

# Podpora kojení je společná zodpovědnost

01

## Partneři/partnerky mohou

- pomoci s chodem domácnosti
- péčí a podporou ženy snižovat její stres a obavy
- podpořit ženu v dostatečném odpočinku

02

## Přátelé a rodina mohou

- být psychickou i fyzickou oporou
- přinést nákup, uklidit, uvařit
- pomoci s péčí o staršího sourozence
- naslouchat, ale nezlehčovat pocity ženy
- podporovat ji v jejích kompetencích matky

03

## Společnost může

- vytvářet prostředí, ve kterém žena může kojit kdekoli a kdykoliv
- zařadit laktační poradenství do běžné poporodní péče
- upozorňovat na výhody kojení včetně ekonomických a enviromentálních benefitů



**PROPOLIS<sup>33</sup>**  
NADAČNÍ FOND  
*Lucie Khousnoutdinová*



NA  
PORODU  
ZÁLEŽÍ  
CZ

**UNIPA**  
UNIE PORODNÍCH ASISTENTEK



Powered by NF Propolis 33. Součástí projektu Na porodu záleží. Garantováno Uníí porodních asistentek a Českou komorou porodních asistentek. Za fotky děkujeme Lucii Kalčíkové. Fotografa Pavlína Martin.