

## טלפון מוקד אחיות טיפת חלב:



שירות חינוכי לשאלות בנושא הנקה וטיפול ביילוד ובתינוק.

\*5400

א'-ה' 16:00-21:00, ו' 08:00-13:00

## אשת קשר לענייני בטיחות במעבדות לנשים בהריון והנקה:



ד"ר אסתר מסר

054-9381035 | 077-8871375

messer@technion.ac.il

## המרכז הארצי לייעוץ טרטולוגי, משרד הבריאות:



מידע והדרכה לגבי בטיחות או סיכונים לעובר, כתוצאה מחשיפה לתרופות, לזיהומים, לקרינה, לכימיקלים, למחלות אימהיות ולגורמים סביבתיים. כמו כן בירור לגבי נטילת תרופות על ידי האם בזמן הנקה.

02-5082825

א'-ה' 09:00-14:00

## עמותת Wisemama:



העמותה מפעילה את מיזם "חכמאמא חונכת" - פרויקט מנטורינג למניעת נשירה של אמהות סטודנטיות מהאקדמיה.



## מפת חדרי הנקה בקמפוס הטכניון



## הוראות איחסון חלב אם (מתוך אתר משרד הבריאות):



| אופן האחסון  | טמפרטורה      | משך אחסון מומלץ | משך אחסון אפשרי | הערות  |
|--|---------------|-----------------|-----------------|--|
| טמפרטורת החדר  | 16-19°C       | 3-4 שעות        | עד 6 שעות       |  |
| ציידינית אטומה עם קרחום                                  |               |                 | עד 24 שעות      | לשמור על מגע רציף בין הקרחום לכלי עם החלב. להעביר למקרר בהקדם האפשרי |
| חלב טרי במקרר  | 4°C או פחות   | 3 ימים          | 5-8 ימים        | לאחסן בחלק האחורי של המקרר   |
| חלב שהוקפא ומופשר במקרר                                  | 4°C או פחות   |                 | עד 24 שעות      | לאחסן בחלק האחורי של המקרר   |
| במקפיא בעל דלת נפרדת מהמקרר או במקפיא נפרד (הקפאה עמוקה) | -18°C או פחות | 6 חודשים        | עד 12 חודשים    | לאחסן בחלק האחורי של המקפיא  |

## הוראות איחסון תמי"ל:



את התמי"ל מגישים מיד לאחר הכנתו, אם לא נאכל בתוך שעה, יש לזרוק את השארית. אפשר להכין מראש מנה נוספת ולשמור במקרר עד 8 שעות.

## אשת קשר בפקולטה לענייני חדר הנקה:



073-378

@technion.ac.il

## נוהל התאמות הורות:



עקב טיפולי פוריות, הריון, לידה, אימוץ או קבלת ילד למשמורת או אומנה.



## קבוצות פייסבוק שימושיות:



סטודנטיות בטכניון



אמהות בטכניון



חֲכָמָא - אמהות סטודנטיות וכאלה שבדרך



מניקות מעניקות



מניקות מתייעצות על הכל



שמחת בית השאיבה - הבית לשואבות בלעדיות



קבוצת הפייסבוק של ליגת לה-לצ'ה ישראל (יש גם אתר)

