

УТВЕРЖДАЮ

Председатель Вологодской региональной

общественной организации

Центр возрождения искусства

материнства "Я-МАМА"

Л.В. Потаева

План работы Центра материнства «Я-МАМА» на 2016 год

№ п/п	Мероприятие	Срок
1	Рабочие встречи с начальником и специалистами Управления культуры, спорта, молодежной политики и туризма администрации Сокольского муниципального района, с директором Бюджетное учреждение по работе с детьми и молодежью Сокольского муниципального района районный центр «Молодежные инициативные группы» (РЦ «МИГ») о создании Школы материнской любви (далее Школа). Договоренность о безвозмездном предоставлении помещения для работы Школы.	11 января 2016 г. – 30 января 2016 г.
2	Договоренность с консультантами по грудному вскармливанию о работе в проекте, не менее 6 человек.	11 января 2016 г. – 30 января 2016 г.
3	Анонсирование открытия Школы через местные СМИ и социальные медиа (написание и отправка релизов в СМИ, распространение информации через социальные сети), не менее 5 публикаций в СМИ.	01 февраля 2016 г. – 03 марта 2016 г.
4	Активное привлечение молодёжи к участию в Школе материнской любви (далее Школа). (расклейка объявлений о начале работы Школы в РЦ «МИГ», в детской и взрослой поликлиниках, в МУЗ "Сокольская ЦРБ", рассылка приглашений к участию, проведение презентации работы Школы в РЦ «МИГ». Привлекаются к участию в Школе будущие и настоящие мамы, папы, медицинский персонал).	01 февраля 2016 г. – 03 марта 2016 г.
5	Организация бесплатного обучения жительниц г. Сокол на консультанта по грудному вскармливанию. (Обучение проводится на семинарах и дистанционно. Обучение будут проводить представители общественных организаций и медицинских учреждений г. Вологды, являющиеся матерями с опытом грудного вскармливания собственного ребенка не менее	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.

	<p>1,5 лет. Преподаватели не менее 6 человек. Курс обучения составляет 20 теоретических часов и 10 практических. После прохождения курса каждому специалисту будет выдан сертификат «Консультанта по грудному вскармливанию». Предполагается обучить не менее 5 жительниц г. Сокол).</p>	
6	<p>Организация Группы поддержки по уходу за ребенком и грудному вскармливанию в г. Сокол. (Представители группы поддержки (волонтеры) привлекаются из числа будущих и настоящих мам, пап, медицинского персонала, а также обученных консультантов по грудному вскармливанию. Поиск волонтеров ведется через электронную почту, телефонные звонки и личные встречи. После набора волонтеров (не менее 5 человек) создается Группа поддержки по уходу за ребенком и грудному вскармливанию в г. Сокол. Функциями участницы группы поддержки являются доброжелательная поддержка мам, передача собственного позитивного опыта и основ успешного кормления грудью, взаимодействие с медицинскими учреждениями. Ситуации, в которых участница группы поддержки сможет оказывать помощь: начало кормления, кормление по требованию, сцеживание, уход за двойнями и тройнями, питание мамы, основные правила введения прикорма, долгокормление, образ жизни кормящей мамы, выход на работу, уход за собой. Таким образом, на территории г. Сокол начнут формироваться сообщества волонтеров-консультантов, готовых оказывать информационную поддержку матерям по телефону и при личных встречах, в роддомах, поликлиниках или иных медицинских учреждениях).</p>	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.
7	<p>Проведение открытых семинаров по уходу за ребенком и грудному вскармливанию в г. Сокол. (На семинарах участники будут проинформированы о мотивации материнства, психологической подготовке к беременности, физиологических особенностях новорожденного, послеродовой депрессии, питании в период беременности и кормления грудью, об уходе за малышом, правильном прикладывании малыша к груди, профилактике мастита, правильном введении прикорма, коликах и нарушениях пищеварения у малыша. Планируется проведение не менее 10 открытых семинаров, длительность 1 семинара не менее 3 часов).</p>	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.
8	<p>Проведение обучающих тренингов для мам и для мам с детьми. (На обучающих тренингах будут проведены практические занятия для мам с детьми на темы: купание, пеленание, высаживание, грудное вскармливание, гимнастика, слингоношение, организация сна, домашняя аптечка и аптечка в дорогу, оказание первой помощи малышу. Планируется проведение не менее 10 тренингов. Основы ухода за малышами будут демонстрироваться на специальных куклах-тренажерах, а также во время практических занятий предусматривается работа со слингами, фитболами и другим реквизитом).</p>	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.
9	<p>Организация Online-семинаров (по Skype). (Тематика семинаров: «Взаимоотношения мамы и грудничка.</p>	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.

	Психология отношений», «Мифы и правда о грудном вскармливании после года», «Помощь кормящим мамам. С чего начать?», «Развитие и уход за ребенком в первый год жизни», «Психическое развитие ребенка». Планируется проведение не менее 10 Online-семинаров).	
10	Индивидуальные консультации с выездом на дом. (Случается, что мамам необходима консультация по уходу за ребенком, о грудном вскармливании, а малыша не с кем оставить дома. Получить необходимую информацию позволят индивидуальные консультации с выездом на дом к мамам в г. Сокол).	01 марта 2016 г. – 25 декабря 2016 г.
11	Экспресс-консультирование на бесплатной «горячей линии» по уходу за ребенком и грудному вскармливанию. (Получение экспресс-консультирование по телефону быстро, просто и удобно).	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.
12	Интернет-консультирование на сайте <a href="http://www.cm-mama.ru">www.cm-mama.ru</a> (Консультирование проводят опытные специалисты в области поддержки материнства и детства).	01 марта 2016 г. – 30 ноября 2016 г.
13	Организация Всемирной недели по грудному вскармливанию. (Просветительская акция – выдача листовок населению о пользе грудного вскармливания, проведение конкурсов).	01 августа 2016 г. – 07 августа 2016 г.
14	Объявление и проведение конкурса фотографии «Лучшее фото о грудном вскармливании», подведение итогов, награждение победителей.	01 августа 2016 г. – 31 октября 2016 г.
15	Объявление и проведение конкурса эссе «Я – мама», подведение итогов, награждение победителей.	01 августа 2016 г. – 30 ноября 2016 г.
16	Разработка, издание и распространение методического пособия для молодежи по уходу за ребенком и грудном вскармливании. (Печать, распространение пособия среди молодежи).	08 августа 2016 г. – 25 декабря 2016 г.
17	Анонсирование работы по проекту для широкой общественности через местные СМИ и социальные медиа. (Написание и отправка релизов в СМИ, распространение информации через социальные сети).	11 января 2016 г. – 25 декабря 2016 г.