

# Difusió i Promoció

**amamanta** realitza diferents activitats orientades a la difusió de la lactància, de promocionar-la, de fer-la visible i natural, amb l'objectiu de recuperar la cultura de la lactància materna.

## CALENDARI AMAMANTA

L'editem cada any per promocionar la imatge de la dona que alleta, amb la idea de transmetre naturalitat i bellesa. Es distribueix a través de Conselleria als Hospitals i Centres de Salut i es regala a les sòcies. Si hi vols col·laborar escriu-nos la teua proposta.

Contacte: [ana@amamanta.es](mailto:ana@amamanta.es)



## WEB D'AMAMANTA

És l'espai on anunciem les activitats que organitzem des de l'associació i conté apartats molt importants com el Llistat de Tallers de Lactància o el d'Assessorament Jurídic sobre maternitat-lactància i treball. També publiquem les nostres activitats i difonem temes relacionats amb la LM a través de xarxes socials com Facebook o Twitter.

## PROJECTE EDUCATIU

"La lactància al col·le" té l'objectiu d'apropar la lactància materna als xiquets i joves, perquè coneguen la lactància materna com a base de la nutrició natural humana, ja que col·legis i instituts representen l'espai de l'educació, la base cultural de la societat, on es formen els que seran pares i mares en el futur. Aquest projecte compta amb Exposicions fotogràfiques i xerrades orientades als alumnes d'infantil, primària o secundària.

Contacte: [cabahe@yahoo.es](mailto:cabahe@yahoo.es)



## AMAMANTITAS

Voluntàries d'AMAMANTA confeccionen aquestes nines artesanals que parixen al seu bebé de forma vaginal i l'alleten. La finalitat és que els xiquets, tan acostumats als jocs d'imitació, es divertisquen amb nines que s'alimenten de forma natural.

Contacte: [amamantitas@gmail.com](mailto:amamantitas@gmail.com)



A més d'aquests projectes se'n desenvolupen molts altres amb la mateixa finalitat, com per exemple concursos literaris de poesia i il·lustració sobre lactància materna, "Mares de Llet" un projecte audiovisual que recull les experiències de mares i famílies de llet, actes festius com la celebració de la Setmana Mundial de la LM, entre d'altres.



Tota la informació de les activitats que realitzem des d'**amamanta** o els nostres tallers, la pots trobar publicada en la web i en les xarxes socials. Si vols col·laborar amb nosaltres pots fer-te sòcia de forma senzilla des de la web. També pots formar part activa de l'associació i convertir-te en voluntària en els tallers i hospitals, en la junta directiva o aportant els teus coneixements i mà d'obra en qualsevol activitat que organitzem.

Contacta amb nosaltres: [ana@amamanta.es](mailto:ana@amamanta.es)

Una altra forma de materialitzar l'agraïment pel suport rebut en la teua lactància, és emplenar per escrit un Full d'Agraïment que pots recollir i presentar en qualsevol Centre de Salut i Hospital de la nostra Comunitat. Això ens ajuda molt.

[www.amamanta.es](http://www.amamanta.es)

twitter



facebook



unicef



## Qui som?

**amamanta** som un grup de suport a la lactància materna, que no deixem de banda altres temes com la criança natural i el respecte a la dona i a la família, som una associació sense ànim de lucre legalment constituïda i registrada.

Com a element diferenciador d'altres grups, en **amamanta** treballem des dels Centres d'Atenció Primària i hospitals, al costat dels professionals sanitaris, per aconseguir que es garantisca el foment i la promoció de la lactància materna des de la Sanitat Pública.

La nostra associació està formada per persones voluntàries que amb una enorme generositat s'han format i ofereixen suport a les mares des dels tallers de lactància i realitzant un voluntariat als hospitals. Les nostres sòcies (mares, pares i professionals) amb les seues quotes fan possibles les activitats de l'associació, i permeten que tot pugua funcionar.

Les activitats d'**amamanta** s'engloben en tres pilars fonamentals, el suport mare a mare (Tallers i Voluntariat), que és el més important; la formació; i la difusió i promoció de la lactància materna.



# Tallers de Lactància

El taller és fruit de la participació de mares lactants que es reuneixen cada setmana per gaudir i viure amb goig l'experiència d'al·letar. És un espai per compartir dubtes, dificultats, solucions, emocions, aprendre tècniques i recursos. Les mares busquen i aconseguen juntes mantenir la lactància materna de forma satisfactòria tot el temps que desitgen.

