



Weiterstillen und wieder in den Berufsalltag einsteigen?

Ihre Rechte als stillende Mutter laut Arbeitsgesetz

Sie haben das Recht:

- Ihr Kind während der Arbeitszeit zu stillen.
- auf die erforderliche Zeit für das Abpumpen von Milch.
- im ersten Lebensjahr des Kindes auf die Anrechnung dieser Zeit als bezahlte Arbeitszeit:
 - bei einer täglichen Arbeitszeit von bis zu 4 Stunden: mindestens 30 Minuten;
 - bei einer täglichen Arbeitszeit von mehr als 4 Stunden: mindestens 60 Minuten;
 - bei einer täglichen Arbeitszeit von mehr als 7 Stunden: mindestens 90 Minuten.
- diese Zeiten nach den Bedürfnissen des Kindes zu beziehen.
- diese Zeiten sowohl im Betrieb als auch ausserhalb des Betriebs zu beziehen.
- auf einen geeigneten Raum mit bequemem Stuhl und einer Möglichkeit, die abgepumpte Milch kühl zu lagern.

Sprechen Sie sich frühzeitig mit Ihrem Chef oder Ihrer Chefin ab.
Die Unterstützung durch den Betrieb ist wichtig.

Informieren Sie sich auf stillfoerderung.ch, bei Ihrer Stillberaterin, Hebamme, Mütter- und Väterberaterin, Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt.



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera



kinderärzte.schweiz
Berufsverband Kinder- und Jugendärzte in der Praxis
Association professionnelle de la pédiatrie ambulatoire
Associazione professionale dei pediatri di base



Die Fachorganisation der Kinder- und Jugendmedizin



LA LECHE LEAGUE
Schweiz · Suisse · Svizzera · Svizra



Schweizerischer Fachverband
Mütter- und Väterberatung



Société Suisse de Gynécologie et d'Obstétrique
Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe
Società Svizzera di Ginecologia e Ostetricia



BSB Berufsverband Schweizerischer Still- und Laktationsberaterinnen
ASCA Association suisse des consultants en lactation et allaitement maternel
ASCM Associazione svizzera consulenti per l'allattamento e per la lattazione
Associazion svizra da cussegliadoras per mamas che tezzan



Schweizerischer Hebammenverband
Fédération suisse des sages-femmes
Federazione svizzera delle levatrici
Federaziun svizra da las spenderas





Retourner au travail tout en continuant à allaiter ?

Vos droits en tant que mère allaitante selon la loi sur le travail *

Vous avez le droit :

- d'allaiter votre enfant pendant le temps de travail.
- de disposer du temps nécessaire pour extraire le lait.
- au cours de la première année de vie de l'enfant, de faire compter ce temps comme temps de travail rémunéré :
 - 30 minutes au minimum si vous travaillez jusqu'à 4 heures par jour ;
 - 60 minutes au minimum si vous travaillez plus de 4 heures par jour ;
 - 90 minutes au minimum si vous travaillez plus de 7 heures par jour.
- de prendre ces pauses selon les besoins de l'enfant.
- de prendre ces pauses à l'entreprise ou en dehors de l'entreprise.
- d'avoir à disposition un local adéquat muni d'un fauteuil confortable et une possibilité de conserver au frais le lait que vous avez extrait.

Réglez en temps utile tous les détails avec votre supérieur ou supérieure. Il est important que l'entreprise vous soutienne.

Informez-vous sur allaiter.ch, auprès de votre consultante en lactation, sage-femme, infirmière puéricultrice ou médecin.



* Exception : ces dispositions de la loi sur le travail ne sont pas valables pour les employées de l'administration publique.



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera



kinderärzte.schweiz
Berufsverband Kinder- und Jugendärzte in der Praxis
Associazione professionale dei pediatri ambulatori
Associazione professionale dei pediatri di base



L'organisation professionnelle de la pédiatrie



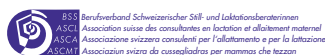
LA LECHE LEAGUE
Schweiz . Suisse . Svizzera . Svizra



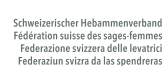
as-cpe
Association suisse des consultations parents-enfants



gynécologie suisse
Société Suisse de Gynécologie et d'Obstétrique
Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe
Società Svizzera di Ginecologia e Ostetricia



BSG
Berufsverband Schweizerischer Still- und Laktationsberaterinnen
ASCA
Association suisse des consultants en lactation et allaitement maternel
ASCMI
Associazione svizzera consulenti per l'allattamento e per la lattazione
Associazione svizzera di cusegliaadoras per mamas che tezzan



Schweizerischer Hebammenverband
Fédération suisse des sages-femmes
Federazione svizzera delle levatrici
Federaziun svizra da las spendreras

