovna Škoda
- » Zdravotní poisťovna ministerstva vnitra

V rámci spolupráce s poisťovňou UNION propagujeme myšlienku laktačného poradenstva, oboznamujeme verejnosť s tým, že laktačné poradenstvo by mala byť služba preplácaná zo zdravotného poistenia, pretože ide o otázku verejného zdravia. Ženy poistené v UNION zdravotnej poisťovni, majú tak možnosť získať 20 % zľavu na služby profesionálnych laktačných [poradkýň MAMILY, ktoré je možné vybrať zo špeciálneho zoznamu](#). V súčasnosti sa to deje vďaka ochote a finančnej podpore zo strany jednotlivých

poradkýň.

Certifikované laktačné poradkyne MAMILY absolvovali rozsiahle vzdelávanie v oblasti laktačnej medicíny a dojčenia tak, aby mohli byť nielen psychickou oporou ženám po pôrode, ale aby dokázali poskytnúť účinnú pomoc s dojčením, keď:

- » sa bábätko neprisáva
- » vás bolia bradavky či prsia
- » bábätko nepriberá
- » bábätko nepije dosť mlieka z prsníka
- » je bábätko dokrmované umelým mliekom
- » dojčenie nefunguje tak, ako ste si predstavovali
- » dojčenie je náročné a vy neviete, ako ďalej
- » bábätko stále len plače
- » bábätko je dlho hore a nespí
- » máte otázky o dojčení a dostávate zmätočné informácie, v ktorých sa neviete zorientovať

Profesionálnu laktačnú poradkyňu MAMILY si tiež môžete vybrať aj z nášho [kompletného zoznamu laktačných poradkýň](#) pôsobiacich

nielen na Slovensku, ale aj v Českej republike a viacerých ďalších krajinách Európy.

Informáciu o tejto možnosti nájdete aj na [stránkach UNION poisťovne](#).





Vzdelávací program laktačného
poradenstva získal akreditáciu
českého ministerstva zdravotníctva

Vzdelávací program laktačného poradenstva získal akreditáciu českého ministerstva zdravotníctva



Kurz laktačného poradenstva pre zdravotníkov

**MAMILA MÁ
AKREDITÁCIU
MZ ČR**



České ministerstvo zdravotníctva v júli 2022 schválilo občianskemu združeniu MAMILA akreditáciu vzdelávacieho programu laktačného poradenstva. To znamená, že vzdelávame nielen laktačné poradkyne, ale aj zdravotnícky personál, aj v nemocniciach a laktačné poradenstvo môže byť poisťovňami preplácané a má svoj špecifický kód, ktorý si personál nami vyškolený môže vykazovať.

Okrem iného to znamená, že zdravotnícke zariadenia si môžu vykazovať laktačné poradenstvo ako výkon, ktorý sa v ČR uhrádza z verejného poistenia.

MAMILA už 20 rokov venuje energiu školeniu nemocníc, lekárov a lekároch, zdravotníkov a zdravotníčok tak, aby pomáhali zvyšovať kvalitu starostlivosti o ženy a bábätká v oblasti dojčenia. Aby mohli ženy dostávať informácie, ktoré sú kľúčové pre dojčenie už

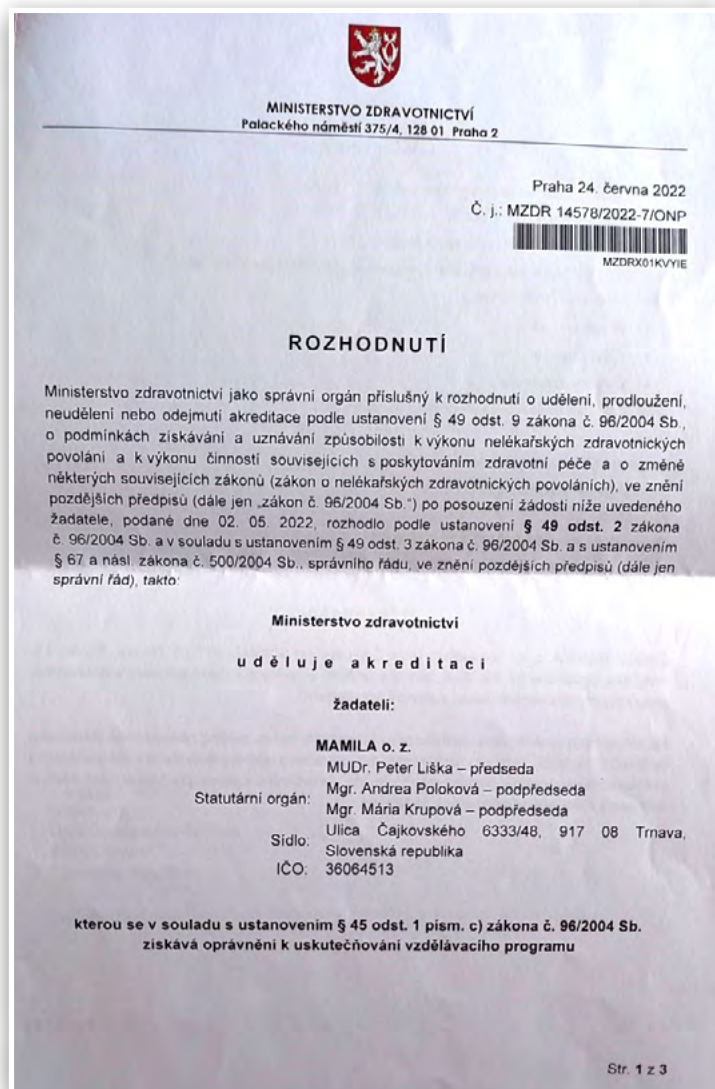
v pôrodniciach. A aby tie informácie boli jednotné a rady pri problémoch s dojčením účinné.

Pôrodné asistentky, všeobecné a detské sestry, ktoré kurz laktačného poradenstva MAMILY absolvujú, budú mať možnosť mať svoje výkony v oblasti laktačného poradenstva hradené v rámci svojho zamestnania v nemocnici zo zdravotnej poisťovne.

Celková dĺžka tohto vzdelávacieho programu MAMILY pre zdravotníkov je 66 hodín (teoretických aj 32 praktických hodín) a sústreďuje sa podporu dojčenia v prvých dňoch po narodení bábätká a riešenie problémov s dojčením, ak vzniknú.

Medzi garantky a školiteľky vzdelávacieho programu laktačného poradenstva patria lekárky, pôrodné asistentky, psychologičky, zdravotné sestry a nutričné terapeutky ako MUDr. Lucia Kantorová, Bc. Jana Homolová, DiS, Mgr. Jitka Pokorná, PhDr. Miloslava Kameníková, Mgr. Sylva Šmídová, Ph.D., Mgr. Kamila Stýskalíková a mnohé ďalšie.

Vzdelávací program laktačného poradenstva získal akreditáciu českého ministerstva zdravotníctva



Medzi témy vzdelávacieho programu patrí kontakt koža na kožu, začiatok dojčenia, psychická podpora žien pri dojčení a duševné zdravie, poradenstvo pri dojčení, rozvíjanie zručností žien pri dojčení, uistenie o tom, že bábätko získava dostatok materského mlieka a vyhodnotenie výdatnosti dojčenia, znalosti o tom, ako dojčenie funguje a čo mu pomáha, prevencia problémov s dojčením, včasný záchyt problémov s dojčením a ich riešenie, praktická pomoc s dojčením, výživa dojčiacich žien ako aj perinatálna strata bábätko a mnohé ďalšie.

Podporuje zdravotníkov v tom, aby mohli svoje nadšenie pre dojčenie odovzdávať ženám a poskytovať im podporu a pomoc tam, kde je potrebná.

Pre nemocnice a zdravotníkov ponúkame rozličné kurzy.

- # Člen skupiny IBFAN na podporu bezpečného kŕmenia dojčených aj nedojčených detí
 - # Člen medzinárodnej asociácie laktačných poradkýň IBCLE
 - # Vzdelávanie podľa medicíny založenej na dôkazoch a vedeckých štúdiách
- garantované Medzinárodným
programom pre dojčenie
v Toronte

Medicínsky tím MAMILA
a vedecké štúdie o dojčení

Medicínsky tím MAMILA a vedecké štúdie o dojčení

Súčasťou MAMILY je medicínsky tím zložený z lekárov, lekárov, farmaceutiek, psychologičiek, psychoterapeuta, odborníkov z rôznych ďalších oblastí.

Projekt o popôrodnej depresii a psychóze a dojčení

Psychologička a profesionálna laktačná poradkyňa Mgr. Soňa Ondrušová publikovala článok: Neuroendokrinné, biologické a behaviorálne aspekty popôrodnej depresie a dojčenia, Čes a slov Psychiat 2022; 118(2): 74–80

Na duševnom zdraví žien záleží. Treba myslieť nielen na bábätko, ale aj na ženu, na jej potreby a pocity. Je dôležité o svojich pocitov po narodení bábätko hovoriť, získať praktickú aj odbornú pomoc a podporu. Aby žena, ktorá sa stará o bábätko a dojčí, mohla získať pomoc a úľavu aj sama pre seba. Dojčenie pomáha duševnému zdraviu, dojčenie je pre psychické a duševné zdravie ženy pozitívny faktor. Dojčenie nie je príčinou popôrodnej depresie. O tom, ako sa ženy cítia a čo prežívajú, môžu hovoriť s profesionálnou laktačnou poradkyňou MAMILY.

Psychologička a profesionálna laktačná poradkyňa Mgr. Soňa Ondrušová sa za posledné dva roky intenzívne venuje otázkam vzťahovej väzby, duševného zdravia dojčiacich žien ako aj projektu adoptívneho dojčenia a vzťahovej väzby a pripravuje a publikuje v tejto oblasti originálne výskumy a články. V roku 2022 publikovala v časopise Česká a slovenská psychiatrie článok vysvetľujúci kľúčovú úlohu dojčenia pri psychických ochorenia, pretože dojčenie je stabilizačný prvok a malo by byť zachované:

„... prolaktín a oxytocín, ktorých hladiny sú po pôrode v tele dojčiacich žien vysoké, ... zmierňujú negatívne účinky stresu na organizmus.“

„Ohľadne spánku detí je napríklad častým mýtom, že deti kŕmené umelou výživou spia dlhšie a menej často

sa budia ako dojčené deti. Toto tvrdenie sa rozhodol preskúmať aj ... Montgomery-Downs et al., ktorí prišli k záveru, že spánok dojčených a nedojčených detí sa nelíši. Z hľadiska spánku matiek sa dokonca ukazuje, že dojčiace matky spia kvalitnejšie a dlhšie, či už pri skúmaní dvoch dní, mesiaca či 3 mesiacov po pôrode v porovnaní s nedojčiacimi matkami. V štúdiu od Blyton et al. sa zistilo, že dojčiace ženy mali viac spánku

OBSAH ČÍSLA 2/2021	OBSAH	2/2021
	ONDROŠOVÁ, S. – STANČEKOVÁ, M. – BAŇOVÁ, D. K.: Súvis adoptívneho dojčenia a vzťahu matka – dieťa z pohľadu matky.....	83
	VAGNEROVÁ, M. M.: Príčiny, prejavy a dôsledky syndromu ADHD.....	107
	METODIKY A KONZULTÁCIE	
	KOLCUNOVÁ, L. – TOMŠÍK, R. – FERENCIKOVÁ, P. – RAJČANIOVÁ, E.: Adaptácia rodičov v čase pandémie COVID-19: Vývoj a počiatočné overenie škály ŠARMS-12.....	132
	SPRÁVA	
	DOČKAL, V.: Chýbal mesiac.....	157
	RECENZIA	
	ČERMÁK, I. – ŠIKL, R. (Eds): Příběh československé psychologie 1. Rozhovory s osobnostmi oboru (V. Dočkal).....	159

