



ΚΥΚΛΑΔΕΣ
ΟΜΑΔΑ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΩΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΚΑΙ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ

Πανελλαδικός Ταυτόχρονος Δημόσιος Θηλασμός 2019



Στα πλαίσια του εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού*, το ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΔΙΚΤΥΟ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΚΑΙ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ #thilazo, διοργανώνει τον 10^ο Πανελλαδικό Ταυτόχρονο Δημόσιο Θηλασμό σε περισσότερες από 50 πόλεις της Ελλάδας!

Για τις **Κυκλάδες** τη διοργάνωση έχει αναλάβει και φέτος η ομάδα **“ΚΥΚΛΑΔΕΣ: Ομάδα Εθελοντών Υποστήριξης Μητρικού Θηλασμού και Μητρότητας”**
(www.facebook.com/groups/kykladesthilasmos)

και σας προσκαλεί την **Κυριακή 3 Νοεμβρίου 2019** και ώρα προσέλευσης **11:00 π.μ.**, στη **Σύρο, στο Αίθριο, Δημαρχιακού Μεγάρου Ερμούπολης** σε μια εκδήλωση γιορτή για τον μητρικό θηλασμό!

- στη Κέα, στο «Kea Events”, στο Μεσολείβαδο Κέας
- στη Κύθνο, Cafe Aperto στον Μέριχα Κύθνου
- στη Νάξο, στο Café “Omerta”, στη Χώρα Νάξου,
- στη Πάρο, Πλατεία “Μαντώ Μαυρογένους” στην Παροικιά. Σε περίπτωση κακοκαιρίας στην καφετέρια “Coffee Way”, έναντι Εθνικής Τράπεζας
- στη Σαντορίνη, στον Παιδότοπο L'albero, Περίσσα
- στη Τήνο, στο Παλλάδα (χώρος δίπλα απ' την παιδική χαρά, απέναντι απ το λιμάνι). Σε περίπτωση κακοκαιρίας στο εστιατόριο «Μεταξύ Μας»

Καθώς ο θηλασμός είναι ελεύθερος και δεν υπακούει σε ωράρια, τα παιδάκια που θα θέλουν να θηλάσουν γύρω στις **12.00** θα καταμετρηθούν στον Πανελλαδικό Ταυτόχρονο Δημόσιο Θηλασμό που θα γίνει την ίδια ώρα σε όλες τις πόλεις!

“Οι απελπισμένοι γίνονται οι πιο καλοί επαναστάτες”

Τ. Λειβαδίτης

Δέκα χρόνια κοινής πορείας συμπληρώνονται φέτος για το Πανελλήνιο Δίκτυο Εθελοντικών Ομάδων Υποστήριξης Μητρικού Θηλασμού και Μητρότητας.

Δέκα χρόνια κοινής πορείας απλών, καθημερινών μητέρων, οι οποίες ενώθηκαν απ' άκρη σ' άκρη σ' ολόκληρη την Ελλάδα κατά χιλιάδες και μοιράστηκαν φόβους, ανησυχίες, αγωνίες, ανασφάλειες, απόγνωση, απελπισία, ελπίδα, πίστη, αγάπη, αφοσίωση, ειλικρίνεια, αναγνώριση, επιτυχίες.

Δημιούργησαν μια διαδικτυακή κοινότητα, δημιούργησαν μια ευρεία οικογένεια όπου η καθημία έδωσε κομμάτι της ψυχής της και με υπομονή και επιμονή, έβαλε το λιθαράκι της για την αλλαγή που θα χαίρονται αύριο τα παιδιά μας.

Μέσα στα δέκα χρόνια, η αγάπη μας και η πίστη μας στην αξία του θηλασμού, κατόρθωσε ώστε τα απαξιωτικά και περιπαικτικά σχόλια των πρώτων χρόνων, να μετατραπούν σε σχόλια απορίας “ Γιατί κάποιος να συνεχίζει να πραγματοποιεί εκδηλώσεις για κάτι που θεωρείται πλέον δεδομένο και αυτονόητο;”

Για την δικιά μας γενιά και τις προηγούμενες, ο θηλασμός δεν ήταν δεδομένος, δεν ήταν αυτονόητος και οι στατιστικές το αποδεικνύουν περίτρανα. Δίνουμε έναν αγώνα ψυχής και βγαίνουμε νικήτριες. Στα δέκα χρόνια, έχουμε καταφέρει αυτό που στα μάτια μας το πρώτο διάστημα φάνταζε αδύνατον.

Έχουμε αλλάξει την εγκατεστημένη νοοτροπία δεκαετιών. Δεν είναι ένας εύκολος αγώνας. Στη διάρκεια των ετών κουραστήκαμε, γονατίσαμε, κλονιστήκαμε, κλάψαμε, απογοητευτήκαμε. Άλλωστε εμείς δεν είμαστε εκπαιδευμένοι μαχητές. Όπλο μας είναι μονάχα η αγάπη μας και η πίστη μας για το φυσικό.

