



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.
- Sie haben das Recht auf die erforderliche Zeit für das Abpumpen von Milch.
- Sie haben im ersten Lebensjahr des Kindes Anrecht 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.
- Sie haben das Recht, diese Zeiten nach den Bedürfnissen des Kindes zu beziehen.
- Sie haben das Recht, diese Zeiten sowohl im Betrieb als auch ausserhalb des Betriebs zu beziehen.
- Sie haben das Recht 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.

* Ausnahme: Angestellte der öffentlichen Verwaltung unterstehen nicht dem Arbeitsgesetz.



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera



kinderärzte.schweiz
Societatsion d'infanz- und Jugendärztin in der Schweiz
Associazione professionale dei pediatri svizzeri
Associazione professionale dei pediatri di base



pädiatrie.schweiz
Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie
Société Suisse de Pédiatrie
Società Svizzera di Pediatria



LA LECHE LEAGUE
Schweiz, Suisse, Svizzera, Svizra



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



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

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





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.
- Vous avez le droit de disposer du temps nécessaire pour extraire le lait.
- Durant la première année de vie de votre enfant, ce temps est considéré 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.
- Vous avez le droit de prendre ces pauses selon les besoins de l'enfant.
- Vous avez le droit de prendre ces pauses à l'entreprise ou en dehors de l'entreprise.
- Vous avez le droit 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
Societate profesională de pediatrie în limba română
Association professionnelle de la pédiatrie en roumaine
Associazione professionale dei pediatri di base



pädiatrie.schweiz
Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie
Société Suisse de Pédiatrie
Società Svizzera di Pediatria



LA LECHE LEAGUE
Schweiz · Suisse · Svizzera · Svizra



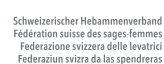
SCHWEIZERISCHER FACHVERBAND
MÜTTER- UND VÄTERBERATUNG



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



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



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

