

# የህጻን እንክብካቤና ጡት ማጥባት

ለህጻን እንክብካቤ አገልግሎት አቅራቢዎች ጠቃሚ መረጃ

**ጡት ማጥባትን መቀጠል ለምትፈልጉ ስንት ልጅዎ የህጻን እንክብካቤ (ቻይልድ ኬር) ከገባ በኋላ የእርምጃ ድጋፍና ማበረታቻ ታላቅ አስተዋፅኦ አለው።**

ስንት ልጅዎን ለማጥባት የምትደርገውን ጥረት አንደሚደግፉ ካወቁት ልጅዎን ማጥባት እንደትቀጠል ይረዳታል።

እንደ የህጻን እንክብካቤ አገልግሎት አቅራቢ መሰረት ጡት በሚያጠቡ ሴቶች ላይ ልዩነት መፍጠር የለብዎም። ጡት የማጥባት መብት በአንቀጽ ህግ/ACT Discrimination Act 1991 ዓ.ም/ መሰረት የተጠበቀ ነው። ማንኛውም የህጻን እንክብካቤ አገልግሎት አቅራቢ በዚህ ህግ መሰረት መካተት አለበት። ከነዚህ አቅራቢዎች ውስጥ በቀን የረጅም ጊዜ እንክብካቤ መስጫ/long day care/, የአልፎ አልፎ እንክብካቤ መስጫ/occasional care/, ፋሚሊ ደይ ኬር/family day care/, ወይም በቤት ውስጥ እንክብካቤ መስጫን ያካትታል። ይህም ህግ አገልግሎቱ ለትርፍ እና የነጻ ለሆነ ይመለከታል።

## የበለጠ እርዳታ ከፈለጉ:

በአውስትራሊያ ጡት ማጥባት ማህበር ድረገጽ ላይ የተጻፈውን መጫን ይችላሉ:

“ጡት ለሚጠባ ህጻን ተንከባካቤ መመሪያ” በድረ ገጽ [www.breastfeeding.asn.au](http://www.breastfeeding.asn.au).

ይህ በድረ ገጽ የተጠቀሰው ጽሁፍ ለህጻናት የታለበ የእናት ጡት ወተትን እንደት እንደሚቀመጥና አንደት ለህጻናት እንደሚሰጥ ይገለጻል። የአውስትራሊያ ጡት ማጥባት ማህበር ስለ ጡት ማጥባት አማካሪዎች ሲኖሩት፤ እናቶችንና ተንከባካባዎች ስለሚኖራቸው ማንኛውም ጥያቄ መርዳት ይችላሉ። እንዲሁም በተለያዩ አርእስቶች ስለ ጡት ማጥባት መረጃ በድረገጽ ላይ በማትረብ ይረዳሉ።



## ከዚህ በታች ያለን ካደረጉ ህገ-ወጥነት ይሆናል:

- ህፃኑ ጡት ስለሚጠባ ለህጻን እንክብካቤ መስጫ ማመልከቻ መከለክል እና ቦታ አለመስጠት፤
- ህጻኑ በእንክብካቤው ላይ ሲጀምር እናት ማጥባቷን እንዳትቀጥልበት ተስፋ ማስቀረጥ፤
- በርስዎ ቦታ ላይ እናት እንዳይታጠባ ወይም ጡት እንዳይታልብ ማድረግ፤
- ከእናት ጡት የታለበን ወተት ህጻኑ እንዳይመገብ መከልከል፤ ወይም፤
- ህፃኑ በህጻን እንክብካቤ መስጫ እያለ ለወላጆች የተለያዩ መሰናክል ማድረግ ልጁን ማጥባት እንዲያቻርጡ፤

## ጡት የማጥባት አገልግሎትዎን በጥሩ ሁኔታ ለማካሄድ አንዳንድ ምክርቶች

- ወላጆችን መጀመሪያ ሲያነጋግሩ ጡት ማጥባት እንደሚደግፉ መናገር።
- ጡት ለሚያጠቡ ወይም ለሚያልቡ እናቶች በርስዎ ማእከል ወይም ቤት ላይ አመቺ ቦታ ማዘጋጀት።
- ለልጅ ጡት ስለምትጠባ እናት አወንታዊ መሆን።

## ስለ ጡት ማጥባት አወንታዊ በህጻን እንክብካቤ አገልግሎት ለማካሄድ የበለጠ መረጃ ለማግኘት:

Australian Breastfeeding Association

(የአውስትራሊያ የጡት አጥቢ ማህበር)

ለእርዳታ መስመር: 1800 686 268

ለአስተርጓሚ አገልግሎት: 13 14 50

ኢሜል: [info@breastfeeding.asn.au](mailto:info@breastfeeding.asn.au)

ኢንተርኔት: [www.breastfeeding.asn.au](http://www.breastfeeding.asn.au)

ጡት ስለማጥባት አውነታ ጽሁፍ ወረቀት በማህበረሰብ ቋንቋ እና የተለያዩ ሌላ ጡት ስለማጥባት መገልገያዎች እና መረጃ በስልክ (02) 6162 2716 በመደወል ይገኛል።



