



# Stillen im Berufsleben

**Österreichischer Stillverband informiert über Lösungen und Rechte von stillenden Müttern.**

WIEN. Der Österreichische Stillverband (VLSÖ) klärt im Zuge der Weltstillwoche, die noch bis 7. Oktober dauert, über die Vereinbarkeit von Stillen und Arbeit auf. Schwerpunktaktionen im ganzen Land fördern Aufklärung für Mütter und Dienstnehmer.

Die Karenzzeit ist die wohl intensivste Zeit, die Mutter und Kind miteinander verbringen. Wird diese Phase von der Rückkehr an den Arbeitsplatz unterbrochen, sind Frau, Kind sowie das Unternehmen mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Um die Umstellung so reibungslos wie möglich zu gestalten, gibt es eine Reihe an Möglichkeiten für alle Beteiligten.

## Von Stillförderung profitieren

Dass das Stillen nicht nur für Babys und Mütter einen Gewinn bedeutet, sondern auch für den jeweiligen Dienstgeber beweisen jahrelange Beobachtungen von stillenden Müttern im Berufsleben. Die Inhaltsstoffe der Muttermilch sind besonders immunstärkend für das Kind und verringern so die Fehlzeiten von Müttern, die weniger um Pflegefreistellung ansuchen müssen. Darüber hinaus müssen Unternehmen kein neues Personal rekrutieren,



Stillen fördert die Gesundheit des Babys und die Verbundenheit zwischen Mutter und Kind. FOTO: STILLVERBAND

sondern lediglich bereits angelernte Mitarbeiterinnen wieder aufnehmen. „Das Mutterschutzgesetz regelt die Rechte von stillenden Frauen im Beruf ganz genau und völlig unabhängig vom Ausmaß der Beschäftigung. Der Dienstgeber ist lediglich darüber in Kenntnis zu setzen, dass gestillt wird bzw. dass nach Beendigung der Stillphase dies nicht mehr der Fall ist“, betont DSA Anita Schoberlechner, Präsidentin des Österreichischen Stillverbandes.

Und: „Wir wollen stillende Mütter darüber aufklären, wie sie Stillzeit und Beruf gut miteinander verbinden können und welche Rechte sie am Arbeitsplatz haben. Genau diese Rechte sind bis

dato noch eher unbekannt.“ Kommt die Mitarbeiterin zurück ins Unternehmen, hat sie ein Recht auf Stillpausen. Ab einer Arbeitszeit von 4,5 Stunden hat sie ein Recht auf 45 Minuten Still- oder Pumpzeit, ab einer Arbeitszeit von acht Stunden sind es zwei Mal 45 Minuten. Diese Zeit darf aber nicht nachgearbeitet werden. Stillende Mütter unterliegen außerdem einem Verbot der Nachtarbeit von 20 Uhr bis 6 Uhr früh. Hier gibt es jedoch Ausnahmen bei den Berufen, wenn danach dafür eine ununterbrochene Ruhezeit von mindestens elf Stunden gesichert ist.

## Abschließbarer Raum

Bringt die stillende Mutter das Baby an den Arbeitsplatz

mit, sollte ein abschließbarer Raum mit Tisch und Sessel sowie eine Waschmöglichkeit zur Verfügung gestellt werden. Im Falle des Abpumpens kommt darüber hinaus noch ein Stromanschluss für die Milchpumpe sowie eine Lagermöglichkeit für die Muttermilch hinzu. „Stillen und der Weg zurück ins Berufsleben ist für Frauen durchaus möglich. Wichtig ist eine kompetente Beratung noch während der Karenzzeit, um alle Möglichkeiten auszuloten und den Arbeitgeber in die Vorgehensweise mit einzubeziehen. Ziel ist eine optimale Lösung für alle Beteiligten“, sagt Anita Schoberlechner.

Weitere Informationen dazu unter [www.stillen.at](http://www.stillen.at)