El taller es realitza en un espai públic, preferentment dins d'un Centre de Salut, i hi participen les mares amb els seus bebés i les embarassades. Poden anar acompanyades del pare i familiars. El taller compta amb una assessora de lactància materna (matrona, pediatra, infermera o mare). És gratuït i no és necessari apuntar-se prèviament. A la web d'**amamanta** pots trobar el Llistat de Tallers de Lactància de la Comunitat Valenciana, amb horaris, adreces i telèfons. Els tallers vinculats a **amamanta** (apareixen amb el nostre logotip) ofereixen la garantia de funcionar amb les característiques nombrades. Abans d'assistir-hi per primera vegada és recomanable que telefonis i t'assegures que funciona en l'horari que tenim publicat.

Donada la importància dels tallers per a la nostra associació, en **amamanta** donem suport també a aquelles mares o professionals que desitgen obrir un nou taller, que tinguen dubtes en el seu funcionament o necessiten suport. Realitzem trobades diverses vegades a l'any (Taller de tallers) on tractem temes relacionats amb el funcionament dels tallers. Contacta amb nosaltres.

Contacte: [barbara@amamanta.es](mailto:barbara@amamanta.es)



# Voluntariat Hospitalari

El Voluntariat Hospitalari dona suport a les dones des del mateix moment del part fins a l'alta hospitalària. Aquest suport consisteix a proporcionar coneixements sobre lactància materna i oferir l'escolta emocional a les mares, a fi de reforçar la confiança en les seues pròpies habilitats i reduir la seua preocupació. No es donen consells, s'informa perquè la mare pugua prendre una decisió adequadament informada. Les voluntàries són sòcies d'**amamanta** que s'han format com a assessores en LM. Elles realitzen un taller en la planta de maternitat o visiten a les mares a l'habitació, a petició d'aquestes o del personal sanitari. En finalitzar la visita la voluntària orienta a la mare al taller de lactància més proper al seu domicili i li facilita un telèfon de contacte, perquè continue el recolzament quan abandona l'hospital.

El voluntariat es realitza gràcies al Conveni signat entre **amamanta** i la Conselleria de Sanitat, aquest marc legal permet a l'associació treballar de forma conjunta i coordinada amb el personal sanitari de la maternitat dels hospitals.

En l'actualitat, el voluntariat es desenvolupa en la planta de maternitat de 14.30h a 16.30h, a l'Hospital La Fe de València els dilluns, dimecres i divendres, i a l'Hospital de Manises els dimarts i divendres, i dissabtes al matí quinzenalment, a més els dissabtes es visita també en cas d'urgència. Està previst començar pròximament el voluntariat a l'Hospital Lluís Alcanyís de Xàtiva.

Contacte: [pilar@amamanta.es](mailto:pilar@amamanta.es) • [raquel@amamanta.es](mailto:raquel@amamanta.es)



# Formació

Des d'**amamanta** considerem molt important oferir informació i formació sobre lactància i temes relacionats amb la criança. **amamanta** imparteix la seua pròpia formació, participa en cursos que organitzen els hospitals o l'EVES, participa en congressos i projectes científics, i té convenis de col·laboració amb les universitats.

## CURS D'ASSESSORES EN LACTÀNCIA MATERNA

Es tracta d'un curs per formar Assessores en Lactància materna per incorporar-se al Voluntariat hospitalari o donar suport des dels tallers de lactància. Aquest curs reuneix els requisits que marca l'OMS, compta amb l'acreditació de l'EVES i amb el reconeixement oficial de la IHAN.

És de 20h teòriques presencials (en les instal·lacions de l'EVES a València) i es realitzen pràctiques en taller i hospital. Està dirigit a mares i professionals, les places són limitades.

Contacte: [salome@amamanta.es](mailto:salome@amamanta.es)



## ORGANITZACIÓ DE XERRADES

Impartides per professionals de la talla de Carlos González, José M<sup>a</sup> Paricio, Rosa Jové, Adolfo Gómez Papi, Yolanda González, entre altres, sobre temes actuals i d'interès per a les mares i embarassades.

També organitzem jornades de formació per a professionals a fi d'actualitzar temes relacionats amb la lactància materna (mastitis, anquil·loglòssia, bessons,...).



Els tallers vinculats a **amamanta** també organitzen xerrades als seus espais de taller sobre alimentació, afecte, pell amb pell, plors i rabiets, joc infantil, recuperació del sòl pèlvic, portabebés...

Contacte: [secretaria@amamanta.es](mailto:secretaria@amamanta.es)

## PRACTICUM DE PSICOLOGIA ALS TALLERS

**amamanta** té signats convenis de col·laboració amb la Universitat de València, la Universitat Europea i la Universitat Catòlica, en virtut dels quals els alumnes poden realitzar les seues pràctiques de final de carrera en els tallers de lactància vinculats a **amamanta**.

Contacte: [mjlerma@terra.com](mailto:mjlerma@terra.com)