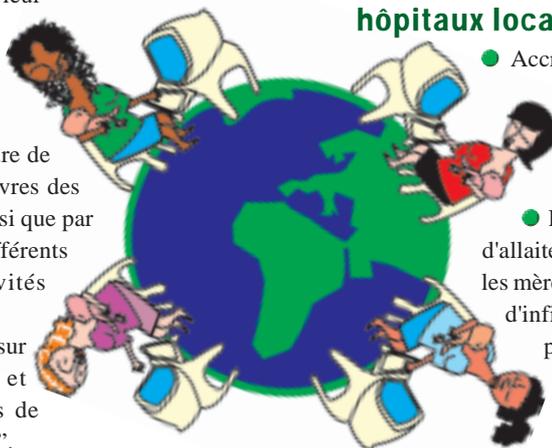


## Ce que vous et votre communauté pouvez faire

- Traduisez ce dossier d'action dans votre langue locale et distribuez l'information.
- Écrivez aux chaînes de télévision, aux rédacteurs de journaux, de magazines, de sites web pour les féliciter pour leurs images positives de l'allaitement maternel, ou leur désigner ce qui dans leur contenu déprécie l'allaitement maternel.
- Parlez à vos amis des avantages de l'allaitement maternel et encouragez les pères à donner leur appui.
- Organisez des expositions ou installez un stand d'information dans votre ville.
- Entourez vos enfants de la culture de l'allaitement maternel par des livres des bandes dessinées, des contes ainsi que par l'observation des mœurs de différents mammifères et d'autres activités créatrices.
- Tenez à jour vos connaissances sur les sujets tels que "SIDA et allaitement" ou "les polluants de l'environnement et l'allaitement".
- Placez des messages de la SMAM et des événements à ce sujet sur des enseignes publicitaires ou sur les transports publics.
- Encouragez les bibliothèques locales à disposer sur un présentoir les livres adultes et enfants traitant de l'allaitement, ainsi qu'une liste de sites Internet.



## Travaillez avec les médias

- Soyez à l'écoute des radios populaires et suivez de près les émissions de télévision. Réagissez aux informations inexactes.
- Utilisez des chansons pour transmettre et renforcer le message. Diffusez l'air par l'intermédiaire des stations de radios locales, interprétez le dans les cliniques, dans les classes et les garderies.
- Créez à la radio, à la télévision, ou sur Internet des programmes d'enseignement sur l'éducation, l'allaitement maternel et la nutrition infantile. Au Honduras une station de radio a réalisé 11 émissions sur les 9 règles d'or de l'allaitement maternel, cela fut complété par des spots à la radio ainsi que par une chanson, une brochure pour les mères, un guide pour les personnels de santé et un diplôme attestant la participation aux cours.
- Afin de décrocher des articles dans la presse ou des émissions télévisées, fournissez aux journalistes des idées de scénario, des personnes à interviewer, des événements à couvrir comme des expositions, des bals ou des concours. Entretenez vos relations de travail avec ces journalistes.
- Participez lorsque les émissions de radio ou de télévision lancent un appel à témoignages, ainsi que sur les forums et chats d'Internet.

## Travaillez sur l'Internet

- Créez une liste de bons sites sur l'allaitement maternel et distribuez la dans les lieux d'accès à Internet (bibliothèques, cybercafés...) et directement aux familles.
- Mettez en place une adresse mel pour que les parents puissent poser des questions et obtenir des renseignements en complément des conseils téléphoniques et de l'aide en face à face.
- Créez un site web pour les professionnels de la santé passant en

revue différents thèmes ainsi que des tests de connaissances.

- Établissez une liste de diffusion par mel à destination des familles, des professionnels de santé et des décideurs pour les informer de l'actualité des parutions, et des événements concernant l'allaitement maternel.
- Recherchez des documents en ligne, imprimez les et distribuez les aux collègues n'ayant pas d'accès Internet.

## Travaillez avec les cliniques et les hôpitaux locaux

- Accrochez des banderoles, ou des affiches pour célébrer la SMAM.
- Mettez en place une exposition présentant d'allaitement maternel dans les halls, les cafétérias et les salles d'attente.
- Présentez des statistiques sur les taux locaux d'allaitement maternel, les obstacles rencontrés par les mères, et encouragez les efforts lors des réunions d'infirmières, médecins et administrateurs pour plus d'assistance et de soutien aux mères.
- Organisez "Le concours de la SMAM" entre les personnels de santé et décernez un prix au plus grand nombre de bonnes réponses aux questions posées lors de l'épreuve.

*continuation de la page 4 (VIH/SIDA)*

lorsque (1) la famille a un accès sûr à des quantités suffisantes pendant au moins 6 mois, (2) la famille a les ressources (eau, combustibles, ustensiles, compétences et temps) pour préparer le substitut correctement et dans des conditions hygiéniques.

D'autres possibilités incluent une thermothérapie du lait maternel exprimé et l'allaitement par une femme autre que la mère.

## Points Clés sur VIH/SIDA

- Les familles doivent avoir accès à des conseils et à des tests VIH volontaires et confidentiels. (VCT).
- Le plus haut risque de transmission du virus au bébé allaité semble être durant les premières semaines d'allaitement lorsqu'on ne peut pas le distinguer de la transmission se produisant durant la grossesse ou lors de l'accouchement. Bien que le risque de transmission de l'VIH par l'allaitement dure aussi longtemps que le bébé est allaité, il semble se réduire à mesure que l'âge du bébé augmente, particulièrement si le bébé est exclusivement allaité lors de ses 6 premiers mois.
- L'allaitement maternel devrait toujours être protégé, encouragé et promu car la plupart des mères ne sont pas infectées ou ne connaissent pas leur situation par rapport à l'VIH. En effet, en 2001 moins de 1% des femmes faisant des visites prénatales en Afrique ont eu accès au VCT.
- Les dispositions du Code International et l'IHAB devraient continuer d'être mises en oeuvre même dans les secteurs ayant une haute fréquence de VIH/SIDA.
- La meilleure façon de protéger les bébés de l'infection est de protéger leur mère de l'infection lors des rapports sexuels.