

行動的點子

我們可以保護、尊重、鼓勵、及實現母乳哺餵的權利！

你如何使用國際公約

- 由網站上了解你的政府是否認可第一頁上所說的任何國家公約，這可以讓你了解國家在保護、尊重、鼓勵、及實現母乳哺餵的權利上的責任。這些網站也可以讓你了解你的國家在相關法律上的現況。
- 根據你的國家所參與的任何國際公約，經由媒體及相關健康及勞工聯盟雜誌，喚醒社區對這些權利的覺醒。
- 組織團體，促使你的國家參與任何一個尚未參與的國際公約。
- 如果沒有執行，權利協約及立法是沒有意義的！組織一個監督團體報告有關相關人權的違背情況，寄給監督國際上這些權利的國際委員會。例如：母乳哺餵團體向兒童權利公約委員會報告母乳哺餵現況、國際守則執行情形及公司違背的情況、母嬰親善醫院的進展、及產假立法的現況。

團體在國內可做什麼

- 國內的母乳哺餵團體應成為聯絡網，連結相關的個人，經由請願、遊說、及其他活動，將訊息傳達給政府、雇主、及其他相關單位。
 - 國家的非政府組織聯盟可以監督一些國際公約，例如，你可以和兒童權利公約非政府組織聯盟辦公室聯繫。(見資源中的地址)了解你的國家中是否有這樣的團體，或是開始建立一個團體。可以在 www.unhchr.ch 網站獲得國家報告的拷貝，檢查和母乳哺餵相關的議題，如果在報告中未提及母乳哺餵及國際銷售守則的執行，可以寄一份非政府組織的報告到委員會，告知你的政府未能報告這個重要的兒童及母親健康議題。(日內瓦 IBFAN 可以幫忙你，聯繫方式參見資源)
 - 評估你的國家在母乳哺餵及執行因挪千替宣言目標的成效，使用WABA全球參與行動研究GLOPAR的工具來評估，並做成報告。公告此結果讓大眾了解並刺激使有所行動。
- 如果沒有執行，協約及立法是沒有意義的！
- 
- 保健工作者可以做什麼
 - 告知提供保健照顧者母嬰親善醫院及母乳哺餵在長期健康上扮演的重要角色，詢問是否可以在保健工作者國家會議上提供展示。
 - 看看社區中的醫院是否符合世界衛生組織母嬰親善醫院的條件，將符合者的名單送給媒體發表。
 - 詢問國內的世界衛生組織及聯合國兒童基金會代表有關他們正在運作與人權有關的計劃，找出你們如何互相幫忙。
 - 鼓勵父親和母親一起參與產前及或母乳哺餵教室。
 - 支持婦女尋求高品質生育照護的權利，包括世界衛生組織所述，對母親友善的生產措施。

社區如何支持母乳哺餵

- 支持新手媽媽，確定婦女接受到有關母乳哺餵的資訊，且產科門診及病房的常規及做法皆有科學根據，並能解決問題。
 - 請市長或衛生局長宣告國際母乳哺餵週的活動。
 - 和本地的專家舉辦記者會，請媒體散播或免費印製宣傳國際母乳哺餵週及人工哺餵的危險性。
 - 請政治家，宗教領袖為母乳哺餵發言。
 - 提供一個免費的研習會，在社區中介紹如何對嬰兒友善。
 - 請本地的商店或餐廳提供國際母乳哺餵週的櫥窗展示，或是給哺乳母親及家庭優待的餐飲。
 - 在購物中心、車站、醫院、衛生所或是文化中心展示，使用多媒體展示解釋母乳哺餵的好處及奶瓶餵食的危險。
- ### 職業婦女可以做什麼
- 確定你的政府及雇主，支持在公私立機構階層上班的婦女哺餵母乳的權利。詢問國家的勞工部門是否承認最新的國際勞工聯盟母職保護協約。
 - 發起運動爭取工作場所哺餵母乳或擠奶的設備及時間。
 - 探討支持在非正式場所工作母親哺餵母乳權利的可能方式，見WABA網站描述種子計劃的例子 <http://www.waba.org.br/action.htm>
- ### 你如何使用國際母乳代用品銷售守則及相關世界衛生會議決議
- 了解你的衛生行政單位採取何種措施來執行守則，鼓勵完全執行以完成國家在兒童權利公約及其他人權協約下的責任。
 - 查明保健工作者(小兒科醫師、護士、及醫師)是否了解或支持守則，當地或國際醫療院所是否實際執行。
 - 監督並向政府相關機構及非政府組織報告違反守則及世界健康會議決議的行為及公司。
 - 使用國內的監督結果，鼓勵媒體調查守則執行狀況及鼓勵母乳哺餵。
 - 和國際嬰兒食物行動聯盟聯繫詢問如何一起行動。