



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Santé



**ALLAITER ET TRAVAILLER,  
c'est un droit!**

**NIEREN A SCHAFFEN,<sup>LITZ</sup>  
dat ass e Recht!**

**ARBEITEN UND STILLEN,<sup>DE</sup>  
das ist ein Recht!**

**TO BREASTFEED AND WORK<sup>EN</sup>  
is your legal right!**

**AMAMENTAR E TRABALHAR<sup>PT</sup>  
e'um direito!**

**DOJITI I RADITI,<sup>HRV</sup>  
imate pravo!**

✓ **ALLAITER ET TRAVAILLER, C'EST UN DROIT!**

**Le lait maternel: le meilleur choix!**  
**Chère maman, vous allaitez? vous travaillez?**  
**Cher patron, vous aussi profitez de cette loi.**

FR  
4-5

✓ **NIEREN A SCHAFFEN, DAT ASS E RECHT!**

**D' Mammemëllech: déi beschte Wiel!**  
**Leiw Mamm, Dir niert? Dir schafft?**  
**Leiwten Patron, och Dir profitéiert vun dësem Gesetz.**

LTZ  
6-7

✓ **STILLEN UND ARBEITEN DAS IST EIN RECHT!**

**Die Muttermilch ist die beste Wahl!**  
**Liebe Mutter, Sie stillen? Sie arbeiten?**  
**Lieber Arbeitgeber, auch Sie profitieren von diesem Gesetz.**

DE  
8-9

✓ **TO BREASTFEED AND WORK IS YOUR LEGAL RIGHT!**

**Mother's milk: the best choice!**  
**Are you a nursing mother? Are you working?**  
**Are you an employer? You too can profit from this law.**

EN  
12-13

✓ **AMAMENTAR E TRABALHAR É UM DIREITO!**

**O leite materno: a melhor escolha!**  
**Estimada mãe, Amamenta? Trabalha?**  
**Estimado patrão, também pode beneficiar desta lei.**

PT  
14-15

✓ **DOJITI I RADITI, IMATE PRAVO!**

**Majcino mljeko: najbolji izbor!**  
**Drage majke vi dojite? Vi radite?**  
**Dragi šefovi i vi profitirajte sa ovim zakonom.**

HRV  
16-17

## ✓ ALLAITER ET TRAVAILLER C'EST UN DROIT!

Le Ministère de la Santé du GD de Luxembourg s'aligne aux recommandations de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) qui recommande l'allaitement maternel exclusif les premiers 6 mois de vie du bébé et la continuation de l'allaitement jusqu'à 2 ans et plus, accompagné d'aliments complémentaires adéquats.

### Le lait maternel: le meilleur choix!

#### • Pour la santé du bébé

- › il est le meilleur aliment pour le bébé,
- › protège contre les infections,
- › diminue les risques d'allergie et d'asthme,
- › a un effet préventif contre l'obésité et le diabète.

#### • Pour la santé de la maman

- › il favorise l'involution de l'utérus et le retour au poids normal,
- › joue un rôle protecteur contre les cancers du sein et de l'utérus,
- › est un facteur de protection contre le diabète type 2 et l'ostéoporose.

**Informations supplémentaires**

page 10-11



### Chère maman, vous allaitez? vous travaillez?

Sachez que vous avez droit à des pauses d'allaitement de l'ordre de 2x45 minutes par jour si vous travaillez à plein temps et de 1x45 minutes pour un mi-temps.

### Cher patron, vous aussi profitez de cette loi

Les bébés allaités sont souvent moins malades, par conséquent leurs mamans sont moins souvent absentes du travail et moins stressées.

L'allaitement influence de manière positive le bien-être des femmes salariées qui ont un bébé, ce qui se répercute positivement sur leur engagement et leur satisfaction sur le lieu de travail, sur l'ambiance et l'atmosphère dans votre entreprise.

L'application de la loi en faveur des pauses d'allaitement est un gain pour le bébé, pour la maman salariée, pour l'entreprise, et finalement pour la société toute entière.

*Dès à présent nous vous remercions pour votre solidarité.*

**Code du travail**

page 10-11

## ✓ NIEREN A SCHAFFEN DAT ASS E RECHT!

De lëtzebuergeschen Gesondheetsministär schléisst sech den Recommendatiounen vun der Weltgesundheitsorganisatioun (WHO) un, déi réit dat all Puppelchen déi 6 éischt Méint just sollt Mammemëllech kreiën, an dorno, zousätzlech zu engem adaptéierten Kascht, Mammemëllech bis zum Alter vun 2 Joer an doriver eraus.

