fáilte anseo roimh beathú cíche

Chun tairbhe mháithreacha, do leanbháin agus do ghnó

fáilte anseo roimh

beathú cíche

CHUN TAIRBHE LEANBHÁIN. CHUN TAIRBHE MHÁTHAIR.

Fáilte anseo roimh beathú cíche

Is tionscnaimh é an scéim **Fáilte anseo roimh beathú cíche** a bhfuil sé mar aidhm aige cuidiú le máithreacha áiteanna a aithint agus iad ar shiúl ón bhaile gur féidir leo an chíoch a thabhairt dá leanbhán. Faigheann an scéim tacaíocht ó Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte (Health Promotion Agency for Northern Ireland) agus ó Ghrúpa Forfheidhmithe Stratéis Bheathaithe Cíche Thuaisceart Éireann (Northern Ireland Breastfeeding Strategy Implementation Group).

Tá an beathú cíche an-tábhachtach do shláinte na máthar agus an leanbháin araon, ach mar sin féin tá ceann de na rátaí beathú cíche is ísle san Eoraip ag Tuaisceart Éireann. Bíodh go dtosnaíonn an leathchuid de mháithreacha ar an bheathú cíche, ní fada go n-éiríonn cuid mhór acu as. Is minic go dtarlaíonn sé seo mar go mbraitheann siad go bhfuil easpa tacaíochta ann, go háirithe nuair is mian leo cothú a thabhairt dá leanbháin nuair nach bhfuil siad sa bhaile.

Más féidir le gnóluchtaí áitiúla a dhearbhú go seasann siad le máithreacha atá ag tabhairt na cíche, trína mballraíocht den scéim **Fáilte anseo roimh beathú cíche** a chur ar taispeáint, is mó an muinín a bheidh ag cuid mhór máithreacha nua as an bheathú cíche agus is mó an seans go leanfaidh siad ar aghaidh níos faide leis. Beidh seo chun tairbhe dá sláinte féin agus do shláinte an leanbháin (féach leathanach 7 le haghaidh a thuilleadh eolais maidir le buntaistí sláinte an bheathú cíche).

Chun tairbhe mháithreacha, do leanbháin agus do ghnó

Tuigtear i ngach gnó an tábhacht atá le custaiméirí a philleann agus leis an iomrá phearsanta. Is gnách go mbíonn máithreacha a bhfuil leanbháin bheaga acu páirteach i ngréasáin neamhfhoirmeálta, mar atá: grúpaí tacaíochta iarbhreithe agus grúpaí áitiúla le haghaidh máithreacha agus tachráin agus mar sin de.

Tiocfaidh na máithreacha a bhfuil leanbh ar an bhrollach acu agus a mhothaíonn gur cuireadh fáilte rompu féin agus a leanaí fhad is a bhí cupán caife acu, nó béile nó iad i mbun siopadóireachta, ar ais chuig d’áitreamh gnó agus beidh siad ag caint lena gcairde agus lena dteaghlach faoi. Aithneoidh do chustaméirí do ghnó mar ghnó a bhfuil suim aige ina sláinte agus ina leas, seachas ina gcuid airgid amháin.

Tabharfar aitheantas do na gnóthaí uile atá páirteach sa scéim **Fáilte anseo roimh beathú cíche** leis an cur-chun-cinn leanúnach agus an méadú fesachta a dhéanfar. A luaithe is a bheas an scéim ag feidhmiú beidh bunachar á choinneáil ag an Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte (Health Promotion Agency for Northern Ireland) ar an suíomh idirlinn um bheathú cíche www.breastfedbabies.org a thabharfaidh an deis do mháithreacha gnóthaí atá páirteach sa scéim a chuartú.

Cé atá i dteideal bhallraíocht a fháil?

Tá cead ag gnó ar bith atá oscailte don ghnáthphobal, mar shampla, siopaí caife, bialanna, siopaí, ollmhargaí agus gruagairí, ballraíocht sa scéim a fháil. Chun a bheith páirteach sa scéim ní mór do ghnóthaí na critéir bhallraíochta thíos a chomhlíonadh.

Critéir bhallraíochta

- Tá glacadh leis an bheathú cíche i ngach limistéir den áitreamh ghnó s'agatsa atá oscailte don gnáthphobal.
- Ní iarrfar ar mháthair atá ag tabhairt cíche i limistéir de d'áitreamh ghnó atá oscailte don ghnáthphobal bogadh go limistéir eile nó éirí as an bheathú cíche ach an oiread.
- Cuirfear in iúil do gach ball den fhoireann s'agatsa go bhfuil do ghnó ina bhall den scéim agus mar sin de go mbeidh siad uile cuiditheach maidir le riachtanais na máithreacha a bhfuil leanbh ar an chíoch acu.
- Cuirfear limistéir atá saor ó chaitheamh tobac ar fáil (ní mór gurb ionann é seo agus an leathchuid den limistéir suí ar a laghad).
- Cuirfear in iúil den gnáthphobal go bhfuil tú i do bhall den scéim agus go bhfuil tú i bhfách leis an chothú cíche trí ghreamán fuinneoige na scéime agus an teastas a chur ar taispeáint ar d'áitreamh ghnó.