Medicínsky tím MAMILA a vedecké štúdie o dojčení

s krátkymi vlnami, ktorý je známy svojimi neuroprotektívnymi vlastnosťami. Polemizujú, že tento rozdiel medzi dojčiacimi a nedojčiacimi ženami v spánku je pravdepodobne z dôvodu vyšších hladín prolaktínu dojčiacich žien, ktorý má potenciál zvyšovať dĺžku spánku s krátkymi

vlnami. Z praktického hľadiska, pokiaľ žena spí s bábätkom v jednej posteli a výlučne dojčí, môže dieťaťko uspať po jeho prebudení s menšou námahou a nutnosťou úplného prebudenia, ako žena, ktorá s bábätkom nespí a prípadne nedojčí. Nemusí fyzicky vstať, preložiť si dieťaťko do postele

a po dojčení ho vracať do postielky, či ešte navyše urobiť umelé mlieko a počúvať plač dieťaťa, kým bude umelé mlieko hotové. Toto môže výrazne skrátiť čas, ktorý matka strávi v noci bdením, špeciálne aktívnym bdením, pričom dlhé bdenie počas noci je rizikový faktor popôrodnej depresie.“

Psychologička a laktačná poradkyňa MAMILY, Mgr. Soňa Ondrušová



publikovala v časopise Česká a slovenská psychiatrie článok, ktorý z vedeckého hľadiska vysvetľuje:

...prečo je **dojčenie pri psychických ochoreniach stabilizačný prvok a má byť zachované**: „... prolaktín a oxytocín, ktorých hladiny sú po pôrode v tele dojčiacich žien vysoké, ... zmierňujú negatívne účinky stresu na organizmus.“



Aké sú **signály** popôrodnej depresie či popôrodnej psychózy?



DEPRESIA

Popôrodná depresia sa môže prejavovať nespavosťou, nedostatkom energie, stratou záujmu o bábätko, depresívnou náladou a smútkom, stratou chuti do jedla.

PSYCHÓZA

Popôrodná psychóza je menej častá. Prejavuje sa preludmi, halucináciami, úzkosťou, problémami so spánkom, hlbokým smútkom, prehnanou zhovorčivosťou, hyperaktivitou, niekedy eufóriou, náhlymi zmenami nálad. Symptómy sa môžu rýchlo zhoršovať. Častejšie sa vyskytuje, ak žena má bipolárnu depresiu.





Intenzívne pracujeme
na zlepšení podpory dojčenia
v slovenských nemocniciach

Intenzívne pracujeme na zlepšení podpory dojčenia v slovenských nemocniciach

V MAMILE organizujeme viacero individuálnych stretnutí a školení s lekármi o tom, ako môžu podporovať dojčenie, ako aj skupinových školení pre zdravotníkov či stretnutí zameraných na spoločné konzultácie o rozličných otázkach týkajúcich sa dojčenia. Zorganizovali sme viaceré školenia personálu v nemocniciach, a to nielen novorodeneckých oddelení.

Zrealizovali sme školenia v siedmych nemocniciach v Českej republike, v dvoch nemocniciach na Slovensku a individuálne sme vyškolili viacero lekárov a lekároch v rozličných oblastiach laktačnej medicíny. Pripravili sme pre tieto školenia nové materiály ako aj príklady štandardov poskytovania starostlivosti v oblasti pomoci s dojčením.

Máme pre všetkých záujemcov k dispozícii materiály a štandardy, ktoré sa týkajú:

- » Predpôrodnej prípravy tehotných na dojčenie
- » Zastavenia tvorby mlieka
- » Podpory koža na kožu po vaginálnom pôrode

- » Podpory koža na kožu po cisárskom reze
- » Kontaktu koža na kožu ako materiálu pre rodičov

Začiatkom apríla sme boli pozvaní do nemocnice v českom Pelhřimove, aby ženy a bábätká v tejto pôrodnici dostávali účinnú pomoc a podporu v dojčení.

Spolupracujeme s primárom MUDr. Hynkom Canibalom, ktorý začal v českom Havířove vytvárať jedinečnú pôrodnicu, v ktorej sa podporuje dojčenie a začal robiť v spolupráci s MAMILOU. Na otázku, prečo si za partnerov na spoluprácu vybral práve občianske združenie MAMILA, odpovedal: „Protože jste systematictí, srozumitelní, respektujete medicínu založenou na důkazech. Na Slovensku jste dokázali výrazně zlepšit počty plně kojených dětí, tedy je za vámi kus práce, která přináší dobré výsledky. Za to vám patří velký dík a pro nás bude ctí s vámi spolupracovat. Plánuji postupné proškolení veškerého personálu a zavedení výše uvedeného systému jednotnosti v metodice a přístupech k podpoře kojení.“



Prieskum o podpore dojčenia v slovenských nemocniciach:

V roku 2022 sme pokračovali v snahe **zlepšiť podporu dojčenia v slovenských nemocniciach**. Naďalej je možné **zapojiť sa do prieskumu o podpore dojčenia v slovenských nemocniciach**, ktorý sme spustili v roku 2015 a naďalej každoročne vyhodnocujeme výsledky prieskumu. Prieskum už vyplnilo viac než 13 000 žien a poskytuje tak výborné



Intenzívne pracujeme na zlepšení podpory dojčenia v slovenských nemocniciach

Podpora dojčenia v nemocniciach sa nezlepšuje

Správa z prieskumu o podpore dojčenia v nemocniciach na Slovensku v rokoch 2018 - 2021

marec 2022



Ženské kruhy

2018 – 2019



■ nie ■ áno ■ neviem

2020 – 2021



Boli ste ihneď po pôrode so svojim bábätkom v kontakte koža na kožu a pokračoval tento kontakt neprerušene minimálne hodinu?

mapovanie podpory dojčenia v pôrodniciach. V roku 2022 sme priniesli vyhodnotenie výsledkov prieskumu za posledné 4 roky z údajov, ktoré poskytlo viac ako 5000 žien, ktoré vyplnili prieskum v období medzi rokmi 2018 a 2021. Výsledky prieskumu poukazujú na to, že nepodpora dojčenia pri poskytovaní starostlivosti v nemocniciach je celoslovenský a systémový problém v každom jednom aspekte dojčenia a na to, že za posledné 4 roky sa podpora dojčenia v slovenských pôrodniciach nezlepšila.

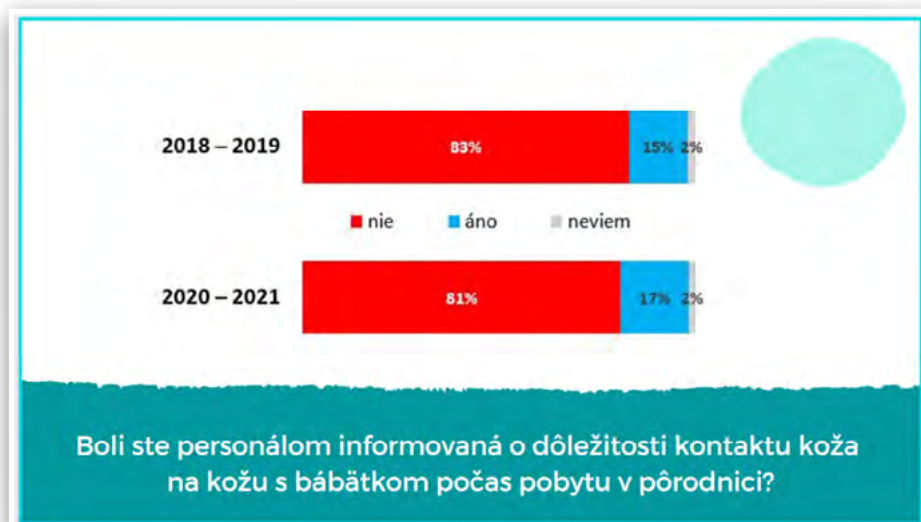
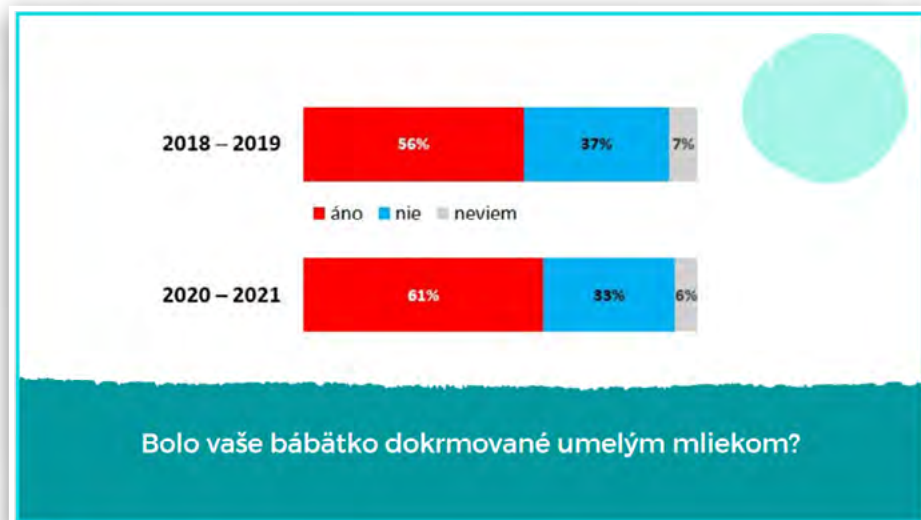
Po tom, čo občianske združenie MAMILA roky upozorňovalo na

zlú situáciu v podpore dojčenia v slovenských pôrodniciach, bolo možné vďaka výsledkom prieskumu jednoznačne povedať, že 10 bodov iniciatívy nemocníc baby-friendly (BFHI) týkajúcich sa podpory dojčenia, slovenské nemocnice nespĺňajú ani na 50 %. Namiesto nápravy v roku 2017 vyhlásilo ministerstvo zdravotníctva, že plakety baby-friendly už hromadne nie sú platné, pretože už vypršala ich platnosť. Bez uznania faktu, že počas celého obdobia, keď sa nemocnice pýšili plaketaми baby-friendly, reálne nespĺňali žiadne z požiadaviek, teda, že reálne neboli baby-friendly nikdy.

A napriek tomu [monitoring webových stránok nemocníc](#) ktorý realizovali v roku 2021 združenia MAMILA a Ženské kruhy, ukázal, že 23 nemocníc na stránkach nepravdivo uvádzalo informácie, že sú držiteľmi plakety BFHI alebo iným zavádzajúcim spôsobom informovali o BFHI. Po vydaní správy väčšina nemocníc nepravdivé informácie zo svojich webových stránok odstránila.