### D' Mammemëllech: déi beschte Wiel!

#### • Fir d' Gesondheet vum Bébé

- › si ass déi beschten Ernährung fir de Puppelchen,
- › si schützt virun Infektiounen,
- › si verringert de Risiko vun Allergien an Asthma,
- › si huet en präventiven Effekt op Iwwergewicht an Zockerkrankheet.

#### • Fir d'Gesondheet vun der Mamm: Stellen

- › begënschtegt d' Réckbildung vun der Gebärmutter an hëlleft rëm zeréck op d'Normalgewicht ze kommen,
- › schützt géint Broschtkriibs an Gebärmutterkriibs,
- › huet e präventiven Effekt op Zockerkrankheet an Osteoporose.

**Fir weider Informatiounen**  
kuckt Säit 10-11



## Léiw Mamm, Dir niert? Dir schafft?

Wësst Dir dat Dir Recht huet op Stellpausen  
vun 2 x 45 Minutten bei enger voller Platz  
an 1 x 45 Minutten bei enger halwer Platz?

## Léiwen Patron, och Dir profitéiert vun dësem Gesetz

Puppelcher déi geniërt ginn, sinn manner oft krank; dowéinst  
fehlen hir Mammen net esou dacks bei der Aarbecht an sinn  
manner gestresst.

Dofir huet d'Stellen e positiven Afloss op d' Wuelbefannen vun  
de Salariaiën déi e Puppelchen hunn, wat hiert Engagement an  
hir Zefriddenheet op der Aarbechtsplaz beaflosst an domat och  
d' Ambiance an d' Atmosphère an der Entreprise.

D'Anhaalen vum Gesetz vun de Stellpausen  
ass e Plus fir de Puppelchen, fir d'Mamm déi  
schafft, fir d'Entreprise an schlussendlich fir  
eis ganz Gesellschaft.

*Am Virus soe mir Iech Merci fir Är Solidaritéit.*

**Aarbechtsgesetz kuckt**  
Säit 10-11

## ✓ **STILLEN UND ARBEITEN** DAS IST EIN RECHT!

Das exklusive Stillen während der ersten 6 Monate des Babys, sowie, zusätzlich zu einer angepassten Beikost, das Weiterführen des Stillens bis zum Alter von 2 Jahren und darüber hinaus, sind die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation / WHO, denen sich das Gesundheitsministerium des GH Luxemburgs anschliesst.

### **Die Muttermilch ist die beste Wahl!**

#### • *Für die Gesundheit des Babys*

- › sie ist die beste Ernährung für das Baby,
- › schützt gegen Infektionen, verringert das Risiko von Allergien und Asthma,
- › bewahrt vor Übergewicht und Diabetes.

#### • *Für die Gesundheit der Mutter: Stillen*

- › fördert die Zurückbildung der Gebärmutter und das Wiedererlangen des Normalgewichts,
- › schützt vor Brustkrebs und Gebärmutterkrebs,
- › schützt vor Diabetes und Osteoporose.

**Zusätzliche Informationen**

Seite 10-11



### **Liebe Mutter, Sie stillen? Sie arbeiten?**

So sollten Sie wissen, dass Sie Recht auf Stillpausen haben, und zwar 2x45 Minuten bei einer Vollzeitarbeit und 1x45 Minuten bei einer Teilzeitarbeit.

### **Lieber Arbeitgeber, auch Sie profitieren von diesem Gesetz**

Gestillte Babys sind nicht so oft krank; aus diesem Grund bleiben Ihre Mütter der Arbeit weniger oft fern und sind weniger gestresst.

Das Stillen hat einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden der Arbeitnehmerinnen die ein Baby haben; dieses wiederum hat einen positiven Einfluss auf ihren Einsatz und ihre Zufriedenheit auf dem Arbeitsplatz, auf die allgemeine Stimmung und die Atmosphäre in Ihrem Unternehmen.

Die Umsetzung des Gesetzes zugunsten der Stillpausen ist ein Plus fürs Baby, für die arbeitende Mutter, für das Unternehmen und schlussendlich für die gesamte Gesellschaft.