Clárú leis an scéim

Tá sé breá simplí páirt a ghlacadh sa scéim:

1. Iarrfar ar bhall sinsearach den ghnó s'agat a ainm a chur le comhaontú scríofa a thugann le fios go gcloífidh an gnó leis na critéir bhallraíochta (tá an comhaontú scríofa iniata leis an bhileog eolais seo).
2. Ba chóir don ghnó an comhaontú sínithe a sheoladh ar ais chuig an Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte (Health Promotion Agency for Northern Ireland).
3. Déanfaidh an Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte (Health Promotion Agency for Northern Ireland) teastas na scéime **Fáilte anseo roimh beathú cíche** agus greamán fuinneoige a eisiúint a luaithe is a fhaigheann sé an comhaontú sínithe.
4. Cuirfear ainm do ghnó le liosta na n-áitreamh atá ag glacadh páirte sa scéim agus foilseofar é ar-líne ar an suíomh www.breastfedbabies.org
5. Déanfar measúnú leanúnach ansin ag máithreacha ó ghrúpaí áitiúla tacaíochta an bheathú cíche lena chinntiú go bhfuil na gnóthaí a bhfuil a n-ainm acu leis an scéim ag cloí leis na critéir.

Tabharfar aitheantas do na gnóthaí uile atá páirteach sa scéim **Fáilte anseo roimh beathú cíche** leis an cur-chun-cinn leanúnach agus an méadú tuisceana a dhéanfar ag an Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte (Health Promotion Agency for Northern Ireland) agus ag Grúpa Forfheidhmithe Thuaisceart Éireann na Straitéise um Chothú Cíche (Northern Ireland Breastfeeding Strategy Implementation Group).

Mura bhfuil gnóthaí ag cloí leis na critéir cuirfear é sin in iúl dóibh agus d'fhéadfaí a mballraíocht a chur ar ceal.

Oiliúint feasachta foirne

Ar mhaithe lena chinntiú go mbíonn cur chuige leanúnach ag do ghnó maidir le tacaíocht a thabhairt don scéim **Fáilte anseo roimh bheathú cíche** mháithreacha a bhíonn ag tabhairt na cíche ar d'áitreamh ghnó agus go ndéanfar critéir bhallraíochta na scéime a chomhlíonadh i gcónaí, moltar go gcuirfear an fhoireann s'agatsa ar fad ar an eolas maidir le ballraíocht na scéime agus na critéir a bhaineann leis.

Ba chóir go gcuirfí an fhoireann ar an eolas maidir leis an scéim, agus mar gheall ar cheisteanna ar nós conas a mhíniú do bhaill an phobail, máithreacha a bhfuil leanbh ar an bhrollach acu san áireamh, cad é atá i gceist leis an scéim agus cén fáth go bhfuil do ghnó páirteach ann, mar shampla, na buntaisti sláinte atá ann do leanbháin agus do mháithreacha.

Ba chóir go dtuigfidh siad nár cheart a iarraidh ar mháithreacha atá ag tabhairt cíche bogadh chun áit a thabhairt do phatrúin eile.

Is maith an smaoineamh é chomh maith a insint dóibh más amhlaidh go mbeidh eolas mar gheall ar do bhallraíocht sa scéim á chur isteach agat i mbileoga eolais do ghnó.

Buntáistí sláinte an bheathú cíche

Tá buntaistí an-tábhachtacha ag an bheathú cíche do leanbháin agus do mháithreacha. Is lú an baol i gcás na leanbhán a fhaigheann beathú cíche go dtiocfadh iad seo a leanas orthu:

- an buinneach, tinnis goile, agus gastaireintríteas
- casachtaí agus slaghdáin
- infhabhtaithe cluaise agus cliabhraigh
- infhabhtaithe fualbhealaigh
- ailléirgí, plúchadh agus eachma
- diaibéiteas na hóige agus raimhre

Is lú an baol do mháithreacha a thugann cothú cíche i gcás aicídí tromchúiseacha mar:

- ailse cíche
- ailse ubhagáin
- oistéaporóis (tanú na gcnámh)

Más faide a chothaítear an leanbh ar an chíoch is láidre an chosaint ar ghalair ag an mháthair agus an leanbh araon. Moltar go ndéantar an leanbh a bheathú ar an chíoch don chéad sé mhí agus go gcuirtear tús leis an bhia soladach thart fá sé mhí agus go leantar leis an bheathú cíche go dtí go mbíonn an leanbh bliain d'aois nó níos mó.

