

行動的點子

環保運動

今年，環境保護者是我們主要的合作夥伴。在你的地區附近找尋一個環保團體，和他們討論使用嬰兒食品對環境造成的影響，並且邀請他們加入國際哺乳週的活動。

你可以做的事：

- ✿ 6月5日的“環境日”是一個把世界哺乳週的主題介紹給大眾的一個好機會。加入環保團體當日所舉辦的活動，並且和大家討論餵奶瓶對環境造成的影響。
- ✿ 要求環保團體拒絕接受任何嬰兒食品、奶瓶、奶嘴製造商所提供的經費贊助。
- ✿ 建議把“餵食奶瓶對環境的影響”這個議題列入環保團體討論的議程中。
- ✿ 舉辦一次街頭示範，並且建造一座用奶瓶、奶嘴、奶粉罐等物作成的“垃圾山”。餵養一個嬰兒，一年要用掉 40 公斤的奶粉，這相當於 80 罐 500 公克一罐裝的奶粉。
- ✿ 生態學家對於當前的情況可以提供很多資訊：比如一年爲了養牛要破壞多少森林？有多少處理過的牛奶進口或出口？在你的國家中每年賣出多少罐嬰兒食品？等

一般民衆

一般民衆也應該加入國際哺乳週。

你可以做的事：

- ✿ 寫信給政府官員，活躍的環保團體，以及任何一位努力營造一個更清潔環境的人，告訴他們哺餵母乳對環境健康是多麼重要。要求他們在立法和其他合宜的活動上支持哺乳。
- ✿ 和較注重環境議題的政黨和政客聯絡，建議他們把國際母乳代用品銷售守則列入他們的政治議題中。
- ✿ 和政府中負責環境事務的部門聯絡，邀請他們加入國際哺乳週的活動。
- ✿ 和政府中負責爲學校、動物園、自然科學博物館等設計教育計劃的部門聯絡，和他們談談 8 月 1 日至 7 日的國際哺乳週，建議一些適合兒童和青少年的活動。
- ✿ 和販賣環保商品的商店聯絡，他們也許願意在八月時在他們店裡櫥窗上張貼國際週的海報。
- ✿ 如果有資源回收站，在那裡也張貼國際哺乳週的海報。
- ✿ 在當地的宗教通訊、地區報紙，以及商店的宣傳單上刊登關於哺乳對生態好處的種種資訊。
- ✿ 八月中，不管你去那裡，都穿著世界哺乳的 T 恤，戴著國際乳哺週的別針或貼紙。

兒童和青少年

1997 哺乳週，主題中特別鼓勵兒童和青少年以及教師們的參與。這是一個絕佳的機會，可以激發這些未來的媽媽爸爸們對哺乳的興趣。

你可以做的事：

- ☺ 和當地的環保團體合作設計活動，因爲他們通常在和兒童青少年的接觸上很有經驗。
 - ☺ 要求城市或國家的教育當局將國際哺乳週列入學校的行事曆上。
 - ☺ 和當地學校董事會、小學校長或你孩子的老師們聯絡，問一問你能不能邀請一位哺乳專家和班級演講哺餵母乳對生態的好處。舉辦一個參與性的活動，來宣傳這個訊息。
 - ☺ 和學校老師和聯員、演講者和管理人員一起組織共同會議，安排國際哺乳週的活動，例如：
 1. 舉辦以「哺乳和生態」爲題的畫、攝影，以及作文比賽和展覽。
 2. 以環境的保護和哺乳爲主題公開的聚會。要求兒童們爲這個活動打扮成各種造型，或是戴上種哺乳動物的面具。
 3. 依此主題舉辦的舞蹈、劇場和音樂劇活動。
 4. 爲學校設計以「哺乳和生態」爲題的遊戲和休閒活動。
 5. 和兒童、青少年一起看 WABA 在 Internet 上的網站首頁。(網址：<http://www.elogica.com.br/waba>)
 6. 參觀動物園，觀察不同哺乳動物及其習性。指出人類是唯一會給他們的下一代吃別種動物的奶的哺乳動物。
 7. 研究其他的哺乳動物。它們有些什麼特性？它們哺乳多久？它們的奶看起來像什麼樣子？
 8. 比較不同種類奶水的成份。例如，問問爲什麼海豚的奶有那麼多脂肪？（爲了滿足它們下一代的需要）。指出每一種動物的奶都是爲了符合其需要而製造的。
 9. 和當地的青少年團體聯絡，舉辦一次「生態節」。設立一個健康站，陳列哺乳的資訊。在一個比如河邊或公園的附近舉辦這個活動，這樣可以順便舉辦一個撿該區垃圾「讓城市更乾淨」的活動。
 10. 在報紙上和收音機裡宣傳這次活動，強調這是爲了向國際哺乳週致意而辦的，並宣傳今年的主題。主動提供在青少年團體聚會中演講關哺乳對生態的好處。
- 國際哺乳週也有一些專爲兒童和青少年設計的資料。WABA 巴西和 Origem 團體製作了一份卡通雜誌，以及一份多媒體的教育軟體，標題即爲「哺餵母乳：自然的方式」，對象主要就是兒童和青少年們。這些資料可以由國際哺乳週國際總會處得到，有各種語言版本。