**HUMAN RIGHTS & DISCRIMINATION COMMISSIONER**  
ACT Human Rights Commission



**Australian Breastfeeding Association**

# ጡት ስለማጥባትና የህጻን እንክብካቤ

## ለወላጆች ጠቃሚ መረጃ

ለእርስዎ እና ለጅዎ ተስማሚ የሆነ በማንኛውም ቦታ አንዲሁም በየህጻን እንክብካቤ ቦታ ልጅዎን ማጥባት ይችላሉ።

በህጻን እንክብካቤ መስጫ ውስጥ እያሉ ጡት ማጥባት ወይም የታለበ ወተት መስጠት ይችላሉ። እርስዎ ጡት በማጥባት የህጻን እንክብካቤ አቅራቢው አድለዎ ማድረግ በህግ የተከለከለ ነው።

አድልዎ ተፈጥሮብኛል ብለው ካሰቡ ወይም ስለ ጡት ማጥባት መብትዎን ለበለጠ መረጃ ለማግኘት፡

በዚህ አደራሻ ይጠቀሙ

ኤሲ.ቲ የግለሰብ መብት ጠባቂ ማህበር  
(ACT Human Rights Commission)  
ስልክ: (02) 6205 2222  
ለአስተርጓሚ አገልግሎት: 13 14 50  
ኢሜል: [human.rights@act.gov.au](mailto:human.rights@act.gov.au)  
ኢንተርኔት: [www.hrc.act.gov.au](http://www.hrc.act.gov.au)



### የርስዎ ህጻን እንክብካቤ አቅራቢ:

- ልጅ ጡት ስለሚጠባ ለህፃን እንክብካቤ ቦታ ማመልከቻ ወይም ቦታ መክልክል የለበትም፤
- ህጻኑ በእንክብካቤ መስጫው ላይ ሲጀምር ጡት ማጥባት ያቁም ብሎ መጠየቅ አይቻልም፤
- በማእከሉ ላይ ጡት ማጥባት ወይም የጡት ወተት እንዲያልቡ መፍቀድ አለበት፤
- ለልጅዎ የታለበን ወተት ለመመገብ መክልክል አይችሉም፤ ወይም
- ልጅዎ በእንክብካቤ መስጫ ቦታ ላይ እያለ ጡት ማጥባትን እንዲቀጥሉበት ወይም የታለበ ወተት እንዲመግቡ መርዳት አለበት።
- ጡት የማጥባት መብትዎ በአንቀጽ ህግ (ACT Discrimination Act 1997) መሰረት የተጠበቀ ነው። ማንኛውም የህጻን እንክብካቤ አገልግሎት አቅራቢ ይህን ህግ ማክበር መካተት ሲኖርበት ከነዚህ አቅራቢዎች ውስጥ በቀን የረጅም ጊዜ እንክብካቤ መስጫ (long day care), የአልፎ አልፎ እንክብካቤ መስጫ (occasional care), ፋሚሊ ደይ ኬር (family day care), ወይም በቤት ውስጥ እንክብካቤ መስጫን ያካትታል። አገልግሎቱ የነጻ ወይም ለንግድ ቢሆንም ሁሉንም ይመለከታል።

ልጅዎ በእንክብካቤ መስጫው መሄድ ሲጀምር ጡት ለማጥባት እንዲረዳዎ ከህጻን እንክብካቤ መስጫ አገልግሎት ጋር ቅንጅት ማካሄድ ይኖርብዎታል።

ለአውስትራሊያ ጡት ማጥባት ማህበር ጽሁፍ ወረቀት ለማግኘት በድረገጽ ላይ መጫን ይችላሉ። ከ ኤቢኤ (ABA) ድረገጽ ላይ “ጡት ለሚጠባ ህጻን እንክብካቤ አቅራቢ መመሪያ “A Caregiver’s Guide to the Breastfed Baby” የሚለውን ማውጣት። ይህ የተጠቀሰው ጽሁፍ ለየህጻን እንክብካቤ አገልግሎትዎ እንዲት የጡት ወተት እንዲቀመጥ፣ እንዲያዘ አንዲሁም አንዲት የታለበውን የጡት ወተት ለህጻናት ማጠጣት እንዲረዳዎ መረጃ ይሰጣል። እንዲሁም በአናቶችና በተንከባካቢዎች ለሚቀርብ ማንኛውም ጥያቄ የሚረዱ በኤቢኤ (ABA) በኩል የጡት ማጥባት አማካሪዎች አሉ።

ስለ ጡት ማጥባት አወንታዊ በህጻን እንክብካቤ አገልግሎት ለማካሄድ የበለጠ መረጃ ለማግኘት:

Australian Breastfeeding Association  
(የአውስትራሊያ የጡት አጥቢዎች ማህበር)  
(ለእርዳታ መስመር: 1800 686 268  
ለአስተርጓሚ አገልግሎት: 13 14 50  
ኢሜል: [info@breastfeeding.asn.au](mailto:info@breastfeeding.asn.au)  
ኢንተርኔት: [www.breastfeeding.asn.au](http://www.breastfeeding.asn.au)  
ጡት ስለማጥባት አወንታ ጽሁፍ ወረቀት በማህበረሰብ ቋንቋ እና የተለያዩ ሌላ ጡት ስለማጥባት መገልገያዎች እና መረጃ በስልክ (02) 6162 2716 በመደወል ይቀርባል።