

Reprise du travail et allaitement

العودة إلى العمل والرضاعة

من الممكن الاستمرار في الرضاعة الطبيعية بعد استئناف نشاطك المهني:

- الفطام الجزئي قد يكون ضروريا (قوارير حليب الأم، المباشرة بين الوجبات أثناء النهار، إلخ). من أجل تحسين تقدمه، توقع عودتك إلى العمل وابدأ هذا التغيير التنظيمي تدريجياً قبل بضعة أيام / أسابيع مع التنسيق مع وقت عودتك إلى العمل.
 - لا توجد إجازة للرضاعة الطبيعية (باستثناء اتفاقية جماعية محددة: اسأل صاحب العمل)
 - ينص قانون العمل على استراحة للرضاعة للمرضى الذين يتقاضون رواتب ويرغبون في ذلك. الإرضاع من الثدي مسموح به في مكان العمل وأثناء ساعات العمل. لهذا، يمكنك الاستفادة من استراحتين لمدة 30 دقيقة يومياً حتى يبلغ الطفل عاماً واحداً. هذه الفواصل غير مدفوعة ما لم ينص على خلاف ذلك. مطلوب شهادة طبية للاستفادة منها.
 - إذا كانت شركتك تضم أكثر من 100 امرأة، فيجب تنظيم غرفة في مكان عملك للسماح لك بالإرضاع: في هذه الحالة تكون مدة فترات الراحة 20 دقيقة (استراحتان في اليوم).
 - لا يمكنك طلب التوقف عن العمل لهذا السبب وحده (احذر من شهادات التوقف عن العمل المزورة للإجازة المرضية: الرضاعة الطبيعية ليست سبباً لوقف العمل).
 - إجازة تعليم الوالدين ليست إجازة رضاعة: إنها إجازة طويلة الأمد (تصل إلى 3 سنوات، بدون أجر).
- كيف يتم ذلك في الواقع؟

- تعلم كيفية شفط الحليب (ستسمح لك وصفة طبية باستئجار مضخة الثدي بتعويض جزء من الضمان الاجتماعي لك)
- تعرف على شروط تخزين الحليب بعد شفطه (استشر طبيبك)
- تعويد الطفل على من يعتني بالطفل بحيث يقبل لبن الأم أو اللبن الصناعي.
- أبلغ صاحب العمل إذا تم جمع الحليب في مكان العمل وتأكد من أن لديك ثلاثة في مكان عملك لتخزين الحليب.
- دور الوالد والمرافقين ضروريان: لدعمك، لإعطاء الحليب الاصطناعي أو حليب الثدي المسحوب ...