Tá tacaíocht an uile dhuine ag teastáil ó mháithreacha atá ag tabhairt beathú cíche agus is féidir leat féin cuidiú le feabhsú an tsláinte ach a bheith tuisceanach agus fáilte a chur roimh theaghlaigh atá ag tabhairt beathú cíche.

Chun tuilleadh eolais a fháil maidir le buntaistí sláinte an bheathú cíche tabhair cuairt le do thoil ar www.breastfedbabies.org

Comhaontú na scéime Fáilte anseo roimh beathú cíche

Cur cóip amháin den chomhaontú agus é líonta isteach chuig:

An Scéim Fáilte anseo roimh beathú cíche
(Breastfeeding welcome here scheme)
Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte
(Health Promotion Agency for Northern Ireland)
18 Ormeau Avenue
Belfast
BT2 8HS

Coinnigh, le do thoil, cóip amháin den chomhaontú agus é líonta isteach le haghaidh do thaifead féin.

Faigheann an scéim **Fáilte anseo beathú cíche** tacaíocht ón Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte (Health Promotion Agency for Northern Ireland) agus ó Ghrúpa Infheidhmithe Straitéis Bheathú Cíche Thuaisceart Éireann (Northern Ireland Breastfeeding Strategy Implementation Group).

Comhaontú na scéime Fáilte anseo roimh beathú cíche

Thar ceann ______________________________ Aontaím:

- Go bhfuil glacadh leis an bheathú cíche i ngach limistéir dár áitreamh ghnó atá oscailte don ghnáthphobal.
- Nach n-iarrfar ar mháthair atá ag tabhairt cíche i limistéir ar bith dár áitreamh gnó bogadh go limistéir eile nó éirí as an bheathú cíche.
- Go gcuirfear in iúil dár mbaill foirne uile go bhfuil an gnó s'againn ina bhall den scéim agus go dtabharfaidh sé tacaíocht do riachtanais na máithreacha atá ag tabhairt cíche.
- Go bhfuil limistéir san áitreamh s'againn nach lú ná an leathchuid den limistéir suí é nach gcaitear tobac ann.
- Go gcuirfear ár mballraíocht sa scéim agus ár dtacaíocht don bheathú cíche in iúil don ghnáthphobal trí ghreamán fuinneoige agus teastas na scéime a chur ar taispeáint ar ár n-áitreamh ghnó.

Sínithe ______________________________

Scríobh an t-ainm i litreacha soiléire ______________________________

Teideal Poist ______________________________

Ainm an Ghnó ______________________________

Seoladh ______________________________

____

Cód Poist ______________________________

Teileafón ______________________________

Ríomhphoist ______________________________

Comhaontú na scéime Fáilte anseo roimh beathú cíche

Thar ceann ______________________________ Aontaím:

- Go bhfuil glacadh leis an bheathú cíche i ngach limistéir dár áitreamh ghnó atá oscailte don ghnáthphobal.
- Nach n-iarrfar ar mháthair atá ag tabhairt cíche i limistéir ar bith dár áitreamh gnó bogadh go limistéir eile nó éirí as an bheathú cíche.
- Go gcuirfear in iúil dár mbaill foirne uile go bhfuil an gnó s'againn ina bhall den scéim agus go dtabharfaidh sé tacaíocht do riachtanais na máithreacha atá ag tabhairt cíche.
- Go bhfuil limistéir san áitreamh s'againn nach lú ná an leathchuid den limistéir suí é nach gcaitear tobac ann.
- Go gcuirfear ár mballraíocht sa scéim agus ár dtacaíocht don bheathú cíche in iúil don ghnáthphobal trí ghreamán fuinneoige agus teastas na scéime a chur ar taispeáint ar ár n-áitreamh ghnó.

Sínithe ______________________________

Scríobh an t-ainm i litreacha soiléire ______________________________

Teideal Poist ______________________________

Ainm an Ghnó ______________________________

Seoladh ______________________________

____

Cód Poist ______________________________

Teileafón ______________________________

Ríomhphoist ______________________________

Health Promotion Agency

Investing for Health

breastfeeding
GOOD FOR BABY. GOOD FOR MUM.

Arna fhoilsiú ag:
Áisíneacht Thuaisceart Éireann um Chothú Sláinte
(Health Promotion Agency for Northern Ireland)
18 Ormeau Avenue, Belfast BT2 8HS.
Tel: 028 9031 1611 (guth/minicom)
Faics: 028 9031 1711

www.healthpromotionagency.org.uk
www.breastfedbabies.org