*Im Voraus bedanken wir uns für Ihre Solidarität.*

**Arbeitsrecht siehe**

Seite 10-11



### POUR RETROUVER LES BROCHURES CONCERNANT L'ALLAITEMENT:

Allaiter de a à z (FR, DE, PT),  
Oui j'allaiter encore (FR, DE),  
Qui fait quoi (FR),

[http://www.sante.public.lu/fr/catalogue-publications/  
rester-bonne-sante/alimentation/index.html](http://www.sante.public.lu/fr/catalogue-publications/rester-bonne-sante/alimentation/index.html)

**Pour en commander:**

☎: 247-85569



### POUR RETROUVER DES INFORMATIONS SANTÉ (FR)

[www.sante.lu](http://www.sante.lu)



### POUR RETROUVER LE CODE DE TRAVAIL:

page 254I: TITRE III  
EMPLOI DE PERSONNES  
ENCEINTES, ACCOUCHEES et  
ALLAITANTES (FR)

[http://www.legilux.public.lu/leg/a/archives/2006/0149/  
a149.pdf](http://www.legilux.public.lu/leg/a/archives/2006/0149/a149.pdf)



### NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES EN MATIÈRE D'ALLAITEMENT:

Association  
Luxembourgeoise des  
Sages-femmes asbl

☎: 32 50 07

Berufsverband vun den  
Laktatiounsberoderinnen  
zu Lëtzebuerg

☎: 35 89 36

Initiativ Liewensufank asbl

☎: 36 05 97

La Leche Ligue  
Luxembourg asbl

☎: 26 71 05 43

Ligue médico-sociale

☎: 22 00 99 1

The Well Baby Clinic of  
Luxembourg asbl

☎: 961 511 711

UNICEF, asbl, ONG

☎: 44 87 15

## ✓ TO BREASTFEED AND WORK IS YOUR LEGAL RIGHT!

The Grand Duchy of Luxembourg's Ministry of Health follows the WHO (World Health Organization) recommendations favouring breastfeeding exclusively for the first 6 months of the baby's life, and continuing breastfeeding complemented by suitable food supplements until 2 years of age and beyond.

### Mother's milk: the best choice!

#### • For the baby's health mother's milk:

- › is the best food for the baby,
- › protects the baby against infections, lessens the risks of allergies and asthma,
- › helps prevent obesity and diabetes.

#### • For the mother's health:

- › breastfeeding favours involution of the uterus and return to normal weight,
- › plays a protective role against breastcancer and uteruscancer,
- › is a protection factor against type 2 diabetes and osteoporosis.

**For further informations**

see page 10-11



### Are you a nursing mother? Are you working?

Remember that you are entitled to two 45-minute breastfeeding breaks every day if you are working full time, and one 45-minute breastfeeding break if you are working part time.

### Are you an employer? You too can profit from this law

Breastfed babies often have fewer health problems, which results in their mothers being absent from work less frequently as well as being less stressed.

Breastfeeding has a positive influence on the wellbeing of working women who have babies, and thus promotes their commitment and satisfaction in the workplace as well as improving the atmosphere and environment in your company.

Application of the law on breastfeeding breaks benefits the baby, the working mother, the company and, lastly, society as a whole.

*We thank you in advance for your solidarity.*

**Labor law**

See page 10-11

## ✓ AMAMENTAR E TRABALHAR É UM DIREITO!

O Ministério da Saúde do Grão-Ducado do Luxemburgo baseia-se nas recomendações da OMS (Organização Mundial de Saúde) que aconselha o aleitamento materno exclusivo durante os primeiros seis meses de idade do bebé e a continuação do aleitamento até aos dois anos e mais acompanhado de alimentos complementares adequados.

