

الرضاعة لا تنتج عنها آلام. الإرضاع يزول ويتجلى
عنه وضع الطفل الرضيع في الوضعية الصحيحة

الطفل الرضيع يضع فمه في حلمة أمه ويلبس
جزء من دائرة الحلمة



الرضيع يقبض فمه لإلا الحلمة

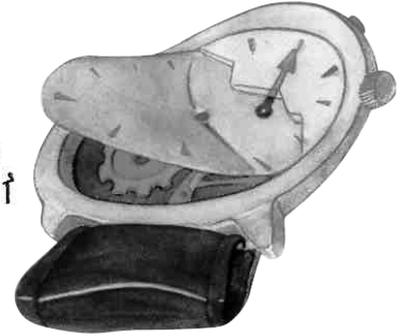
هذا الكتيب مبدى من طرف Via Láctea لا احتفال
بالأسبوع العالمي الخاص بالرضاعة الطبيعية لسنة
2003.

Via Láctea ترحب وتتمنى إقامة سعيدة لكل النساء
المهاجرات والمقيمات في الأرقون

حليب الأم هو أفضل وسيلة لتغذية الطفل الرضيع
خلال الست أشهر الأولى من حياته مع إعطائه
أطعمة أخرى حتى سن الثانية

الرضاعة الطبيعية تعطي أهمية وفائدة جسمية
و نفسية كبيرة للرضيع وللأم أيضا
يجب أن تبدأ الرضاعة منذ الساعة الأولى بعد
الولادة و يجب أيضا أن يكون الطفل قريب من أمه

تناسي تحديد المدة والزمن لإعطاء
الحليب للرضيع. كل رضيع له وقته الخاص به
ومنا الطبيعي جدا أن يرضع الطفل حتى
أثناء الليل



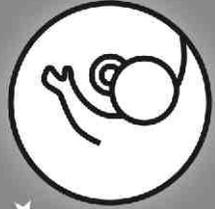
تدري الأم لا يتطلب نظافة أو عناية خاصة
بوضع الكريما أو المراهم ولكن يجب على الأم
الإكتفاء بأخذ حمام أو دوش يومي

لا للرضاعة ولا للمهل. تجنبي
المصاصة حتى ينتهي الرضيع من أخذ
حليب أمه



حليب الأم

Idioma: árabe



ASOCIACIÓN
DE MADRES
"VIA LÁCTEA"



Vía Láctea

جمعية لمتناماتها الترقية
العناية والتركيز على حليب الأم
وهذا منذ سنة 1987

Vía Láctea تقدم خدمات
مجانية في مجال الصحة وهذا
بعدموافقة حكومة الأرتون

ترجمة فاسيمي نصيرة

الوضعية الصحيحة

لاستقامة الظهر
لاسترخاء وراحة الكتف
لاقتراب الرضيع من أمه وليس العكس
ملاسة بطن الطفل لبطن أمه



اللقاء الأممات، حضور معاضرات وحولات حول
الرعاية الطبيعية: الأيام الأولى. خلال الليل. زيادة حليب
الأم. ماذا تفعل الأم حينما يبكي رضيعها؟ أهمية ونوعية
الأم عند الرضاعة. الرعاية الطبيعية والعمل خارج البيت
العنوين

• سر قسطه ZARAGOZA

Casa de la Mujer

C/ D. Juan de Aragón, 2.

كل يوم لثنتين من الساعة

الساعة 19:00 الساعة 17:30

الهاتف: 976 32 28 03

• أوسكا HUESCA

IAM (Instituto Aragonés de la

Mujer)

كل يوم خميس من الساعة

الساعة 18:30 الساعة 17:30

الهاتف: 974 22 21 44

• الكنيت ALCAÑIZ

Hospital Comarcal de Alcañiz

كل يوم ثلاثاء من الساعة

الساعة 17:00 الساعة 15:30

الهاتف: 978 87 02 96

<http://www.vialactea.org>

