

W poniedziałkowe przedpołudnie 15.06.2015 r. Oddział dla Dzieci „Tajemniczy Ogród” Biblioteki w Inowrocławiu gościł przyszłe mamy oraz panie ze swoimi pociechami na warsztatach edukacyjnych z Beatą Gezelą - położną, certyfikowanym doradcą laktacyjnym ze Szpitala Wielospecjalistycznego im. Dr Ludwika Błażka w Inowrocławiu. Spotkanie miało odpowiedzieć na pytanie: Dlaczego warto karmić piersią? oraz dlaczego nie powinno się rezygnować, gdy pojawią się pierwsze trudności. Nasz gość z ogromną pasją opowiadał o korzyściach naturalnego karmienia przynajmniej do 6. miesiąca życia dla dziecka, mamy, a także całej rodziny. Podczas warsztatów obalonych zostało wiele mitów dotyczących laktacji. Uczestniczki otrzymały praktyczne wskazówki dotyczące m.in. odżywiania karmiącej mamy, sposobów trzymania dziecka podczas karmienia oraz tego jak ulżyć dziecku, gdy ma kolkę. Panie chętnie dzieliły się między sobą swoimi doświadczeniami. Mamy z malutkimi dziećmi mogły korzystać z przygotowanego miejsca do karmienia i przewijania, zaś starsze dzieci kolorowały, bawiły się klockami i książeczkami. Uczestniczki wyszły ze spotkania zmotywowane, bogatsze o zdobytą wiedzę, a przede wszystkim pełne wiary w to, że podołają wyzwaniu.

„Spotkanie wzbogaciło moją wiedzę na temat karmienia piersią, dało nadzieję i wiarę w to, że będę karmić piersią” - tak oto podsumowała udział w spotkaniu jedna z uczestniczek, mama spodziewająca się dziecka.

Panie, które brały udział w warsztatach otrzymały poradniki, które zostały przygotowane w ramach edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia” oraz materiały edukacyjne dotyczące omawianej na spotkaniu tematyki.

Spotkanie „Na mlecznej drodze” zostało zorganizowane przez Bibliotekę Miejską im. Jana Kasprowicza w ramach konkursu grantowego, edukacyjnego programu „1000 pierwszych dni dla zdrowia”, zainicjowanego przez Fundację NUTRICIA. Celem programu jest edukacja żywieniowa przyszłych rodziców i opiekunów dzieci w pierwszych trzech latach życia.

Więcej informacji na temat prawidłowego żywienia dzieci, a także przydatne narzędzia dla rodziców, można znaleźć na edukacyjnej platformie [www.1000dni.pl](http://www.1000dni.pl)

{webgallery} {/webgallery}