### O leite materno: a melhor escolha!

#### • Para a saúde do bebé

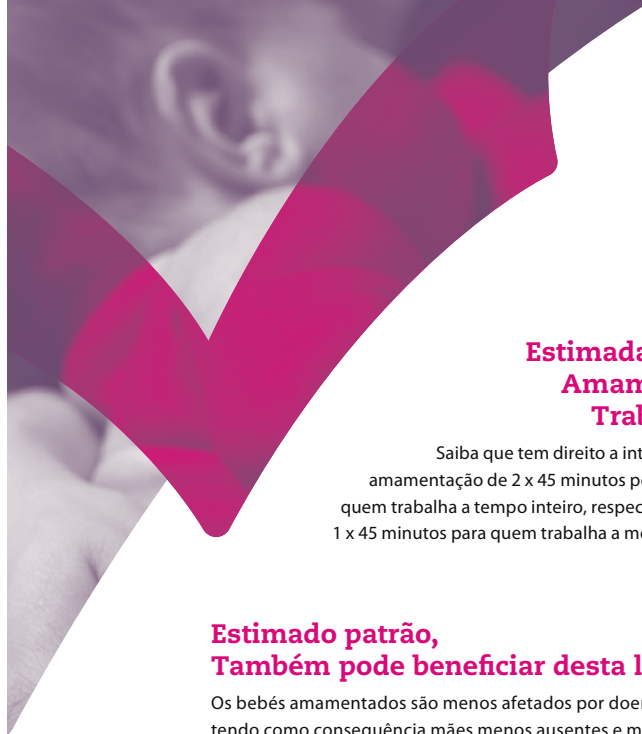
- › é o melhor alimento para o bebé,
- › protege contra as infeções, diminui os riscos de alergias e de asma,
- › tem um efeito preventivo contra a obesidade e a diabetes.

#### • Para a saúde da mãe

- › ajuda o útero a regressar ao seu tamanho normal e a mãe a recuperar o peso normal,
- › joga um papel protector contra os cancros da mama e do útero,
- › é um factor de protecção contra a diabetes tipo 2 e a osteoporose.

**Para mais informações**

*página 10-11*



### Estimada mãe, Amamenta? Trabalha?

Saiba que tem direito a intervalos de amamentação de 2 x 45 minutos por dia para quem trabalha a tempo inteiro, respectivamente 1 x 45 minutos para quem trabalha a meio tempo.

### Estimado patrão, Também pode beneficiar desta lei

Os bebés amamentados são menos afetados por doenças, tendo como consequência mães menos ausentes e menos estressadas.

A amamentação influencia de forma positiva o bem-estar das mães assalariadas que têm um bebé, o que se reflete de forma muito positiva no seu compromisso e satisfação no local de trabalho, no ambiente e no clima que se vive na sua empresa.

A aplicação da lei a favor dos intervalos para amamentação é uma mais-valia para o bebé, para a mãe assalariada, para a empresa e, finalmente para toda a sociedade.

*Agradecemos a vossa solidariedade.*

**Código do trabalho**

*pagina 10-11*



## ✓ DOJITI I RADITI, IMATE PRAVO!

Ministarstvo zdravlja GD Luxemburga se usklađuje sa preporukama od oms(svjetska zdravstvena organizacija)koja prporučuje isključivo majčino dojenje do šestog mjeseca bebinog života i nastavak dojenja do druge godine ili više uz komplementarnu hranu.

### Majčino mljeko: najbolji izbor!

#### • Za bebino zdravlje

- › Majčino mljeko,
- › je najbolja hrana za bebe,
- › zaštićuje protiv infekcija, smanjuje rizik od alergija i astme,
- › Ima preventivan učinak protiv pretilnosti i dijabetesa.

#### • Za majčino zdravlje

- › favorizira povratak maternice i povratak na normalnu težinu,
- › igra zaštitnu ulogu protiv raka dojke i maternice,
- › i zaštitni faktor protiv dijabetesa tipa 2 i osteoporoze.

**Za više informacija**  
stranice 10-11



## Drage majke vi dojite? Vi radite?

Znajte da imate pravo na pauzu za dojenje od 2x45min za puno radno vrijeme i 1x45min za polu radno vrijeme.

### Dragi šefovi i vi profitirajte sa ovim zakonom

Dojenčad su manje bolesna i tako da su njihove majke manje odsutne i manje nervozne.

Dojenje utječe pozitivno na žene radnice koje imaju bebu što utječe pozitivno i na njihovo agažiranje i zadovoljstvo na radnom mjestu i na atmosferu u vašoj tvrtki.

Provedba zakona za pauze povodom dojenja je dobitak za bebe, za mame radnice, za tvrtku i konačno za čitavo društvo.

*Unaprijed hvala za vašu solidarnost.*

**Zakon o radu**  
stranice 10-11



