



## **Mamaguru**

### **Ludmila Kashpurova**

Připravovat se k porodu - nebo už maminkou být - není vůbec jednoduché. Situace je o to složitější, když se nacházíte v cizí zemi, kde nevíte, jak funguje zdravotnický systém, jaké porodnice jsou dobré, jak si obstarat všechny potřebné dokumenty a s kým si o „maminkovských“ záležitostech popovídat. Pro rusky mluvící maminky však existuje řešení. Jednoho letního večera jsem se v této souvislosti sešla s organizátorkou klubu rusky mluvících maminek Margaritou, která před dvěma a půl lety imigrovala z Lotyšska do Prahy. Margarita mi během našeho rozhovoru prozradila, co bylo hlavním impulzem pro založení klubu rusky mluvících maminek a na co se klub Mamaguru primárně specializuje.

#### **Jak vznikl klub rusky mluvících maminek „Mamaguru“? Čí to byl nápad?**

Zabývám se laktačním poradenstvím a jsem certifikovanou poradkyní. Když jsem bydlela v Rize, hodně jsem se práci poradkyně věnovala a aktivně komunikovala s maminkami a dětmi. Po odstěhování se do České republiky mi má práce velmi chyběla. Prvního půl roku pobytu v České republice jsem proto psala maminkám na všech dostupných migrantských fórech, že za nimi přijdu a pomůžu jim s kojením. Tímto způsobem jsem se seznámila s mou nynější kolegyní Tatjanou, která byla tou dobou těhotná. Napsala mi tehdy, že by se se mnou ráda seznámila a dozvěděla se něco více o porodu a o tom, jak všechno probíhá po narození dítěte. Tak jsme se sešly a začaly se kamarádit i mezi rodinami. Tatjana během svého těhotenství udržovala četné kontakty i s jinými těhotnými maminkami. Jednou, při příležitosti týdne mezinárodního nošení dětí v šátku, který probíhal v září v roce 2010, mě napadlo, že bychom se mohly s ostatními maminkami scházet pravidelně, abychom si vzájemně vyměňovaly informace a zkušenosti o tom, co je to šátkování, jak v šátcích nosit dítě, jak používat všechny ty pomůcky atd. Společně s Tatjanou nás tedy napadlo založit klub, do kterého by maminky mohly přijít a poradit se s ostatními maminkami na jakékoli téma spojené s mateřstvím. Hned od podzimu jsme připravovaly cyklus přednášek a cvičení pro maminky. Ukázalo se, že maminky nebo nastávající maminky mají hodně společných otázek týkajících se nejen

šátkování, ale také například toho, jak vychovávat dítě, čím dítě krmit, jak probíhá porod, a podobně. Dne 17. prosince 2010 byl náš klub rusky mluvících maminek „Mamaguru“ oficiálně otevřen.

### **Jaké přednášky a cvičení Váš klub maminkám nabízí?**

Klub maminkám nabízí například cyklus prezentací pod názvem „maminčiny úkoly“, kde přednášíme maminkám, kterým se miminka již narodila. Tento 10 hodinový cyklus přednášek probírá otázky týkající se zavádění příkrmů, ukončování kojení, výchovy dítěte, narození druhého dítěte a jiná témata. Dále klub nabízí cyklus přednášek o „stylu a kráse“, neboť mateřská dovolená je také obdobím, kdy se žena může věnovat sama sobě. Maminka nemusí zůstat jenom doma, ale může přijít do našeho klubu a komunikovat s ostatními maminkami se stejně malými dětmi a přitom se naučit novým věcem. Během přednáškového cyklu „styl a krása“ pomáhá naše stylistka řešit ženské otázky ohledně make-upu, stylu oblékání a módních trendů. Je důležité podotknout, že se všech nabízených kurzů účastní maminky společně se svými dětmi. Proces učení tedy probíhá nerozlučně od dítěte. Dříve jsme měly také blok přednášek o vývoji dítěte, ale ten je teď přerušen. Jedním z našich nejpopulárnějších kurzů zůstává „škola budoucích rodičů“. Tento kurz seznamuje maminky s alternativními přírodními porody, poskytuje rady ohledně kojení a počáteční péče o kojence.