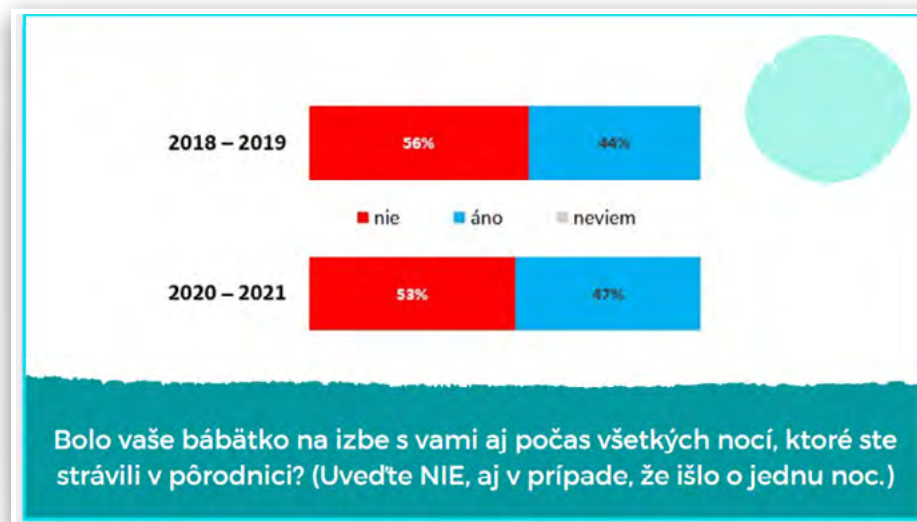
Nemocnice podľa výsledkov prieskumu nespĺňajú žiadne zo sledovaných kritérií BFHI

Intenzívne pracujeme na zlepšení podpory dojčenia v slovenských nemocniciach



ani na 50 %. V súčasnosti ani jedna z nemocníc na Slovensku nie je držiteľom plakety BFHI, no podpora dojčenia by mala byť normou pre starostlivosť po pôrode bez ohľadu na túto skutočnosť. Program BFHI predstavuje minimálny štandard pre popôrodnú starostlivosť, ktorá sa týka dojčenia. Cieľom programu je vytvárať podmienky pre dojčenie, zaistiť prevenciu problémov s dojčením a prinášať účinnú a spoľahlivú pomoc s dojčením.

Od roku 2018 sa teda mali zo strany ministerstva zdravotníctva podnikať kroky pre to, aby bábätká a ženy po pôrode zažívali skutočnú pomoc pri dojčení. Na proces recertifikácie nemocníc ohľadne plakety baby-friendly nemá o. z. MAMILA napriek svojej snahe a ochote žiaden dosah. **O to viac má zmysel pokračovať vo vyplňaní tohto prieskumu, ak ste rodili v ostatných rokoch,** pretože tieto údaje môžu pomôcť



Intenzívne pracujeme na zlepšení podpory dojčenia v slovenských nemocniciach

Prieskum môžete stále vyplňať na stránkach:

<https://www.mamila.sk/sk/pre-matky/nemocnice/>

identifikovať, či sa v oblasti podpory dojčenia v slovenských pôrodniciach niečo mení alebo situácia ostáva rovnako neuspokojivá. Správa, ktorú sme priniesli s výsledkami prieskumu za roky 2018 – 2021 ukázala, že situácia s podporou dojčenia sa nezlepšila, práve naopak:

1. Dve tretiny žien nezažili kontakt koža na kožu po pôrode
2. Každá druhá žena nedostala v nemocnici pomoc s dojčením
3. Dve tretiny detí boli v nemocnici

dokrmované umelým mliekom

4. Väčšina žien nemala možnosť byť v nemocnici po celý čas spolu s bábätkom bez separácie

Podrobné výsledky tejto správy si môžete prečítať v článku a tiež v tlačovej správe, z marca 2022.

Ďakujeme, že podporujete aktivity

o. z. MAMILA, vďaka ktorým sú takéto školenia možné. Z Českej republiky môžete podporiť aktivity pre podporu dojčenia: 2200344827/2010 (FIO banka)

Zo Slovenskej republiky buď cez:

SK4683300000002800344839

alebo z oboch republík cez:

<https://mamila.darujme.sk/447/>



Vzdelávanie profesionálnych laktačných poradkýň

Vzdelávanie profesionálnych laktačných poradkýň

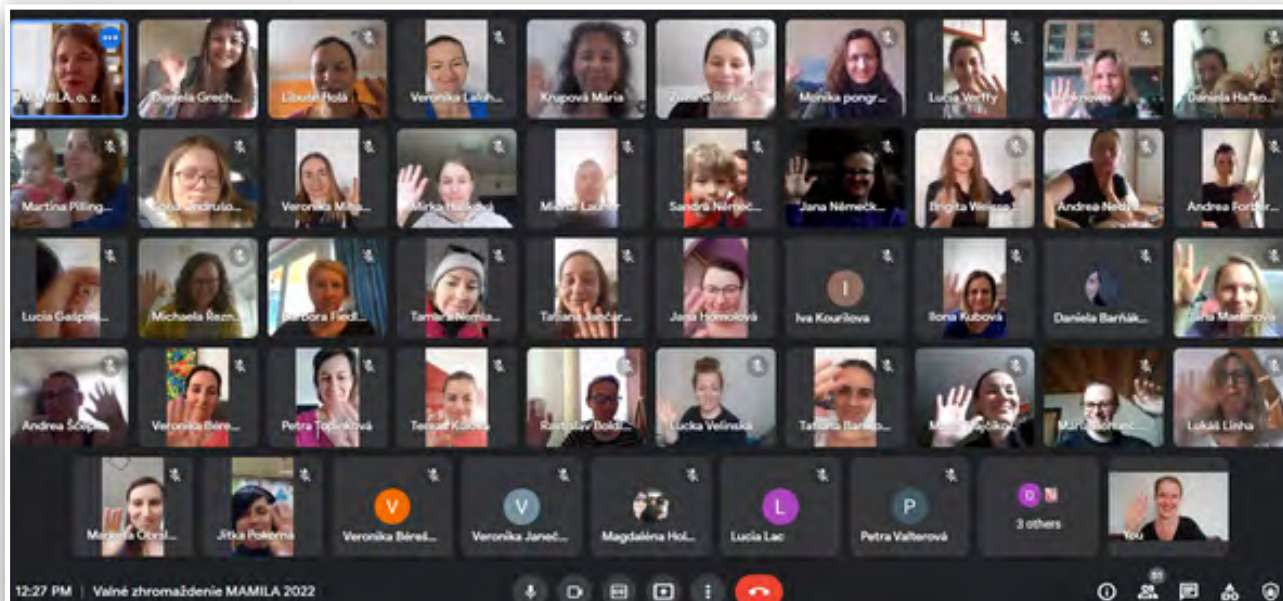
MAMILA ako organizácia na podporu dojčenia prináša kurzy o dojčení pre budúce laktačné poradkyne, kurzy pokročilého vzdelávania a supervízne podporné skupiny pre už pôsobiace profesionálne laktačné poradkyne. Vzdelávame odborníkov a odborníčky na dojčenie. Školíme v oblasti dojčenia laktačné poradkyne, lekárky a lekárov, zdravotníčky a zdravotníkov, ako aj nemocnice a rôznych iných odborníkov pomáhajúcich

s dojčením. Naše vzdelávanie o dojčení, postavené na medicíne založenej na dôkazoch, je na Slovensku aj v Českej republike najrozsiahlejšie a najprecíznejšie čo do rozsahu a počtu vzdelávacích hodín a za mnohé roky realizácie týchto kurzov sme vybudovali overený systém laktačného vzdelávania, ktoré je uznávané ako profesionálne vzdelávanie všade na svete. Naše vzdelávanie oprávňuje absolventky získať celosvetovo uznávaný

titul IBCLC. Obsah kurzu bol pripravený v spolupráci s garantom programu, najvýznamnejším svetovým expertom na dojčenie, dr. Jackom Newmanom, FRCPC, IBCLC, pediatrom z Kanady.

MAMILA podporuje zdravotníkov a zdravotníčky v tom, aby mohli svoje nadšenie pre dojčenie odovzdávať ženám a poskytovať im podporu a pomoc tam, kde je potrebná. V roku 2022 MAMILA získala **akreditáciu Ministerstva zdravotníctva Českej republiky** pre kurzy laktačného poradenstva pre zdravotníkov. Pôrodné asistentky, všeobecné a detské sestry, ktoré kurz laktačného poradenstva MAMILA absolvujú, tak majú možnosť mať svoje výkony v oblasti laktačného poradenstva hradené v rámci svojho zamestnania v nemocnici zo zdravotnej poisťovne.

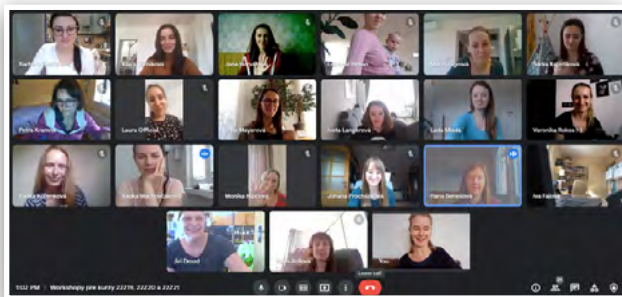
Celková dĺžka tohto vzdelávacieho programu MAMILA pre zdravotníkov je 66 hodín (teoretických aj 32 praktických hodín) a sústreďuje sa podporu dojčenia v prvých dňoch po narodení bábätka a riešenie problémov s dojčením, ak vzniknú.



Valné zhromaždenie členiek a členov o. z. MAMILA

Vzdelávanie profesionálnych laktačných poradkýň

Kurzy pre profesionálne laktačné poradkyne



Online kurz pre budúce laktačné poradkyne

Na kurzy pre budúce laktačné poradkyne pozývame všetkých záujemcov a všetky záujemkyne z radov širokej verejnosti i zdravotníkov, ktorí chcú podporovať ženy 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 na prevenciu a poskytnutie informácií pre správny začiatok dojčenia, ktorý je pre úspešné dojčenie rozhodujúci, tak i na nové konkrétne postupy pri riešení zložitejších situácií, ako je neprisávajúce sa dieťa, spavé dieťa, nepribierajúce 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, rozumejú dôležitosti kontaktu koža na kožu a jeho využitiu, dokážu pomôcť pri správnom prisávaní a polohe a podporiť ženy, ktoré chcú dojčiť, a vedia podržať ženy, ktoré dojčia dlhodobo.

Kurz sa organizuje formou odborných prednášok a workshopov, účastníčky kurzu absolvujú mnoho hodín samoštúdiom a vyplňaním rôznych domácich úloh. Zároveň účastníčky nadobúdajú aj praktické zručnosti v podpore dojčenia. Kurz je ukončený ústnou skúškou, po ktorej získajú účastníčky kurzu certifikát profesionálnej laktačnej poradkyne. Záujemkyne a záujemcovia o kurz sa môžu zaradiť do [databázy](#), z ktorej im budeme posilať pozvánku pri nových pripravovaných kurzoch. V roku 2023 otvoríme ďalšie kurzy.

Zdravotníkom a zdravotníčkam MAMILA poskytuje štipendium, a táto ponuka štipendia býva často využívaná.

Po tom, čo organizáciu kurzov v roku 2020

skomplikovala pandémia COVID-19, intenzívne sme pracovali na vytvorení úplne nového systému vzdelávania online. Tento typ vzdelávania sa v roku 2020 osvedčil a pokračovali sme v ňom aj v roku 2021 a 2022, v ktorých sme zároveň intenzívne dopĺňali ďalšie študijné materiály do vzdelávania online v slovenskom aj českom jazyku. Ide o úplne novú koncepciu poskytovania vzdelávania, ktorý sme do pandémie v takejto miere nevyužívali a príprava týchto nových materiálov predstavovala významnú časovú a personálnu investíciu. A to v časoch, keď karanténne opatrenia súvisiace s epidemiou nového koronavírusu zasiahli aj občianske združenie MAMILA. Dojčenie nedostáva podporu



Pokročilý kurz, Trnava

Vzdelávanie profesionálnych laktačných poradkýň



Online hodinka pre poradkyne

z grantov ani veľkých korporácií, podporujú ho bežní ľudia svojimi dobrovoľnými príspevkami a 2 % z daní. V časoch finančnej neistoty je pre mnohých ľudí, ktorí podporujú naše aktivity, nemožné pokračovať v tejto podpore. Preto si o to viac ceníme podporu a finančnú pomoc, ktorá nám aj v tom náročnom období pomohla pokračovať v zlepšovaní vzdelávania online formou.

