



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ
ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/νση: Διοικητήριο
ΤΚ: 41110
Πληρ: Γ. Ντέλλα
Τηλ. 2413506290

Λάρισα:31/10/2024

**ΘΕΜΑ: « 1-7 Νοεμβρίου 2024, Εορτασμός της Παγκόσμιας εβδομάδας μητρικού θηλασμού με σύνθημα: «Κλείνοντας το Κενό: Υποστήριξη Θηλασμού για όλους»
Η Περιφέρεια Θεσσαλίας στηρίζει τον Μητρικό Θηλασμό παρέχοντας δωρεάν μαθήματα διαδικτυακά και δια ζώσης.**

Η Διεθνής κοινότητα καθιέρωσε την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού μέσα στον Αύγουστο. Στην Ελλάδα η εβδομάδα αυτή γιορτάζεται κάθε χρόνο 1 με 7 Νοεμβρίου και ξεκίνησε για πρώτη φορά το 1996 .

Το σύνθημα που όρισε για το 2024 είναι **«Κλείνοντας το Κενό: Υποστήριξη Θηλασμού για όλους».**

Η φετινή Παγκόσμια Εβδομάδα θα επικεντρωθεί στην επιβίωση, στη υγεία και την ευημερία. Θα αναδείξει την ανάγκη βελτίωσης της υποστήριξης του μητρικού θηλασμού για τη μείωση των ανισοτήτων που υπάρχουν στην κοινωνία μας, με ιδιαίτερη έμφαση στο μητρικό θηλασμό σε περιόδους έκτακτης ανάγκης και κρίσεων. Ο μητρικός θηλασμός μπορεί να λειτουργήσει ως εξισωτικός παράγοντας στην κοινωνία μας και πρέπει να καταβληθούν προσπάθειες για να διασφαλισθεί ότι όλοι έχουν πρόσβαση στην υποστήριξη και τις ευκαιρίες του μητρικού θηλασμού. Είναι σημαντικό να μην μένει κανείς στο περιθώριο, ιδίως οι ευάλωτες μητέρες που μπορεί να χρειάζονται επιπλέον υποστήριξη για να μειωθούν οι ανισότητες στον θηλασμό.

Με το σύνθημα αυτό και την οργάνωση ποικίλων δράσεων, εορτάζει το Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας της Δ/νσης Δημόσιας Υγείας της Περιφέρειας Θεσσαλίας και φέτος την εβδομάδα προώθησης του θηλασμού με τη στήριξη του **Περιφερειάρχη Θεσσαλίας κ. Δημήτριο Κουρέτα και του Αντιπεριφερειάρχη Υγείας κ. Ευάγγελου Αποστόλου.**

Στόχοι της εβδομάδας μητρικού θηλασμού είναι:

- Να ενημερώσουμε τους ανθρώπους για τις ανισότητες που υπάρχουν στην υποστήριξη του μητρικού θηλασμού και στην επικράτηση του
- Να κινητοποιήσουμε με δράσεις για τη μείωση των ανισοτήτων στην υποστήριξη του μητρικού θηλασμού με έμφαση στις ευάλωτες ομάδες
- Να εδραιώσουμε τον θηλασμό ως εξισωτικό παράγοντα για την κάλυψη των κοινωνικών διαφορών
- Να εμπλέξουμε ιδιώτες και οργανισμούς για την ενίσχυση της συνεργασίας και της υποστήριξης του μητρικού θηλασμού

Ο ΠΟΥ και η UNICEF συστήνουν όπως οι μητέρες υποστηρίζονται για να ξεκινήσουν τον θηλασμό το συντομότερο δυνατό μετά τη γέννηση, εντός της πρώτης ώρας μετά τον τοκετό και να λαμβάνουν πρακτική υποστήριξη για να μπορέσουν να εδραιώσουν τον θηλασμό και να διαχειριστούν τυχόν δυσκολίες. Ο αποκλειστικός μητρικός θηλασμός συνεχίζει έως και τον 6ο μήνα ζωής του βρέφους και μετά την ηλικία αυτή και την εισαγωγή συμπληρωματικών τροφών, συνεχίζεται έως και τα 2 έτη ή και περισσότερο ανάλογα με την επιθυμία μητέρας και παιδιού.