Ο Μπρεχτ γράφει: "Οι εχθροί μας περιμένουν να κουραστούμε. Όταν ο αγώνας είναι στην πιο σκληρή καμπή του, οι αγωνιστές έχουν την πιο μεγάλη κούραση. Οι κουρασμένοι χάνουν τη μάχη". Στις δύσκολες καμπές του αγώνα μας, στην λιγοψυχία μας, βάζουμε πλάτη, πεισμώνουμε, σφίγγουμε τα δόντια και συνεχίζουμε...

Τα έχουμε καταφέρει.

Ο θηλασμός είναι πλέον μέρος της ζωής μας. Πολλοί εχθροί έγιναν φίλοι και συνοδοιπόροι. Υπάρχει πλέον μια μεγάλη αλυσίδα βοήθειας και ενημέρωσης. Ο θηλασμός έχει πάρει ξανά την θέση που του αξίζει.

Συνεχίζουμε την εκδήλωση - γιορτή του Πανελλαδικού Ταυτόχρονου Δημόσιου Θηλασμού, με μοναδικό σκοπό την απενοχοποίηση του ΔΗΜΟΣΙΟΥ θηλασμού και την εξοικείωση, εκ νέου, της κοινωνίας μας με την εικόνα της θηλάζουσας μητέρας.

Η επιθυμία των μητέρων για επιστροφή στο θηλασμό, παράλληλα με το πλήθος των δυσκολιών από εξωγενείς συνήθως παράγοντες που καλούνται να αντιμετωπίσουν, γέννησε την ανάγκη δημιουργίας τοπικών εθελοντικών υποστηρικτικών ομάδων θηλασμού. Στις ομάδες μας, μητέρες από όλη την Ελλάδα (και το εξωτερικό) βοηθούν άλλες μητέρες να μάθουν την μητρική τέχνη του θηλασμού, ενημερώνονται, έρχονται σε επαφή, μοιράζονται τις αγωνίες, τις ανησυχίες και τις εμπειρίες τους, αλληλοϋποστηρίζονται, παίρνουν δύναμη και κουράγιο.

Η εκδήλωση δεν αφορά μόνο θηλάζουσες μητέρες!

Η εκδήλωση έχει ενημερωτικό χαρακτήρα. Γι' αυτό σας περιμένουμε λοιπόν και φέτος ΟΛΟΥΣ, - μέλλουσες μητέρες, μητέρες που δεν τα κατάφεραν στο παρελθόν, φίλους και συγγενείς που

επιθυμούν να ενημερωθούν για να στηρίξουν κάποιον δικό τους, εσάς που στηρίζετε τον μητρικό θηλασμό- για να ενημερωθείτε και για να γιορτάσουμε μαζί την Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού.

Εμείς οι γυναίκες - μητέρες συμφωνήσαμε με ένα προφορικό ηθικό «συμβόλαιο» να στηρίζουμε η μια την άλλη, να μοιραζόμαστε τις γνώσεις, τις εμπειρίες και τα προβλήματα μας, να διαδώσουμε την πληροφορία, καθώς και να δείξουμε στις υπόλοιπες γυναίκες, τον τρόπο να αναζητούν τη γνώση και τη σωστή ενημέρωση, να διεκδικούν και να προσφέρουν το καλύτερο για τα παιδιά τους και τις ίδιες. Το 2012, δημιουργήσαμε την Ομάδα Εθελοντών Υποστήριξης Μητρικού Θηλασμού και Μητρότητας Κυκλάδων η οποία ανήκει στο Δίκτυο Ομάδων ανά νομό/πόλη, με στόχο την «από μητέρα προς μητέρα» προώθηση, υποστήριξη, ενημέρωση, ενθάρρυνση και ανταλλαγή πληροφοριών, σχετικά με το μητρικό θηλασμό. Δεν είμαστε επαγγελματίες υγείας, απλώς μοιραζόμαστε καλοπροαίρετα τις εμπειρίες και τις γνώσεις που έχουμε αποκτήσει και συνεχίζουμε να αποκτούμε μέσα από το αξίδι τις μητρότητας.

Η προσφορά των μελών είναι εθελοντική

Στην ομάδα μας, υπάρχουν έμπειρες θηλάζουσες γυναίκες και είναι στη διάθεση των μαμάδων αυτών, που μέσω της ανταλλαγής εμπειριών, **θέλουν να κατανοήσουν καλύτερα τη σημαντικότητα του μητρικού θηλασμού, για την ανάπτυξη του μωρού τους, κι έχουν ενστερνιστεί πλήρως την άποψη ότι ένα νεογέννητο μωρό έχει ανάγκη μόνο τρία πράγματα: Ζεστασιά από την αγκαλιά της μαμάς του, Τροφή από το στήθος της και Ασφάλεια από την παρουσία της και με το θηλασμό μπορεί να καλύψει και τα τρία!**

* Το 1992 καθιερώνεται διεθνώς ο εορτασμός της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού από την WABA (Παγκόσμια Συμμαχία για Δράση στο Θηλασμό), τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) και τη UNICEF, στις 1-7 Αυγούστου. Στην Ελλάδα, η εβδομάδα αυτή εορτάζεται 1-7 Νοεμβρίου.

