



Sănătatea emoțională a copilului începe cu și de la părinți. Proiectul „ABC - Să învățăm despre copii. Școala părinților”

Sibiu 18 februarie 2016

Sănătatea unui copil, atât cea fizică, cât mai ales cea psiho-emoțională, începe de la mamă. Confortul emoțional din timpul sarcinii, gradul de predictibilitate al problemelor pe care mama le întâmpină, răspunsul pe care gravida îl poate da propriei anxietăți, sunt indicatori clari pentru bunăstarea psiho-emoțională a copilului. Studiile efectuate de-a lungul timpului au arătat că problemele de natură emoțională cu care se confruntă mamele în timpul sarcinii și imediat după naștere devin factori de risc pentru dezvoltarea ulterioară a anxietății la copii. Ținând cont de acest fapt, Asociația Baby Care și Asociația Mâini Unite, cu sprijin consistent din partea Salvați Copiii România și cu suportul a încă trei parteneri - Asociația Unii pentru Alții Sibiu, Spitalul Clinic Județean de Urgență Sibiu și Teatrul pentru copii și tineret Gong din Sibiu – au dezvoltat proiectul „ABC – Să învățăm despre copii. Școala părinților”, care oferă acces gratuit părinților și acoperă cele 1.000 de zile cruciale pentru un copil, de la concepție până la vârsta de 2 ani.

Proiectul, gândit de medici obstetricieni, neonatologi, pediatri, medici de familie, psihologi, dar și părinți cu experiență, abordează întreaga complexitate a nașterii și îngrijirii unui copil, încă din perioada sarcinii. Accesul la școala părinților este gratuit, astfel încât restricțiile financiare să nu afecteze accesul la o bună informare.

Sănătatea fizică și cea psihică a mamei pe durata sarcinii au impact asupra întregii vieți a copilului, anxietatea și stress-ul pe durata sarcinii fiind legate nu doar de creșterea riscului de complicații în sarcină, dar și de ulterioare probleme emoționale și comportamentale ale copilului. Implicarea tatălui pe durata sarcinii este, de asemenea, extrem de importantă,

acesta trebuind să cunoască și să își sprijine partenera pe durata întregii sarcini, nu doar după naștere.

„Este important să înțelegem că ambii părinți au un rol important, încă din perioada sarcinii. Încurajăm participarea taților la aceste cursuri pentru că, din păcate, modul tradițional de creștere a copiilor implică și responsabilizează prea puțin tații, dar implicarea acestora armonizează relațiile de familie și contribuie semnificativ la creșterea sănătoasă a copiilor”, spune **Maria Livia Ognean, Președinte Baby Care Sibiu.**

Pentru că sarcina, nașterea naturală și alăptarea sunt evenimente fiziologice cu impact extrem de important asupra sănătății mamei și copilului, ședințele de educație prenatală cuprind o tematică vastă care acoperă cele 1.000 de zile extrem de importante din viața fiecărui copil: de la concepție până la vârsta de 2 ani. Sunt cele 1.000 de zile pe care se clădește fundația sănătății fizice și psihice a viitorului adult. Ședințele sunt structurate astfel încât un sfert din timp este dedicat prezentării temelor în discuție, restul timpului fiind destinat oferirii de răspunsuri punctuale la întrebările participanților. La fiecare dintre ședințe vor participa 3-5 specialiști pregătiți să ofere aceste răspunsuri.

“Nașterea și îngrijirea unui copil sunt atât de complexe, încât se spune că niciodată nu ești pregătit pentru aducerea pe lume a unei noi vieți. Această prejudecată conține, de fapt, teama fiecăruia de a fi pe deplin responsabil de o nouă viață, teama că nu ne vom descurca, că nu știm ce, dar mai ales cum să facem astfel încât să creștem un copil sănătos atât fizic cât și psiho-emoțional. Teama aceasta și emoția care o însoțește sunt cât se poate de firești. Rolul de părinte nu seamănă cu niciun alt rol social, dar, odată învățat, devine cel mai autentic rol pe care cineva îl poate avea în viață. De aici importanța majoră pe care Salvați Copiii o acordă educației prenatale, care oferă informații despre sarcină, naștere, îngrijirea și alimentația copilului, dar și despre schimbările psiho-emoționale care însoțesc sarcina, nașterea și apariția unui copil în familie. Sănătatea copilului începe cu și de la părinți”, subliniază **Gabriela Alexandrescu, Președinte Executiv Salvați Copiii România.**

"Dacă ar trebui să conturăm "instrucțiuni de creștere a copiilor" atunci iubirea necondiționată și informațiile din sfera medicală sunt cele mai importante. Mămicile din Asociația Mâini Unite își doresc o comunitate de părinți corect informați cu privire la creșterea și educarea copiilor. Acest proiect este o oportunitate pe care părinții nu ar trebui să o rateze pentru că informațiile vin de la cei mai buni specialiști în domeniu din

Sibiu și accesul este gratuit", a completat **Gabriela Stănescu, reprezentant al Asociației Mâini Unite Sibiu.**

Părinții sunt încurajați să se înscrie și să participe la ședințele de educație prenatală care vor avea loc lunar (sau mai des, dacă acest lucru este solicitat) în fiecare a doua marți din lună, între orele 18.00-20.00, în Sala de Conferințe a Spitalului Clinic Județean de Urgență Sibiu (în clădirea direcțiunii spitalului). Informații privind tematica cursurilor și lectorii vor fi difuzate începând din această săptămână cabinetelor medicale și policlinicilor din Sibiu și județ, dar și în numeroase locuri publice precum și pe pagina Facebook dedicată acestui proiect – “ABC – Să învățăm despre copii. Școala Părinților” .

Persoană de contact:

Maria Livia Ognean, livia_sibiu@yahoo.com, telefon 0745276584