Το μητρικό γάλα είναι μία φυσική, ανανεώσιμη τροφή η οποία είναι περιβαλλοντικά ασφαλής, παράγεται και παρέχεται χωρίς να προκαλεί μόλυνση στο περιβάλλον, χωρίς να χρειάζεται συσκευασία ή να προκαλεί απόβλητα. Ο μητρικός θηλασμός είναι σημείο κλειδί για τις στρατηγικές βιώσιμης ανάπτυξης μετά την πανδημία, καθώς βελτιώνει τη διατροφή, διασφαλίζει την επισιτιστική

ασφάλεια και μειώνει τις ανισότητες μεταξύ και εντός των χωρών, ενώ αποτελεί μια από τις καλύτερες επενδύσεις για την υγεία και την επιβίωση των παιδιών.

Μπορούμε όλοι να υποστηρίξουμε τη διαδικασία, καθώς ο θηλασμός αποτελεί συλλογική προσπάθεια. Αν οι παράγοντες σε όλη τη Θερμή Αλυσίδα συνεργαστούν τότε θα κλείσουν τα κενά στον μητρικό θηλασμό και θα μειωθούν οι ανισότητες. Για να διευκολύνουμε τον θηλασμό, χρειάζεται όλοι να τον προστατεύσουμε, να τον προωθήσουμε και να τον υποστηρίξουμε.

Στο Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας της Δ/σης Δημόσιας Υγείας της Περιφέρειας Θεσσαλίας, πραγματοποιούνται από 20ετίας δωρεάν μαθήματα τόσο ψυχοπροφυλακτικής προετοιμασίας σε μέλλουσες μητέρες όσο και προάσπισης και υποστήριξης του μητρικού θηλασμού. Η Μαία και Προϊσταμένη του Τμήματος κ. Γεωργία Ντέλλα έχοντας ως κινητήριο δύναμη την αγάπη για την μητέρα και το παιδί, εκτός από την γονεϊκή προετοιμασία τόσο για τον τοκετό όσο και για την φροντίδα του βρέφους, βρίσκεται μέσα από την πολυετή εμπειρία της, την συνεχή ενημέρωση για τον **μητρικό θηλασμό**, κοντά στις μητέρες που επιθυμούν να θηλάσουν. Στέκεται δίπλα τους στις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν κατά τη διάρκεια του θηλασμού, προσαρμόζοντάς τον στις ανάγκες της σύγχρονης μητέρας, ενώ στον ίδιο χώρο δημιουργήθηκε δωμάτιο θηλασμού τόσο για τις εργαζόμενες στην Περιφέρεια μητέρες όσο και για το ευρύτερο κοινό, αφού σύμφωνα με την νομοθεσία όλες οι Υπηρεσίες και φορείς θα πρέπει να διαθέτουν ένα ανάλογο χώρο θηλασμού.

Τηλέφωνο Επικοινωνίας για στήριξη στον Μητρικό Θηλασμό: 2413506290.

Γεωργία Ντέλλα Μαία- MSc Δημόσιας Υγείας

Θεοδώρα Κωστάκη- MSc Ψυχικής Υγείας

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΟΡΤΑΣΜΟΥ
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ
1-7 ΝΟΕΜΒΡΗ 2024

1-3 Νοέμβρη 10:00-14:00μ.μ: Στην πλατεία Ταχυδρομείου το Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας της Περιφέρειας Θεσσαλίας θα ενημερώνει το κοινό για τα οφέλη του Μητρικού Θηλασμού. Θα πραγματοποιηθεί επίσκεψη μαθητών Παιδικού Σταθμού του Δήμου Λαρισαίων και **την Κυριακή 3 Νοέμβρη 11:00π.μ.** με τη συμμετοχή της Εθελοντικής Ομάδας Υποστήριξης Θηλασμού και Μητρότητας Λάρισας θα γίνει **Δημόσιος Μητρικός Θηλασμός.**

4-5 Νοέμβρη: Διανομή έντυπου ενημερωτικού υλικού από το τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας της Περιφέρειας Θεσσαλίας στις Ιδιωτικές Μαιευτικές Κλινικές της Λάρισας, με σκοπό την Προαγωγή, Προώθηση και Υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.

6-7 Νοέμβρη (Τετάρτη-Πέμπτη) 11:00-13:00μ.μ: Δωρεάν ενημερωτικά μαθήματα για το κοινό σχετικά με το θηλασμό στην αίθουσα Ανώδυνου Τοκετού της Περιφέρειας Θεσσαλίας (κεντρικό κτίριο), με σκοπό την Προάσπιση και Υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.



WABA | ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΘΗΛΑΣΜΟΥ 2024