

活動的點子

下列是一些在國家及社區中支持嬰兒親善醫院運動及母乳哺餵的建議活動，我們需要你的幫助來實現這些。你、你的朋友、和你的機構可以選擇一或多項來進行。如果你有自己的點子，請寄給WABA，如此可以和他人分享。

在國家的層次

- 如果你最近才生產，填寫此活動摺頁里面嬰兒親善醫院運動查核表，並寄給醫院的院長及產科病房或是嬰兒室的負責人。
- 分發嬰兒親善醫院運動查核表給社區中的孕婦。
- 將此活動摺頁分發給朋友。
- 將此活動摺頁分給你所屬教會、廟宇、或是其他宗教團體，並請牧師、法師或其他領導者鼓勵哺乳的婦女參與宗教儀式及聚會。
- 給你所屬的民間團體社團或是雇主這個活動摺頁，並鼓勵他們支持及分發。
- 和當地的產科機構聯繫，讓工作人員知道他們遵守十步驟對你及你的朋友是十分重要的。
- 參加當地的哺育母乳支持團體。
- 幫助你當地的醫療機構更嬰兒親善化，藉由組織母親支持團體讓他們知道可以轉介母親到你們的團體（第十步驟）。
- 在公共場所看到哺乳的母親時，給她們正面的支持及鼓勵。
- 在別的婦女看得到你的地方優雅地哺乳。
- 請五個你認識的人告訴五個他們認識的人有關母乳哺餵的重要性，及嬰兒親善醫院運動對社區的好處。
- 和嬰兒親善醫院運動及母乳哺餵週的執行團體聯絡，提供人力、或及財力上的幫助。
- 讓你的醫師或護士知道嬰兒親善醫院運動及母乳哺餵對他們的好處，提醒他們母乳哺餵在長期健康上的角色。
- 拜訪或寫信給當地的醫院，了解他們是否有接受嬰兒親善醫院的評鑑，並在你所屬團體的會刊或社區報紙上列出嬰兒親善的醫院。
- 請你的雇主支持在工作場所對母親友善的政策，例如工作場所的托嬰、適當的擠奶空間、及產假。
- 和社區幼稚園的園長及家長討論，你擔心如果遊戲用的洋娃娃都使用奶瓶會給小孩負面的訊息。可以把哺乳的好處列在基本課程裡。
- 在當地女孩或男孩的團體教導母乳哺餵。
- 在社區報紙上寫一篇有關嬰兒親善醫院運動的文章。
- 徵得同意，在看得到的地方張貼嬰兒親善醫院的十步驟，如：社區或工作場所的公佈欄、工作場所或是圖書館影印機旁的牆上，產前門診廁所的門後等。
- 向直接提供人工奶給母親的公司或人員表達你的不滿。
- 向國際守則監測中心PO Box 19, 10700 Penang, Malaysia. 電話：60-4-890 5799 傳真：60-4-890 7291 電子信箱：ibfanpg@tm.net.my 報告違反守則的事件。



在國家的層次

- 找到國家的國家母乳哺餵委員會，或鼓勵成立這樣的委員會，並提供你的服務。
- 參與母乳哺餵促進團體及聯盟，以提供母乳哺餵委員會支持及方向。
- 了解國家嬰兒親善醫院運動的現況，經由國家母乳哺餵委員會及或衛生署使得此運動被列為高優先。
- 請政府提供有關因挪千替宣言目標執行狀況的報告，請他們信守承諾。
- 鼓勵衛生署在長期計劃中整合宣言的目標及嬰兒親善醫院運動，並公告之。
- 鼓勵醫師公會、小兒科、婦產科醫師、助產士、護士與哺乳顧問等學會經由公開的支持因挪千替宣言目標、國際銷售守則、及嬰兒親善醫院運動，來促進、保護、及支持母乳哺餵。
- 要求國家的立委支持將國際母乳代用品銷售守則及相關世界衛生大會決議案轉為國家法律的立法行動。
- 鼓勵制定法律，移除對母乳哺餵社會上及經濟上的障礙，並提供哺乳母親及嬰兒特別的支持。和國際母乳哺餵週委員會合作相關及其他國家計劃，以鼓勵、保護、及支持母乳哺餵。
- 和國家級媒體聯繫，公開得到嬰兒親善醫院認證的醫院，宣導支持哺乳母親及兒童的相關法案，還有國際母乳哺餵週。