Investícia do presunutia teoretickej časti kurzu do priestoru online sa však aj v roku 2021 ukázala ako výborná myšlienka a kurzy v roku 2022 to len potvrdili: účastníčky kurzu si pochvaľovali, že je pre ne možné sa k

informáciám vracieť, vypočúť si ich opakované a kurzy môžu absolvovať aj účastníčky zo vzdialených častí Slovenskej a Českej republiky, či sveta, ktoré by nad kurzom osobne nemohli ani len uvažovať. Podarilo sa nám tak rozšíriť pomoc s dojčením do mnohých oblastí ČR a SR a tiež nových krajín Európy, v ktorých doteraz nepôsobila žiadna profesionálna laktačná poradkyňa MAMILY. To, že účastníčky kurzu majú vďaka vzdelávaniu online lepšie podmienky pre dôkladné naštudovanie si potrebných tém, bolo možné vidieť na následnej praktickej časti kurzu, ktorú účastníčky absolvovali vo forme interaktívnych workshopov online, určených pre získanie praktických vedomostí o poradenstve pri dojčení.



Pokročilý kurz, Praha

V roku 2022 sme otvorili 31 kurzov online formou.

Celkovo sme tak v priebehu roka 2022 vyškoliili 256 účastníčok kurzu poradenstva pri dojčení.

Kontinuálne vzdelávanie certifikovaných profesionálnych laktačných poradkýň

Vzdelávanie poradkýň pokračuje na **kurzoch nadstavbového poradenstva** pre poradkyne pri dojčení s certifikátom. Prezenčnou formou sme zorganizovali 7 dvojdnových kurzov pokročilého poradenstva pri dojčení v rôznych mestách Slovenskej a Českej republiky. Otvorili sme 8 online kurzov pokročilého poradenstva pri dojčení, do ktorých sme v priebehu 2022 dopĺňali ďalšie prednášky. Okrem toho sme pre laktačné poradkyne pripravili supervízne



Pokročilý kurz, Trnava

Vzdelávanie profesionálnych laktačných poradkýň



Regionálne stretnutie poradkýň, Levice



Regionálne stretnutie poradkýň v Lokti

podporné skupiny. V nich sme sa stretávali celkovo 5 hodín v malej skupinke pod vedením lektorky, profesionálnej laktačnej poradkyne a supervízora - psychoterapeuta. V roku 2022 sme zorganizovali 3 takéto skupiny. Stretli sme sa aj online formou na dvoch stretnutiach, na ktorých profesionálne laktačné poradkyne dostávali odpovede na otázky,



Regionálne stretnutie poradkýň, Trutnov

ktoré aktuálne riešili. Na každom takomto stretnutí sa zúčastnilo viac ako 100 účastníčok. Zorganizovali sme dve lokálne miniškolenia v Lokti (ČR) a Trutnove (ČR) pre miestne profesionálne laktačné poradkyne.

Každá profesionálna laktačná poradkyňa sa musí raz ročne zúčastniť najmenej jednej nadstavbovej vzdelávacej aktivity. V roku 2022 sme preškolili všetky profesionálne laktačné poradkyne.

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 2022 sa takto denne vzdelávalo prostredníctvom tohto fóra 598 profesionálnych laktačných poradkýň. Denne v skupine pribudne približne 10 – 20 diskusií o rôznych otázkach dojčenia, vďaka ktorým laktačné poradkyne efektívnejšie pomáhajú rodinám.

Profesionálne laktačné poradkyne sa vzdelávali aj na Valnom zhromaždení, ktoré sa v roku 2022 konalo online a zúčastnilo sa ho 57 členiek a členov o. z. MAMILA.



Regionálne stretnutie poradkýň, Plzeň



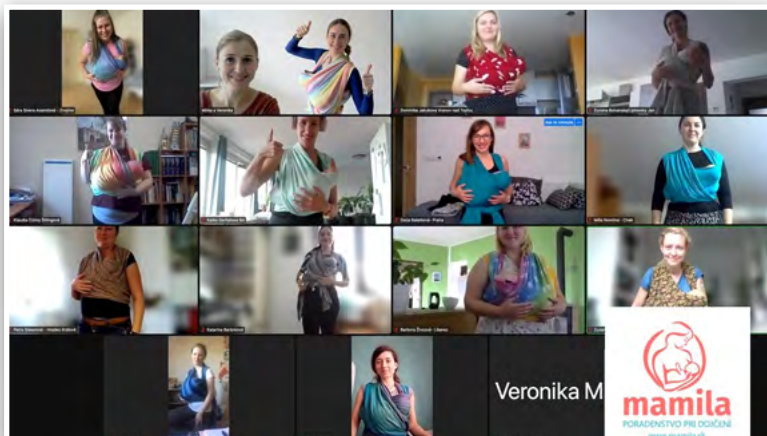
Nosenie pomáha dojčeniu

Veronika M



mamila
PORADENSTVO PRI DOJČENÍ
www.mamila.sk

Nosenie pomáha dojčeniu



Online kurz nosenia

Nosenie významne uľahčuje starostlivosť o dieťaťko a podporuje vzťahovú väzbu. Preto nosenie pomáha dojčeniu. A dojčenie pomáha noseniu, pretože bábätká je možné počas nosenia aj dojčiť. Profesionálne laktačné poradkyne MAMILY pomáhajú ženám aj s nosením, učia ich, ako má vyzeráť nosenie tak, aby sa podporoval správny a zdravý vývoj chrbtice a telička bábäťka, a učia ich, ako nosiť bábätko tak, aby pri dojčení v nosiči či šatke bolo bábätko správne prisaté. To je kľúčové pre to, aby bábätko získavalo pri dojčení dostatok mlieka a aby dojčenie nebolelo.

Preto sme sa počas predchádzajúcich rokov sústredili aj na organizáciu lektorských kurzov pre školiteľky nosenia o podpore nosenia v kontexte vzťahovej výchovy a dojčenia a tiež na prípravu inštruktážneho videa o tom, ako dojčiť počas nosenia v šatke a článkov o nosení.

V roku 2022 sme zrealizovali 6 kurzov poradenstva pri nosení, ktorých sa zúčastnilo celkovo

104 ľudí.

Uskutočnili sme tiež kurz pokročilého poradenstva pri nosení, ktorého sa zúčastnilo 16 účastníčok a workshop pre pokročilé poradenstvo pri nosení, ktorého sa zúčastnilo 22 účastníčok.

Po predošlých rokoch, počas ktorých sme tak celkovo vyškolili už desiatky žien a mužov, ktorí pomáhajú rodinám s nosením, dokážu rodičov naučiť ako používať šatky a nosiče pre bábätká a deti a podporia ich v tom, že naučiť sa nosiť je jednoduché a ako im môže nosenie a dojčenie otvoriť možnosti pre aktívny život s dieťaťom. Kurz je určený pre všetkých, ktorí

majú chuť pomáhať matkám s nosením, lepšie porozumieť celkovému kontextu vzťahovej väzby, neurobiologickému nastaveniu novorodenca a súvislostiam nosenia s dojčením.

Za prípravu a realizáciu týchto kurzov patrí vďaka ich lektorkám a fyzioterapeutkám, Mirke Haškovej a Veronike Mihalskej, ktoré sú súčasne i laktačnými poradkyňami MAMILY.



Online kurz nosenia



Kurzy online pre širokú
aj odbornú verejnosť

Kurzy online pre širokú aj odbornú verejnosť



Za svoju 20-ročnú existenciu MAMILA starostlivo pripravila a v praxi overila program kurzov na tému:

1. laktačného poradenstva
2. poradenstva pri nosení
3. kontaktu koža na kožu
4. podávania príkrmov
5. vzťahovej výchovy

Ide o kurzy, ktoré sú vystavané na vedeckých štúdiách, najnovších medicínskych poznatkoch a rozsiahlych skúsenostiach odborníkov a odborníkov, ktorí sa týmto témam venujú. Kurzy pre profesionálne laktačné poradkyne predstavujú viac ako 150 hodín štúdia a ich

FRCPC, IBCLC.

Priniesli sme rodičom novinku na uľahčenie výchovy detí počas obdobia dojčenia, ale aj neskôr, keď už sa nedojčia, nenosia a ženy nevedia, ako riešiť niektoré situácie. Ide o kurz ako vychovávať (nielen) pre dojčené deti. Náš **online kurz, ktorý prináša množstvo "aha" momentov o výchove.** Prevedie rodičov situáciami, ktoré každodenne zažívajú so svojimi deťmi. Tento kurz dá rodičom viac než len stratégie na ich zvládanie. Prestanú mať strach, že robia pri výchove chyby a začnú sa zo svojich detí tešiť. Tento kurz si už vypočulo viac ako 200 ľudí.

o d b o r n ý m
garantom je
svetový expert
na laktačnú
medicínu a riaditeľ
Medzinárodného
centra pre dojčenie
(International
Breastfeeding
Centre) v Toronte,
dr. Jack Newman,

Ku kurzu sme pripravili aj **eBook o vzťahovej výchove**. Všetky informácie z kurzu tak majú rodičia na jednom mieste a môžu sa k nim vracať.

Okrem toho sme pripravili kurz vo forme krátkej hodinovej prednášky pre všetkých, ktorí sa zaujímajú o tému príkrmov, tuhej stravy a toho, ako sa bábätko učí papať. Kurz **Ako sa bábätko učí jesť (príkrmy)** zrozumiteľne prezentuje kŕmenie bábätiok v úplne inom svetle, než sú ľudia zvyknutí. Nielenže je v jedle pre bábätká chaos, z jedla sa stal strašák a mnoho rodičov pristupuje ku kŕmeniu bábätiok s obavami, aby niečo nepokazili. Tento kurz si už vypočulo takmer 900 ľudí.

Pre širokú a odbornú verejnosť sme pripravili záznam konferencie s popredným neurovedcom dr. Nilsom Bergmanom. Kurz s názvom **Podpora dojčenia kontaktom koža na kožu** si doteraz vypočulo už viac ako 400 ľudí. Dr. Bergman je vyhľadávaný svetový prednášateľ a možnosť vypočuť si jeho prednášky z konferencie bola na Slovensku jedinečná.



Podpora marginalizovaných rómskych komunít v dojčení

Podpora marginalizovaných rómskych komunít v dojčení



Školenie pre asistentky podpory zdravia v nemocniciach

V roku 2022 sme pokračovali v spolupráci s príspevkovou organizáciou ministerstva zdravotníctva, Zdravé regióny, a naďalej sme v poskytovali školenia pre asistentky podpory zdravia v nemocniciach.

V roku 2022 sme vyškoliли 9 nových profesionálnych laktačných poradkýň MAMILY, ktoré budú pôsobiť ako asistentky podpory zdravia pomáhajúce obyvateľom marginalizovaných rómskych komunít počas ich pobytu v pôrodnici.

Okrem toho sme v roku 2022 školiли rómske laktačné poradkyne, ktoré pôsobia v nemocniciach na východnom Slovensku.