### **Jak byste charakterizovala nejčastějšího hosta Vašeho klubu?**

Hosty našeho klubu jsou především rusky mluvící maminky. Jedná se o maminky z celého postsovětského prostoru pobývající v České republice. Máme tu maminky pocházející například z Ruska, Ukrajiny, Kazachstánu atd., prostě maminky co umí rusky. Čas o času se u nás objeví i čeští nebo anglicky mluvící tatínkové, ale maminky jsou všechny rusky mluvící. Všechny nabízené kurzy jsou přednášeny v ruštině.

### **Kolik Váš klub čítá členů?**

Na našich webových stránkách je registrováno celkem 350 osob. Na přednášky pravidelně chodí a komunikuje s naším klubem asi 60 osob. Je jasné, že se návštěvníci mění, protože cílovou skupinou našeho klubu jsou maminky na mateřské, tj. maminky do 2-3 let věku dítěte.

Potom jdou maminky pracovat a jejich priority se rychle mění. Náš klub je připraven pro maminky, které si přejí svou mateřskou prožít aktivně.

### **S jakými otázkami nebo problémy se na Vás maminky nejčastěji obracejí?**

Nejčastěji maminky řeší především otázky, kde najít dětského doktora, jak si vybrat doktora pro sebe, jakou zvolit porodnici, co si vzít do porodnice, aj. V Rusku i na Ukrajině je situace velmi odlišná. Pokud maminky nemluví česky, mají obvykle obavy z komunikace s doktorem či z nepochopení stanovených diagnóz. K typickým dotazům dále patří nákup výbavičky a všech potřebných věcí pro dítě. Novopečené maminky s námi rovněž často konzultují i jejich dotazy ohledně kojení. V České republice sice existuje liga konzultantů - tzv. Laktační liga, na kterou by se rusky mluvící maminky mohly v případě zájmu obrátit, ale když se maminka setká s nějakým problémem, tak je pro ni jednodušší prodiskutovat příslušnou záležitost ve svém rodném jazyce. A když jsou děti starší, tak se maminky ptají na to, jak pro ně najít dobrou školku nebo jak zajistit jejich hlídání.

### **Získáváte finanční nebo materiální podporu na realizaci Vašich aktivit od nějakého českého nebo ruského úřadu, popř. instituce?**

Bohužel ne. Nicméně musím podotknout, že nás jednou během naší novoroční oslavy, která byla přístupná i tatínkům, podpořil Dům národnostních menšin v Praze. Ochotně nám poskytl své prostory, abychom tam mohli oslavit velký svátek. Připravili jsme nejenom stromeček pro děti, ale také oslavili první výročí založení našeho klubu. To byla jediná pomoc, kterou náš klub dostal ze strany státních nebo nekomerčních institucí. Jinak si všechno zajišťujeme vlastními silami. O finanční pomoc v podstatě ani moc nežádáme. Dle našeho názoru by finanční pomoc měl dostat především ten, kdo ji opravdu potřebuje.

### **V čem podle spočívá úspěch Vašeho klubu?**

Úspěch klubu spočívá asi v touze maminek vzájemně komunikovat. Maminky si potřebují společně povídat. Samozřejmě, že je to jednodušší v jejich rodném jazyce a s lidmi blízké mentality. Přijímat pomoc a rady na otázky, které maminky tíží, je také snadnější v jejich rodném jazyce. Existuje-li místo, kam mohou rusky mluvící maminky přijít, tak toho s potěšením využívají. Zvláště je klub populární mezi těmi maminkami, které nedávno přijely

do České republiky a ještě nevědí, kam se obrátit o pomoc v době mateřství. Maminka se od vlastenců dozví o našem klubu a přijde k nám. A pak už můžeme jen s potěšením pozorovat, jak začíná komunikovat s ostatními maminkami a vytváří si kamarádky.

### **Plánuje Váš klub do budoucna nějaké nové aktivity? A jak prožíváte léto?**

Zatím ne. Specifikou migračního prostředí je to, že léto je v podstatě okurkovou sezónou. Všechny maminky, které nepracují a jsou na mateřské, jedou za babičkami, za rodinou. Léto je pro náš klub velmi klidným obdobím, tj. dobou odpočinku pro nás a pro maminky. Na podzim začnou opět naše přednáškové cykly, na které přijedou i zahraniční odborníci. Účast například přislíbil i docela známý psychoanalytik z Vitebska - Michail Jeronin, se kterým máme společný projekt a s nímž budeme pořádat cyklus přednášek pro rodiče. Od podzimu tedy najíždíme na obvyklý rytmus práce a na aktivní komunikaci s maminkami.