Περισσότερες πληροφορίες:

<https://www.facebook.com/thilazo/>

<https://www.facebook.com/KykladesThilasmosMitrotita/>

<https://www.facebook.com/events/513889989408336/>

Οι διοργανώτριες και οι διαχειρίστριες της Ομάδας Εθελοντών
Υποστήριξης Μητρικού Θηλασμού και Μητρότητας,
Κυκλάδων

Λίγα λόγια ακόμα:

Την 3η Νοέμβρη ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ.

Γιορτάζουμε γιατί Η ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΠΟ ΜΗΤΕΡΑ ΠΡΟΣ ΜΗΤΕΡΑ ΑΠΟΔΙΔΕΙ.

Γιορτάζουμε γιατί βοηθώντας η μία την άλλη, κάθε χρόνο ΟΛΟ ΚΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΜΗΤΕΡΕΣ ΚΑΤΑΦΕΡΝΟΥΝ ΝΑ ΘΗΛΑΣΟΥΝ τα παιδιά τους και μαθαίνουν τρόπους να υπερνικούν δυσκολίες κ αντιξοότητες.

Γιορτάζουμε γιατί ΜΑΖΙ σαν ΜΙΑ ΓΡΟΘΙΑ, ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ και ΚΑΤΑΦΕΡΝΟΥΜΕ να πραγματώνουμε το φυσικό κ αυτονόητο, χωρίς να αυτοπεριοριζόμαστε ή να λογοκρινόμαστε...

Γιορτάζουμε γιατί όλο και ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΝΤΑΙ ΕΓΚΑΙΡΑ! Κι έτσι φαίνεται πως, παρόλο που για την δική μας γενιά η φυσική πράξη του θηλασμού κατακτιέται με καθημερινές μάχες, για την γενιά των παιδιών μας θα είναι μια αυτονόητη διαδικασία.

Εξαιτίας της απομάκρυνσης των προηγούμενων γενεών από την πράξη του θηλασμού και της στέρησης από την νέα γενιά εικόνων θηλασμού, η σημερινή θηλάζουσα καλείται να αντιμετωπίσει μεταξύ άλλων και την προκατάληψη του δημόσιου θηλασμού...

Ο κατ' οίκον περιορισμός κατά την διάρκεια της γαλουχίας, οδηγεί συχνά στην σύντομη διακοπή του θηλασμού και στην απομάκρυνση των μητέρων από αυτόν. Ας μην ξεχνάμε πως η νέα γενιά είναι μια γενιά με έντονη επαγγελματική μα και κοινωνική δραστηριότητα. Η μητρότητα και ο θηλασμός δεν αποτελούν και δεν θα πρέπει να αποτελούν τροχοπέδη! Η νέα γενιά μητέρων καλείται να αντεπεξέλθει σε πολυποίκιλους ρόλους. Με τον θηλασμό δίνουμε στο παιδί μας τη φυσική του τροφή, τη στοργή και την παρηγοριά που έχει ανάγκη σε κάθε στιγμή. Με την απενοχοποίηση του δημόσιου θηλασμού, η μητέρα δε χρειάζεται να απαρνηθεί την κοινωνική ζωή της ή να αποχωριστεί το παιδί της, προκειμένου να ανταποκριθεί στις κάθε είδους υποχρεώσεις της ή να συμμετάσχει σε προσωπικές δραστηριότητες.

Με την εκδήλωση του Ταυτόχρονου Θηλασμού, φέρνουμε σε επαφή την κοινωνία με την εικόνα του θηλασμού, δείχνουμε πόσο τρυφερή, μαγική, αληθινά αγνή διαδικασία είναι μα και συνάμα διακριτική!!!

Με την εκδήλωση του Ταυτόχρονου Θηλασμού, βοηθάμε τις μητέρες να απελευθερωθούν από την όποια συστολή τους, και τις καλούμε να συμπεριλάβουν τον θηλασμό στην καθημερινότητά τους, στη ρουτίνα της ζωής τους. Η επίτευξη αυτού του στόχου θα τις βοηθήσει στη συνέχιση του θηλασμού, για όσο περισσότερο το επιθυμεί η δυάδα μητέρας παιδιού.

Με την εκδήλωση του Ταυτόχρονου Θηλασμού, διαμαρτυρόμαστε για το ΔΙΚΑΙΩΜΑ των παιδιών μας στο δημόσιο θηλασμό. Τα παιδιά μας δεν θα θηλάσουν ΠΟΤΕ ξανά σε τουαλέτες, χώρους στάθμευσης, αυτοκίνητα, σα να ναι ντροπή. Τα παιδιά μας έχουν δικαίωμα να θηλάζουν όπου και όποτε το ζητήσουν, σε εστιατόρια, σε καφέ, σε παγκάκια... ΕΛΕΥΘΕΡΑ κι ΑΝΕΜΠΟΔΙΣΤΑ!!

Με την εκδήλωση του Ταυτόχρονου Θηλασμού, θέλουμε να φωνάξουμε πως ο δημόσιος θηλασμός για μια μητέρα και το παιδί της δεν είναι επίδειξη, είναι ΔΙΚΑΙΩΜΑ!!