Lektorkou bola certifikovaná laktačná poradkyňa MAMILY, MUDr. Ivana Kušnierová. Toto školenie je jednou zo série školení, ktoré prebiehajú už tri roky a ktoré budú zakončené skúškou a získaním certifikátu laktačnej poradkyne MAMILY. Tieto profesionálne laktačné poradkyne sa budú venovať ženám a bábätkám po pôrode tak, aby im vedeli pomôcť:

- » s prevenciou problémov s dojčením
- » s bolesťou pri dojčení a poranenými bradavkami
- » ako utíšiť plačúce bábätko a ako ho uspať



Školenie pre asistentky podpory zdravia v nemocniciach

- » ako zhodnotiť, či bábätko nie je hladné a či pri dojčení pije dostatok mlieka z prsníka
- » so zvýšením príjmu materského mlieka
- » so spavým bábätkom
- » s neprisávajúcim sa bábätkom a aby im dokázali odpovedať na otázky, ktoré sa po pôrode ženy o dojčení pýtajú.





Podporné skupiny dojčenia
pomáhajú ženám pokračovať v dojčení

Podporné skupiny dojčenia pomáhajú ženám pokračovať v dojčení



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Kostelec nad Černými lesy

Ide o stretnutia žien s dojčenými bábätkami a deťmi, ktoré sa spolu s profesionálnou laktáčnou poradkyňou MAMILA rozprávajú o svojich otázkach, pocitoch ohľadom dojčenia a materstva a nachádzajú tak užitočné informácie, pocit spolupatričnosti, priateľstvo a najmä podporu a ochotu pokračovať v tom, čo robia. Ženy, ktoré navštevujú podporné skupiny preto dojčia dlhší čas výlučne a dlhodobejšie.

MAMILA organizuje už viac ako 200 takýchto stretnutí na Slovensku, v Čechách či v Írsku. **V roku 2022 sa otvorili nové podporné skupiny dojčenia** v týchto mestách či obciach:



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Sušice

Košice (dve nové skupiny), Trnava, Bratislava (Lamač), Záhorská Bystrica, Nové Zámky, Spišská Nová Ves, Stará Ľubovňa, Šamorín, Senica, Kostelec nad Černými lesy, Karviná, Písek, Náchod, Chropyna, Častrov, Hradec Králové, Kolín, Brno, Praha (v časti Zbraslav, ale aj v Prahe 6 a 3), Uherské Hradiště, Jindřichův Hradec, Olešná (v Českej republike), Vyškov, Bakov nad Jizerou, Žirovnice, Plzeň, Jihlava, Valteřice, Jevíčko a Velké Opatovice.

V úvode roku 2022 bolo potrebné mnohé z týchto stretnutí organizovať vzhľadom na epidemiologické opatrenia prostredníctvom stretnutí online.



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Most



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Prešov

Podporné skupiny dojčenia pomáhajú ženám pokračovať v dojčení



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Dolná Súča



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Most



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Praha 6



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Přelouč



Stretnutie podpornej skupiny dojčenia, Košice

A photograph of a woman with blonde hair, wearing a white lace-trimmed top, breastfeeding her baby. The baby is wearing a light-colored onesie and a small bow in its hair. The woman is sitting and holding the baby close to her chest. The background is a soft, out-of-focus white.

**MAMILA oslávila 41 rokov
ochrany dojčenia kódexom**

MAMILA oslávila 41 rokov ochrany dojčenia kódexom



Všetko začalo v roku 1973 vydaním článku [The Baby Killer](#). Článok popisuje propagačné praktiky výrobcov umelých mliek, prostredníctvom ktorých pretláčajú svoje výrobky v krajinách tretieho sveta a robia tak matky a ich deti v dojčenskom veku závislé od umelého mlieka, ktoré si však nemôžu dovoliť z dôvodu chudoby zakúpiť alebo zarábať v hygienicky nezávadnej vode, čo spôsobuje podvýživu detí a tiež črevné infekcie so smrteľnými následkami. Výrobcovia umelej výživy zažalovali autora

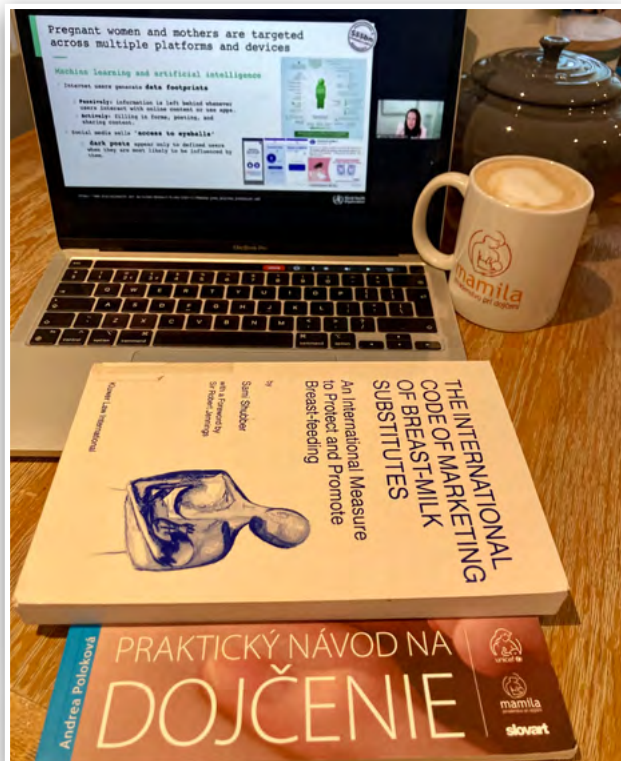
článku za kazenie dobrého mena (vo Švajčiarsku za nemeckú verziu článku). Výsledkom súdneho procesu bola symbolická pokuta pre autora v hodnote 300 švajčiarskych frankov, ale sudca zároveň napomenul firmu Nestlé, že by mali zásadne zmeniť svoj spôsob komunikácie s verejnosťou. Tento proces v Európe spustil publicitu v USA, ktorá viedla až k výzvam k bojkotu výrobkov Nestlé a k vytvoreniu organizácie INFAC. Bojkot sa odtiaľ rozšíril do Austrálie,

na Nový Zéland a do Európy. V dôsledku toho v roku 1979 zvolali organizácie WHO (Svetová zdravotnícka organizácia) a UNICEF medzinárodné stretnutie odborníkov a odborníčok na výživu s cieľom vytvoriť rámec pre reklamu a propagáciu pochádzajúcu od výrobcov náhrad materského mlieka (vrátane umelej výživy). Výsledkom bolo vytvorenie medzinárodnej organizácie IBFAN (The International Baby Food Action Network) na zaistenie bezpečného kŕmenia

detí, dojčených aj nedojčených. Bol tiež v prítomnosti zástupcov firiem vyrábajúcich umelú výživu vytvorený Medzinárodný kódex o marketingu náhrad materského mlieka, ktorý je záväzný pre členské krajiny spolupracujúce so Svetovou zdravotníckou organizáciou, a teda aj pre Českú republiku a Slovenskú republiku.

Agresívny marketing umelej výživy je jeden z najdôležitejších faktorov, ktoré stoja za tým, že už v prvom týždni po pôrode zažije problémy s dojčením 92 % žien. Firmy vyrábajúce náhrady materského mlieka majú na každé jedno narodené dieťa vyčlenených 40 € na kampaň na to, aby nebolo dojčené. MAMILA ako občianske združenie už dlhé roky nabáda slovenskú a českú odbornú aj širokú verejnosť, aby sa pridali k dodržiavaniu Medzinárodného kódexu o marketingu náhrad materského mlieka. V roku 2021 sme sa pridali k oslavám 40. výročia ochrany dojčenia medzinárodným kódexom. V roku 2022 sme pokračovali v aktivitách pre podporu dojčenia. 23. februára sme sa zúčastnili webinára WHO a UNICEF, na ktorom bola zverejnená [doteraz najväčšia správa o manipulatívnom marketingu výrobcov umelej výživy](#). Obsahuje aj mnohé

MAMILA oslávila 41 rokov ochrany dojčenia kódexom



znepokojivé fakty:

„Dáta ukázali, že marketingu náhrad materského mlieka je vystavených 84 % všetkých opýtaných žien vo Veľkej Británii, 92 % žien vo Vietname a 97 % opýtaných v Číne, čo zvyšuje pravdepodobnosť, že sa rozhodnú pre umelé

mlieko ako náhradu materského mlieka.

Správa uvádza alarmujúcu skutočnosť, že veľké množstvo zdravotníckeho personálu vo všetkých krajinách oslovili výrobcovia náhrad materského mlieka. Tí následne ovplyvnili, čo budú títo zdravotníci a zdravotníčky odporúčať novopečeným matkám. Výrobcovia upevňovali svoj vplyv prostredníctvom darovaných reklamných predmetov, bezplatných vzoriek, financovaním výskumov, platených stretnutí, udalostí a konferencií, a dokonca aj provízií z predaja, čo následne priamo ovplyvňuje rozhodovanie rodičov o spôsobe výživy. Viac ako tretina opýtaných žien uviedla, že im zdravotník odporučil konkrétnu značku náhrady materského mlieka.“

V apríli 2022 sa MAMILA zúčastnila konferencie online, na ktorom bola Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO) oficiálne detailne predstavená nová správa o rozsahu a vplyve digitálneho marketingu na propagáciu náhrad materského mlieka.

V súvislosti s umelou výživou majú ľudia často nesprávny dojem, že organizácie podporujúce dojčenie, sú proti umelému mlieku a považujú

ho za „zlo“ alebo odsudzujú matky, ktoré krmia deti umelou výživou. Nie je to tak. A tento dojem firmy vyrábajúce umelú výživu ešte ďalej zneužívajú – ich reklamné kampane sú postavené na rétorike o „dobrých“ a „zlých“ matkách, na zdanlivej podpore dojčenia („Dojčenie je to najlepšie, ale keď to nejde...“).

V skutočnosti organizácie podporujúce dojčenie, vrátane občianskeho združenia MAMILA, nekritizujú používanie umelého mlieka, dokonca profesionálne laktačné poradkyne ho samy v náležitých prípadoch odporúčajú a nekritizujú ani ženy, ktoré nedojčia. Problémom je spôsob, akým sa umelé mlieko propaguje a vnucuje ženám, ktoré by ho nepotrebovali používať. Teda problém nastáva v oblasti agresívneho marketingu umelej výživy.

Digitálne technológie sa využívajú v oblasti marketingu potravinárskych výrobkov na celom svete čoraz viac. Hoci Medzinárodný kódex o marketingu náhrad materského mlieka uvádza, že by nemala existovať žiadna reklama alebo iná forma propagácie náhrad materského mlieka širokej verejnosti, v rámci digitálneho

MAMILA oslávila 41 rokov ochrany dojčenia kódexom

marketingu sa ešte viac zvýšilo porušovanie kódexu a ovplyvňovanie verejnosť, a to aj odbornej verejnosti. V novembri 2020 Svetové zdravotnícke zhromaždenie (WHA) požiadalo, aby WHO pripravila správu o tom, ako sa digitálne marketingové stratégie využívajú na propagáciu náhrad materského mlieka. Táto nová správa hlbšie skúma rozsah, techniky a vplyv digitálnych marketingových stratégií na propagáciu náhrad materského mlieka.

Záverom apríla 2022 vydala Svetová zdravotnícka organizácia správu o stratégiách firiem, ktoré vyrábajú umelé mlieko, a ktorých hodnota je 55 miliárd amerických dolárov.

Firmy vyrábajúce umelé mlieko majú na matky na sociálnych médiách 3-krát väčší dosah ako vedecké informácie o dojčení z nekomerčných zdrojov. Aby presvedčili rodiny o kvalitách umelého mlieka, postujú približne 90-krát za deň a ich posty vidí denne okolo 229 miliónov používateľov a používateľiek.

Firmy vyrábajúce umelé mlieko cieľia svoje pôsobenie online hlavne na matky a využívajú na to aj influencerky a influecerov, pričom tento obsah nebýva vnímaný ako reklama,

hoci o reklamu v skutočnosti ide. Zasahuje ženy vo veľmi zraniteľnom období, keď ich personalizovaný obsah a príbeh influenceriek presviedča o tom, že prejsť na umelé mlieko vyrieši ich trápenie s dojčením, vytvára dojem, že dojčenie je náročné, bolestivé, problematické, neriešiteľné a že všetko sa zlepší, keď prejdú na umelú výživu, a to všetko za sprievodu sloganov typu „každá matka chce pre svoje dieťa to najlepšie“ alebo „dieťa potrebuje hlavne šťastnú matku, lebo šťastná matka rovná sa šťastné dieťa“.

Reklama na umelé mlieko je premyslená a nenápadná do takej miery, že väčšina ľudí odmieta predstavu, že by ich ovplyvňovala, hoci správa WHO zistila opak. Firmy vyrábajúce umelé mlieko ponúkajú matkám rozličné appky, podporné skupiny online, „baby kluby“, platených influecorov a influencerky, poradne online, súťaže, testovanie výrobkov, rady či články, ktoré vyzerajú ako nezávislé či dôveryhodné informácie. Pomenúvajú dojčenie ako trápenie a ako vykúpenie prezentujú rady, ktoré vedú neodôvodnenému používaniu umelého mlieka. Vytvárajú pochybnosti o tom, či bábätkám materské mlieko neškodí napríklad

tým, že hovoria o kolikách, bolestiach bruška, grckaní, plači, refluxe, alergiách alebo alergiách na bielkovinu kravského mlieka.

V štátoch Európskej únie ani na Slovensku neexistuje legislatíva, ktorá by zabránila tomu, aby firmy, ktoré vyrábajú umelé mlieko, mali zásadný vplyv na to, akým spôsobom sú bábätká kŕmené, čo znamená, že:

- » už v pôrodnici dostane umelé mlieko viac ako 60 % bábätiok,
- » na konci 6. mesiaca nie je dojčená viac polovica bábätiok,
- » používania umelého mlieka vo veku 2 či viac rokov sa považuje za snahu o čo najlepšie zdravie dieťaťa, ale dojčenie dieťaťa vo veku 1 či 2 rokov sa považuje za nezdravé, zbytočné či škodlivé.

Zdroj: WHO: WHO reveals shocking extent of exploitative formula milk marketing, tlačová správa, Ženeva, 28. 4. 2022: <https://www.who.int/news/item/28-04-2022-who-reveals-shocking-extent-of-exploitative-formula-milk-marketing>

*Dojčenie nie je len
materského mlieka.
Pre bábätko a matku
znamená omnoho viac.*

- Pre matky
- Pre poradkyne
- Pre zdravotníkov
- O nás
- Kontakt
- Obchod

» Slovensky | Český

DOJČENIE – MAMILA, o. z.

Podporte nás

Vyhľadať

OK

Hľadáte pomoc?

» Poradňa dojčenia

» Zoznam poradkýň

» Videoukážky dojčenia

» Foto správneho prisatia

» Podporné skupiny

» Plagáty o dojčení

» Články

» Príklady

» Fotogaléria dojčenia

» Zaujímavosti



Občianske združenie MAMILA poskytuje pomoc, poradenstvo a podporu ženám, rodinám a deťom počas celého obdobia trvania dojčenia. Veľmi dobre rozumieme frustrácii žien, ktoré sa rozhodnú dojčiť a zistia, že iba rozhodnutie nestačí. Potrebujú, aby im niekto skutočne pomohol. Takúto pomoc poskytujú osobne laktáčne poradkyne MAMILY.

Novinky

 Zdieľať na Facebook

Dojčenie v lete 23.05.2023



Potrebuje v horúcich dňoch výlučne dojčené bábätko tekutiny navyše? Môže sa dojčiaci matka kúpať v bazéne? Môže pokračovať v dojčení pri ochorení tráviaceho traktu, napr. salmonelóze? Prečítajte si náš článok venovaný dojčeniu v letnom období.

[Čítať ďalej »](#)

42 rokov ochrany dojčenia kódexom WHO 21.05.2023



Firmy vyrábajúce náhrady materského mlieka majú na každé jedno narodené dieťa vyčlenených 40 € na kampaň za to, aby nebolo dojčené.

Prihlásenie pre členky

Mapa stránok

 Dojčenie na Facebooku

 Dojčenie na YouTube

 Dojčenie na Twitteri

 Dojčenie na Pintereste

 Dojčenie na Instagrame

DOJČENIE A ...

- Adoptívne dojčenie
- Alkohol, fajčenie, káva
- Bradavky, prsníky
- Cmúľanie prstov

• Cumlíky

• Covid

• Dlhodobé dojčenie

• Dojčenie dvojičiek

Pomoc pre rodičov
na našich webových stránkach

Pomoc pre rodičov na našich webových stránkach

V roku 2022 si naša webová stránka udržala vysokú čítanosť. Máme v priemere 88-tisíc návštev za mesiac, pričom zobrazia takmer 186-tisíc stránok. Ročne to v roku 2022 bolo viac ako 1 miliónov návštev a zobrazili viac ako 2,2 milióny stránok.

Naše stránky si prezerajú najmä ženy, ale 22 % ľudí, ktorí si prezerajú naše stránky, sú muži. Viac ako 41 % z ľudí, ktorí si prezerajú naše stránky, je vo veku 25 – 34 rokov, nasleduje veková skupina 35 – 44 rokov.

Takmer 90 % ľudí prezerá naše webové stránky cez mobil, a preto **naďalej investujeme energiu a finančné prostriedky do úpravy našich webových stránok tak, aby boli moderné a jednoducho čitateľné v mobile.**

Intenzívne sme pracovali na českej verzii našej stránky www.mamila.sk. Pripravili sme technické podklady pre českú verziu a postupne pridávame články preložené do češtiny. Česká stránka bude k dispozícii v tomto odkaze: <https://www.mamila.sk/cz/uvod/>

Veľa času sme investovali do prípravy článkov, faktov o dojčení, skutočných príbehov

dojčiacich žien a informácií o dojčení tak, aby každý, kto hľadá informácie o dojčení, našiel na našich stránkach odpoveď.

Pripravili sme **množstvo nových článkov**, ako aj mnohé nové **príbehy o dojčení** a rozhovory so známymi osobnosťami.

Na našich stránkach naďalej funguje **efektívny vyhľadávač**, do ktorého stačí zadať kľúčové slovo a návštevníci nájdu odpovede na svoje otázky.

Pravidelne prinášame informácie o najnovších poznatkoch o dojčení zo sveta vedy v sekcii **Dojčenie a veda**. V sekcii **Médiá** sa vyjadrujeme k aktuálnym témam.

Udržiavame fungovanie **zoznamu podporných skupín dojčenia a skupín pre prípravu tehotných**

na dojčenie, v ktorom ľudia jednoducho a rýchlo nájdu aktuálne informácie o podporných skupinách a školách dojčenia pre tehotné, ktoré sa organizujú v ich mieste bydliska.



*Dojčenie nie je len pitie
materského mlieka.
Pre bábätko a matku
znamená omnoho viac.*

- Pre matky
- Pre poradkyne
- Pre zdravotníkov
- O nás
- Kontakt
- Obchod

» Slovensky | Česky

Na dojčení a kontakte bábätko s matkou záleží. Aj pri Covide.

09.03.2021

 Zdieľať na Facebook



Hľadáte pomoc?

» Poradňa dojčenia

» Zoznam poradkýň

» Video poradenstvo

» Foto správneho prisatia

» Podporné skupiny



MAMILA neustále upozorňuje na oddeľovanie bábätiok od matiek s pozitívnym testom na koronavírus. Vo včerajších správach ste sa mohli dopočuť, že v slovenskej nemocnici sa narodili dvojčiky pozitívnej matke. Jedno z detí bolo pozitívne, druhé bolo negatívne. Pracovníci nemocnice komentovali jedinečnosť tejto situácie a vysvetlili, že zdravé dieťa bolo od matky oddelené a „materské mlieko dostáva“ len choré bábätko. Tieto komentáre znova len potvrdili, že dojčenie a kontakt bábätko s matkou sa považuje za nadštandard, za niečo, čo v skutočnosti nie je dôležité.

Poradňa dojčenia pomáha

Vyhľadať

OK

Prihlásenie pre členky

Mapa stránok

 Dojčenie na Facebooku

 Dojčenie na YouTube

 Dojčenie na Twitteri

 Dojčenie na Pintereste

 Dojčenie na Instagrame

DOJČENIE A ...

- Adoptívne dojčenie
- Alkohol, fajčenie, káva
- Bradavky, prsníky
- Čmúľanie prstov
- Cumlíky
- Dlhodobé dojčenie
- Dojčenie dvojčiek

Poradňa dojčenia pomáha

V našej [poradni dojčenia o. z. MAMILA](#) online **medzinárodný tím odborníkov a odborníček na dojčenie odpovedá na vaše otázky o dojčení, v tomto roku sme oslávili už dvanásť rok pomoci s dojčením prostredníctvom poradne dojčenia. Zodpovedali sme ich už viac ako 8-tisíc.** Z množstva odpovedí sme vypracovali články na najčastejšie sa vyskytujúce otázky - o grckaní, spánku, kolike, príberaní či dojčení starších detí. Tieto články nájdete v sekcii [Dojčenie a...](#)

Chod poradne dojčenia sme vďaka podpore udržali aj tento rok a to napriek tomu, že v roku 2018 ministerstvo vnútra zrušilo MAMILE možnosť organizovať verejnú zbierku na podporu dojčenia. Návrh na zbierku sme podávali s cieľom ochrany zdravia dojčením už niekoľkokrát a až do roku 2018 sme vždy mali podporu ministerstva aj verejnosti. Zbierka mala umožňovať zasielanie darcovských SMS správ, čo množstvo našich podporovateľov a podporovateľiek oceňovalo. Vyjadrenie, ktoré sme dostali, uvádzalo, že poskytovanie odpovedí v Poradni dojčenia na [www.mamila.sk](#) nepredstavuje ochranu zdravia. Tešíme sa,

že svojou neustálou podporou hovoríte, že poskytovanie odpovedí a pomoci dojčiacim ženám ochranu zdravia predstavuje.

Pomôžte nám v tejto forme pomoci pokračovať. Svoje príspevky môžete zasielať na: <https://mamila.darujme.sk/447/>

Alebo na slovenský účet:
SK4683300000002800344839
a z Českej republiky na účet:
2200344827/2010 (FIO banka).

mamila
poradenstvo pri dojčení

Problémy s dojčením sa dajú riešiť aj inak ako fľašou.

▼ Pre matky • Pre poradkyne • Pre zdravotníkov • O nás • Kontakt • Obchod

» Slovensky | Česky

Poradňa dojčenia

Poukážte 2 % na dojčenie
www.mamila.sk

Hľadáte pomoc?

» Poradňa dojčenia
» Zoznam poradkýň
» Videoukážky dojčenia

Niekedy sa nestačí rozhodnúť dojčiť. Potrebujete tiež podporu a pomoc. Ak máte otázku súvisiacu s dojčením, radi vám na ňu odpovieme.

Odpoveď na svoju otázku možno nájdete aj v už publikovaných odpovediach - skúste si ich pred odoslaním otázky [vyhľadať](#) a prečítať. Svoju otázku pravdepodobne nájdete aj v tomto [tematicky zoradenom prehľade odpovedí z poradne](#).

Kto na vaše otázky odpovedá? Podľa typu otázky vám odpovie náš medzinárodný tím o. z. MAMILA zložený z:

- farmaceutka PharmDr. Martina Perháčová (SR)
- lekárka a laktčná poradkyňa MUDr. Lucia Kantorová (ČR)
- pediater Jack Newman, M.D., FRCP (Kanada - tieto odpovede vám zadarmo preložíme a uverejníme)
- podľa potreby ďalší autori ako: laktčná poradkyňa, psychologička, lekárka ORL, klinický farmakológ, oftalmológ

Vyplnením registračného formulára súhlasíte so spracovaním svojich osobných údajov. [Vaše](#)

Podporte nás

Vyhľadať

Prihlásenie pre členky

Mapa stránok

- Dojčenie na Facebooku
- Dojčenie na YouTube
- Dojčenie na Twitteri
- Dojčenie na Pintereste
- Dojčenie na Instagrame

DOJČENIE A ...

- Adoptívne dojčenie
- Alkohol, fajčenie, káva
- Prírodné dojčenie

PRAKTICKÝ NÁVOD NA

Kniha Praktický návod
na dojčenie



mamila
poradenstvo pri dojčení

Kniha Praktický návod na dojčenie

„Táto kniha ma zachránila! Keď som sa v nemocnici nevedela vyznať v protichodných informáciách sestričiek, našla som v nej odpoveď na každú otázku, ktorú som práve riešila. Vďaka nej som vedela, na čo sa mám sústrediť. Z pôrodnice sme odchádzali ako jediní bez dokrmovania.“

Viera

Aj v roku 2022 sme poskytovali pomoc matkám a bábätkám knihou **Praktický návod na dojčenie**. Kniha je k dispozícii aj v **českej** a **chorvátskej** jazykovej verzii.

V roku 2022 sme venovali 39 českým nemocniciam viac ako 750 kníh Praktický návod na dojčenie. Vďaka tomu budú mať ženy po pôrode prístup k informáciám a fotografiám, ktoré im v prvých dňoch pomôžu v začiatkoch dojčenia. Tieto knihy nemocnice získali počas Svetového týždňa dojčenia vďaka projektu profesionálnej laktačnej poradkyne MAMILY, Terezy Mynářovej, a obrovskej finančnej podpore verejnosti a laktačných poradkýň a fanúšikov a fanúšičiek MAMILY, ktorí prispeli na podporu dodania kníh do každej nemocnice, ktorá chce v Českej republike takto podporiť matky a bábätkami.

Tento projekt, ktorému Tereza venovala nesmierne množstvo úsilia a času, je pokračovaním

aktivít MAMILY na podporu nemocníc v Českej republike a na Slovensku, v rámci ktorých v minulosti MAMILA venovala:

- » Každé nemocnici v SR po 100 ks kníh Praktický návod na dojčenie, celkovo 6000 kníh.
- » Vďaka grantu sme v roku 2019 zaslali slovenským nemocniciam 118 kníh.
- » Českým nemocniciam sme v roku 2018 pri príležitosti vydania českej verzie knihy poslali každej nemocnici viac ako 200 kníh.
- » Vďaka vašej podpore sme v roku 2018 poslali 100 kníh slovenským pediatrom a lekárom a 40 kníh pediatrom v Českej republike.
- » V roku 2022 sme z vlastných zdrojov darovali 2000 kníh nemocnici v Havířove (ČR).

Pomôžte nám darovať ďalšie knihy, ktoré potrebujú v havířovskej nemocnici, ale aj v iných nemocniciach.

Svoje príspevky môžete zasielať na:

<https://mamila.darujme.sk/447/>



Kniha Praktický návod na dojčenie



Alebo na slovenský účet:
SK4683300000002800344839 a z Českej republiky na účet: 2200344827/2010 (FIO banka).

V roku 2023 potrebujeme získať podporu aj pre opätovné vydanie zrevidovaných nových verzií slovenskej aj českej knihy Praktický návod na dojčenie a Praktický návod na kojenie. Nové vydanie oboch kníh bude obsahovať zrevidovaný text, niekoľko nových zmenených kapitol ako aj viaceré nové fotografie.

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 žien tesne po pôrode – ako pomôcť neprisávajúcemu sa bábätku, ako riešiť bolestivé bradavky a prsníky, nepriberajúce bábätko, spavé bábätko, žltáčku, plač bábätko. Kniha by nemala chýbať v rukách žiadnej ženy, ktorá sa

pripravuje na pôrod a dojčenie.

Knihu ocenila a podporila [videom](#) aj televízna moderátorka Hana Gallová Zavřelová.

Odporúčame vám preštudovať si aj náš [e-book](#) o tom, ako vychovávať (nielen) dojčené deti.

PODPORTE DOJČENIE

MAMILA.DARUJME.SK/447

IBAN: SK4683300000002800344839



Mamila - dojčenie
www.mamila.sk kojení

@MAMILA.DOJCENIE · Zdravotníctvo a zdravie

[Kontaktujte nás](#)

[mamila.sk](#)

[Domov](#)

[Fotky](#)

[Videá](#)

[Podujatia](#)

[Viac ▾](#)

[Páči sa mi to](#)



Informácie

[Zobraziť všetko](#)



Vytvorte príspevok

[Nahlásiť sa](#)

[Označiť priateľov](#)

Podpora a pomoc pri dojčení
na sociálnych sieťach

i Sme občianske združenie MAMILA.
Pomáhame ženám, aby svoje deti dojčili.



Používateľ Mamila - dojčenie www.mamila.sk kojení si
zmenil titulnú fotku.

Podpora a pomoc pri dojčení na sociálnych sieťach

Počas roku 2022 sme investovali veľa energie do prípravy nových príspevkov o dojčení pre sociálne siete a tieto príspevky sme začali zverejňovať v závere roku a budeme v nich pokračovať aj naďalej.

MAMILA má svoju stránku aj na [Facebooku](#). V roku 2022 sa počet návštevníkov a návštevníkov, ktoré z tejto stránky do svojich FB profilov denne dostáva novinky a zaujímavosti o dojčení a aktivitách MAMILY zvýšil na viac ako 32 000.

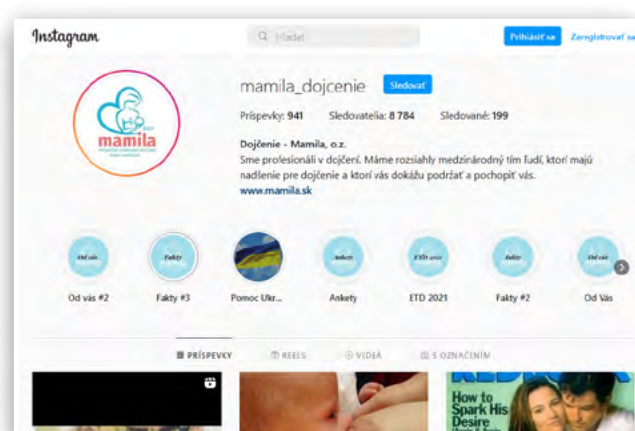
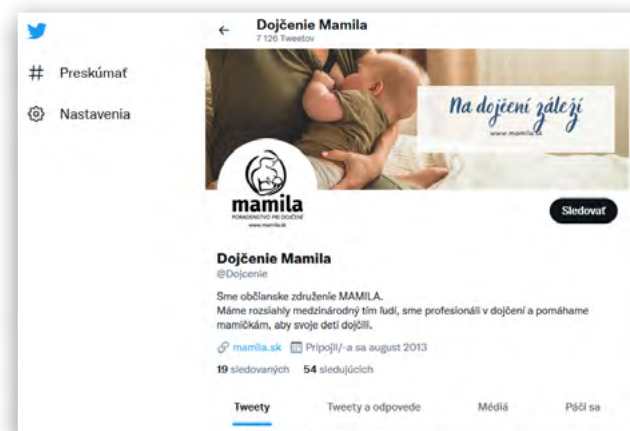
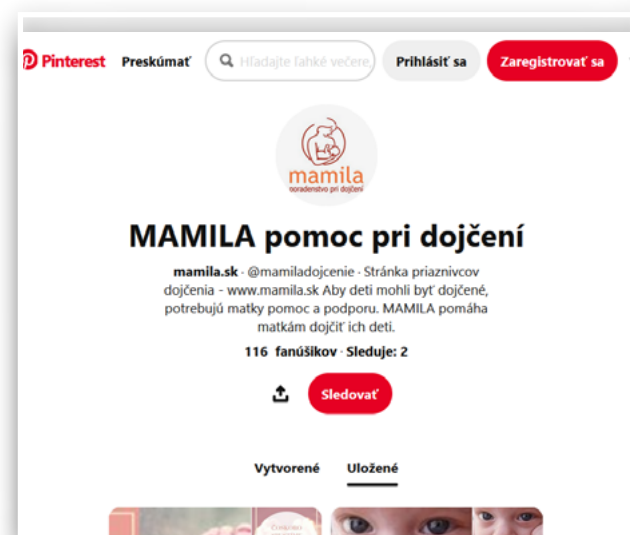
Na Facebooku sme každý deň pridali približne niekoľko nových príspevkov, zverejňovali sme fotografie dojčiacich žien pre vytváranie

kultúry dojčenia a využívali sme Facebook na šírenie poznatkov o dojčení. Ľuďom, ktorí nás sledujú, 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 ceny, zvlášť veľká súťaž na Vianoce, do ktorej sme pripravili viac ako 20 cien. Súťaže budeme organizovať aj v roku 2023.

MAMILU a dojčenie nájdete aj na [Instagrame](#), kde môžete sledovať okrem nášho profilu @mamila_dojcenie aj samotné hashtagy #mamila, #mamilapomaha alebo #dojcenie. Na Instagrame nás sleduje už viac ako 10-tisíc ľudí.

Informácie o dojčení je možné nájsť aj na [Twitteri](#) a na [Pintereste](#).

Podporu pre dojčenie nájdete aj na YouTube, kde ponúkame možnosť [odoberať naše inštruktážne videá](#). Intenzívne pracujeme na vytvorení materiálov, ktoré ženám pomôžu s dojčením a riešením niektorých konkrétnych situácií, ktoré sa počas dojčenia môžu vyskytnúť. Na našom YouTube kanáli



Podpora a pomoc pri dojčení na sociálnych sieťach

sme **priniesli rôzne videá** s návodom **ako uspať bábätko**, ako rozpoznať **znaky záujmu bábätko o dojčenie**, ako často sa má bábätko **dojčiť**, či video **o kontakte koža na kožu**. Pripravili sme video o tom, **ako riešiť situáciu s prílišne naliatymi prsníkmi po pôrode**. Pozrite si aj naše video **o dojčení predčasne narodených detí**. V budúcnosti plánujeme pripraviť video zobrazujúce kroky, ktoré pomáhajú s dojčením bábätkám narodeným cisárskym rezom a tiež bábätkám, ktoré sa zatiaľ neprisávajú, chystáme tiež videá o dojčení starších detí.



www.mamila.sk

Predseda MAMILY, lekár Peter Liška vyzýva na p bábätkám a ženám

Pozrite si [video](#), v ktorom predseda MAMILY, MDDr. Peter Liška vysvetľuje, ako môžete pomôcť ďalším ženám a ich bábätkám s dojčením.

