



Arbeiten und Stillen

Infoblatt für Arbeitgeber

Recht und Gesetz

Den Müttern ist die zum Stillen erforderliche Zeit freizugeben (Art. 35a Abs. 2 ArG). Die neue Verordnung Art. 60 Abs. 2 lit. a-c ArGV 1 regelt, wie viel Stillzeit im ersten Lebensjahr des Kindes als bezahlte Arbeitszeit angerechnet werden muss:

- Bei einer täglichen Arbeitszeit von
bis zu 4 Stunden sind es mindestens 30 Minuten,
bei mehr als 4 Stunden mindestens 60 Minuten,
bei mehr als 7 Stunden mindestens 90 Minuten.

Die erforderliche Zeit zum Stillen gilt nicht als Ruhezeit. Sie darf weder als Überstundenkompensation, noch an die Ferien angerechnet werden.

Dem Arbeitsgesetz nicht unterstellt sind die öffentlichen Verwaltungen – hier gelten eigene Gesetze, welche aber oft gleiche oder ähnliche Bestimmungen in Bezug auf das Stillen enthalten – sowie der Sektor der Landwirtschaft. Arbeitnehmerinnen in Kaderstellungen sind von den im Arbeitsgesetz festgehaltenen Regelungen ebenfalls ausgenommen.

(Die Details finden sich im Arbeitsgesetz Art. 2, 3, 34 und 35a und in den Verordnungen zum Arbeitsgesetz 1 und 3).

Auszug aus SECO Arbeitsbedingungen, Mutterschaft, Schutz der Arbeitnehmerinnen

Nutzen für den Arbeitgeber

Muttermilch ist für alle Babys die beste Nahrung. Die Zusammensetzung ist in jeder Hinsicht (Vitamine, Proteine, Fette, usw.) genau auf die Bedürfnisse des Babys zugeschnitten und dies unterstützt die optimale Entwicklung des Kindes. Die aktiven Immunabwehrstoffe in der Muttermilch tragen zudem dazu bei, dass gestillte Kinder weniger häufig und weniger lang krank sind. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt während der ersten sechs Lebensmonate ausschliesslich zu stillen, und danach mit der schrittweisen Einführung von geeigneter Beikost bis zum zweiten Lebensjahr oder darüber hinaus weiter zu stillen. Da gestillte Kinder weniger erkranken, fehlen die Eltern weniger häufig am Arbeitsplatz. Arbeitgebende, die ihre Mitarbeiterinnen im Stillen und Abpumpen unterstützen helfen zudem, dass die Vereinbarkeit von Beruf und Familie besser gewährleistet ist. Dies hat einen grossen Einfluss auf die Verfügbarkeit und die Motivation und trägt dazu bei, eingearbeitete Fachkräfte als langjährige Mitarbeiterinnen dem Betrieb zu erhalten.

Wie können Sie die Mitarbeiterin unterstützen?

Sprechen Sie die Mitarbeiterin möglichst schon in der Schwangerschaft darauf an, ob sie wieder arbeiten kommt und währenddessen stillen/pumpen möchte. Am besten informieren Sie auch die anderen Mitarbeitenden, warum die Mutter sich mehrmals täglich zurück zieht. Obwohl per Gesetz gefordert, wird heute leider noch in vielen Unternehmen kein Raum zum Stillen oder Abpumpen zur Verfügung gestellt. Falls (noch) kein Stillzimmer zur Verfügung steht, klären Sie ab, wo die Mitarbeiterin stillen oder abpumpen kann.



Wie häufig stillen / pumpen?

Die Mutter sollte möglichst in ihrem gewohnten Stillrhythmus stillen/pumpen. So kann gewährleistet werden, dass die Milchproduktion aufrechterhalten bleibt (Angebot/Nachfrage). Wenn die Mutter gestresst ist und seltener oder sehr unregelmässig zum Stillen/Abpumpen kommt, kann die Milchmenge rasch zurückgehen. Zudem kann ein Milchstau oder eine Brustentzündung entstehen.

Die Mutter muss 1–4 mal während eines achtstündigen Arbeitstages stillen/abpumpen. Die Dauer ist dabei individuell, doch kann eine Stillmahlzeit bis zu 30 Minuten dauern. Das Abpumpen (empfohlen sind 15 Minuten pro Seite) kann um die Hälfte der Zeit reduziert werden, wenn die Mutter mit einer Doppelpumpe arbeitet. Mit dieser benötigt sie insgesamt nur 15 Minuten Zeit zum Abpumpen, plus wenige Minuten zum Vorbereiten und Aufräumen der Utensilien. Doppelpumpen sind teurer in der Anschaffung, lohnen sich aber bei mehrmaligem Abpumpen pro Arbeitstag in jedem Fall: Wenn eine Mutter täglich 4 mal pumpen muss, so ist es ein enormer Unterschied, ob sie nur 1 Stunde Zeit zum Doppelpumpen aufwendet oder 2 Stunden beim einzelnen Abpumpen.

Stillzimmer

Grundausrüstung

- Blickdicht
- Reservationsschild/ Stoppschild
- Bequemer Stuhl oder Sessel
- Abstellfläche / Tisch
- Kleiner Kühlschrank für die Aufbewahrung der Muttermilch, damit die Kühlkette gewährleistet ist.



Optimale Ausstattung

- Abschiessbar
- Wasseranschluss zum Waschen der Hände und des Pumpsets
- Elektrische Brustpumpe für effizientes, doppelseitiges Abpumpen (Symphony)
- Stillkissen
- Mineralwasser
- Kleines Radio
- Schrank zum Verstauen der persönlichen Utensilien
- Gelegenheit zum Wickeln

Wenn das Stillzimmer möglichst angenehm und komplett eingerichtet ist, so kann sich die Mitarbeiterin wohl fühlen und ihre Milch wird gut fließen. Dies verkürzt wiederum die Still- oder Abpumpzeit und die Arbeitnehmerin ist schneller wieder am Arbeitsplatz.

Interesse am Einrichten eines Stillzimmers?

Medela unterstützt Sie gerne bei diesem Schritt.

Melden Sie sich unter contact@medela.ch



Symphony

Diese Pumpe kann durch den Arbeitgeber käuflich erworben werden. So können die Mitarbeiterinnen optimal beim effizienten, doppelseitigen Abpumpen unterstützt werden. Die neue Verordnung Art. 60 Abs. 2 lit. a-c ArGV 1 regelt, wie viel Stillzeit im ersten Lebensjahr des Kindes als bezahlte Arbeitszeit angerechnet werden muss. Bei einer täglichen Arbeitszeit von bis zu 4 Stunden sind es mindestens 30 Minuten, bei mehr als 4 Stunden mindestens 60 Minuten, bei mehr als 7 Stunden mindestens 90 Minuten.

Weitere Rechte von stillenden Müttern bei der Arbeit finden Sie auch in der Seco Broschüre:

Mutterschaft – Schutz der Arbeitnehmerinnen

https://www.seco.admin.ch/seco/de/home/Publikationen_Dienstleistungen/Publikationen_und_Formulare/Arbeit/Arbeitsbedingungen/Broschuren/mutterschaft_-_schutz-der-arbeitnehmerinnen.html

Weitere Informationen zum Stillen finden Sie auch unter www.medela.ch