...kážte 2 % z daní MAMILE (IČO:

Pomoc a podpora pri dojčení prostredníctvom e-mailu



Pomoc a podpora pri dojčení prostredníctvom e-mailu

V roku 2022 sme pokračovali v poskytovaní podpory aj prostredníctvom emailovej pošty. Takmer 2000 záujemkyniam a záujemcom o zasielanie noviniek posielame email sumarizujúci najdôležitejšie udalosti vo svete dojčenia za posledný mesiac. Posielame aj výnimočné správy na rôzne témy, napríklad špeciál k Medzinárodnému dňu predčasne narodených detí. 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.

Novinky e-mailom

OK

Odhlásiť sa môžete na konci každej zaslanej správy.



MAMILA: Dezinformácie v Postoji z pohľadu vedy a medicíny založenej na dôkazoch

Reakcia o. z. MAMILA na článok s názvom *V našom regióne dojčiť dlhšie ako jeden rok nemá veľmi zmysel*



Zasypali ste nás rozhorčením nad článkom v Postoji. Prečítajte si našu [reakciu na oralitu, okno, či naozaj treba dojčenie po 1 roku ukončiť](#) a či dojčenie dieťaťu nič po roku nedáva z imunitného alebo výživového hľadiska. Možno by stačilo napísať, že dojčenie má zmysel. Že biológia dojčenia nezávisí od regiónu či krajiny. Že dojčením dieťa získava výživu aj po prvom roku života. Že lekári by mali v dojčení ženy podržať. Ale urobme to takto: Odcitujeme výroky z článku a po každom výroku budí nasledovať vedecké zdroje,



Medializácia podpory dojčenia

noviny

Medializácia podpory dojčenia



Nový banner na prezentáciu MAMILY

V roku 2022 sme pripravili nový banner pre reprezentáciu MAMILY na rôznych podujatiach.

Profesionálne laktačné poradkyne



Deň rodiny, 2022

o. z. MAMILA sú vyhľadávanými prednášateľkami na rôznych akciách a festivaloch zameraných pre matky a rodiny, špecificky na festivaloch zameraných



Dobrotrh, Nitra, 2022

na nosenie, vrátane Európskeho týždňa nosenia detí. Zúčastnili sme sa napríklad už tradične podujatí v rámci akcie Deň rodiny, nitrianskeho Dobrotrhu, Festivalu rodiny v Plzni, rodinného festivalu v Moste a ďalších akcií. Na týchto akciách už tradične profesionálne laktačné poradkyne MAMILY poskytujú laktačné poradenstvo bez nároku na odmenu, odpovedajú na otázky rodičov týkajúce sa dojčenia, nosenia, vzťahovej výchovy a ďalších otázok súvisiacich so starostlivosťou o bábätko. Často hovoria o dojčení s tehotnými ženami, ktoré sa zaujímajú o to, ako dojčenie začať čo

Medializácia podpory dojčenia



Petra Topinková, Rodinný festival, Most



Festival rodiny, Andrea Potužáková



Mgr. Soňa Rossi v TV JOJ

najlepšie. Veľký úspech pre staršie deti majú na akciách magnetky s dojčiacimi sa zvieratkami.

V priebehu roku 2022 zástupkyne o. z. MAMILA vystúpili vo viacerých televíznych a rozhlasových reláciách a poskytli rozhovory pre viaceré časopisy či iné médiá. Profesionálna laktačná poradkyňa MAMILY a psychologička Mgr. Soňa Rossi vystúpila v spravodajskej relácii TV JOJ v rozhovore

o popôrodnej depresii a dojčení. TV JOJ sme poskytli aj rozhovor týkajúci sa častých otázok, ktoré majú ženy o dojčení o tom, ako je to s preplácaním laktačného poradenstva zdravotnými poisťovňami. O tom, ako sa vyhnúť problémom pri dojčení a čo robiť, ak už nastanú, hovorila profesionálna laktačná poradkyňa MAMILY, textilná dizajnérka a tanečníčka Anči Strike v RTVS.

S veľkým úspechom sa stretlo vystúpenie

Medializácia podpory dojčenia



9-mesačná Esther s Downovým syndrómom



Anna Buday v írskej televízii



Anna Buday v írskej televízii

profesionálnej laktačnej poradkyne MAMILE Anny Buday v írskej televízii, kde v prítomnosti svojej 9-mesačnej dcéry Esther rozprávala o dojčení bábätiiek s Downovým syndrómom. Esther sa narodila v júni 2021 s Downovým syndrómom a Anna tak, ako mnohé iné ženy, nedostala zo strany zdravotného systému žiadnu pomoc s dojčením. V MAMILE pomáhame

s dojčením aj ženám s bábätkami, ktoré sa narodia s Downovým syndrómom. S touto pomocou sa Anne podarilo po pol roku začať dojčiť výlučne. Kým sa dcérka nezačala výlučne dojčiť, Anna 171 dní pre Esther odsávala materské mlieko a spočítala, že pre takúto formu kŕmenia si musela v prvom polroku života dcéry vyčleniť celkovo 34,5 dňa

čistého času. Aj preto záleží na podpore dojčenia. O to zvlášť, že aj vďaka materskému mlieku, Esther nemusela podstúpiť operáciu na otvorenom srdci. Aj bábätká s Downovým syndrómom je možné dojčiť podobne, ako sa dojčí Esther a mnohé iné bábätká, s ktorými sme v MAMILE pracovali. Je časté, že rodine bábätko sa dostanú informácie, že žena ani nemá skúšať dojčiť, hoci bábätká s Downovým

Medializácia podpory dojčenia

syndrómom potrebujú dojčenie ešte viac, pretože je dôležité pre ich imunitný systém, pre pomoc pri možných infekciách horných a dolných dýchacích ciest či v situáciách, ak bábätko potrebuje absolvovať operácie či inú liečbu.

Boli sme pozvaní prednášať o príprave na dojčenie v tehotenstve na 1. tehotenskej konferencii ministerstva práce a sociálnych a VŠZP, ktorá sa uskutočnila online formou.

Pri príležitosti správy, ktorú publikovali občianske združenia MAMILA a Ženské kruhy o aktuálnej situácii s podporou dojčenia v slovenských pôrodniciach vyšli tieto články:

- » <https://www.zenyvmeste.sk/podpora-dojcenia-v-nemocniciach-sa-nezlepsuje>
- » <https://www.cas.sk/clanok/2662385/ministerstvo-zdravotnictva-hlasi-uspech-podpora-dojcenia-v-nemocniciach-sa-zlepsila>
- » <https://ahojmama.pravda.sk/clanky/od-zufalstva-som-sa-rozplakala-nemocnice/15500-clanok.html>
- » [\[zdruzenia-podpora-dojcenia/623535-clanok.html\]\(https://www.teraz.sk/najnovsie/obcianske-zdruzenia-podpora-dojcenia/623535-clanok.html\)](https://www.teraz.sk/najnovsie/obcianske-</div><div data-bbox=)

- » <https://spravy.rtvsk.sk/2022/04/dojcenie-slovensko-podpora/>

Aj v roku 2022 sme sa podieľali na príprave viacerých článkov pre portál Ahojmama.sk:

- » <https://ahojmama.pravda.sk/clanky/bolest-bradaviek-pri-dojceni-casty-problem-/15484-clanok.html>
- » <http://ahojmama.pravda.sk/clanky/ako-dlho-sa-moze-skladovat-materske-mlieko-a-/15668-clanok.html>
- » <https://ahojmama.pravda.sk/clanky/pozor-na-tychto-pat-rad-o-dojceni-stretnete/15754-clanok.html>

Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022

Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



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

Heslo Svetového a Európskeho týždňa dojčenia každý rok vyberá WABA, Svetová aliancia za podporu dojčenia a na Slovensku, v Čechách a v niektorých ďalších krajinách Európy sú tieto akcie organizované pod záštitou MAMILY.

Oslavy Svetového a Európskeho týždňa dojčenia boli v roku 2022 venované heslu Dojčenie stojí za to, s cieľom upozorniť, že ženy si zaslúžia pomoc a podporu v dojčení namiesto obviňovania, že neurobili pre dojčenie dosť a je ich vina, že nedojčia.

Oslavy Svetového a Európskeho týždňa zastrešuje už tradične občianske združenie MAMILA. Súčasťou osláv bývajú stretnutia podporných skupín dojčenia, pikniky, besedy, pochody, workshopy, besedy, premietania filmov o dojčení, výstavy, podujatia pre deti a rodiny, živá dojčiaca reťaz. Podrobný zoznam všetkých akcií býva každý rok pri oslavách dojčenia dostupný na našich stránkach www.mamila.sk.

V roku 2022 sme k oslavám pridali akciu s putovnými kamienkami pre podporu dojčenia. Rodiny dojčených detí maľovali so svojimi deťmi kamienky, na ktorom napísali heslo MAMILA: Dojčenie stojí za to. Na našu emailovú adresu zasielali potom fotografie, ako kamienky s deťmi maľovali, ako pekne vyzerali,

a napísali či vyfotili aj to, kde ich umiestnili. Kto kamienky nájde, ich môže premiestniť na nové miesto a bude tak šíriť myšlienku podpory dojčenia.

V rámci Svetového týždňa dojčenia sme odovzdali ako dar 39 českým nemocniciam viac ako 750 kníh Praktický návod na dojčenie.

Aj na jeseň roku 2022 sme sa zapojili do osláv Európskeho týždňa dojčenia akciou Beh dojčiacich žien v Galante.

Zopár fotografií zachytávajúcich atmosféru niektorých z osláv dojčenia o. z. MAMILA:



Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



Svetový týždeň dojčenia, Trnava, 2022



Svetový týždeň dojčenia, Banská Bystrica, 2022

Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



Svetový týždeň dojčenia, Galanta, 2022



Svetový týždeň dojčenia, Nitra, 2022



Svetový týždeň dojčenia, Galanta, 2022

Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



Svetový týždeň dojčenia, Partizánske, 2022



Svetový týždeň dojčenia, Spišská Stará Ves, 2022

Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



Svetový týždeň dojčenia, Senec, 2022



Svetový týždeň dojčenia, Spišská Stará Ves, 2022

Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



Svetový týždeň dojčenia, Partizánske, 2022

Svetový týždeň dojčenia, Sabinov, 2022



Svetový a Európsky týždeň dojčenia 2022



Svetový týždeň dojčenia, Soňa Rossi v TA3, 2022



Svetový týždeň dojčenia, Uherské Hradiště, 2022



Európsky týždeň dojčenia, Írsko, 2022

POUKÁŽTE O. Z. MAMILA 2 % Z DANE.



Finančná správa

PORADENSTVO PRI DOJČENÍ



Finančná správa

Príjem	84 948,22 €
Z darov a príspevkov	23 477,82 €
Z členských príspevkov	14 982,05 €
Z podielu zaplatenej dane	7 300,49 €
Z organizovania podujatí	12 032,66 €
Z poskytovania služieb a predaja vlastných výrobkov	23 131,38 €
Ostatné príjmy	4 023,82 €
Výdaj	-80 407,07 €
Zásoby	-14 914,45 €
Služby	-57 784,86 €
Prevádzková réžia	-6 869,9 €
Ostatné výdavky	-837,78 €
Rozdiel príjmov a výdavkov	4 541,15 €

Aj v roku 2023 chceme
intenzívne pomáhať
a podporovať dojčenie.

Ďakujeme za vašu podporu!