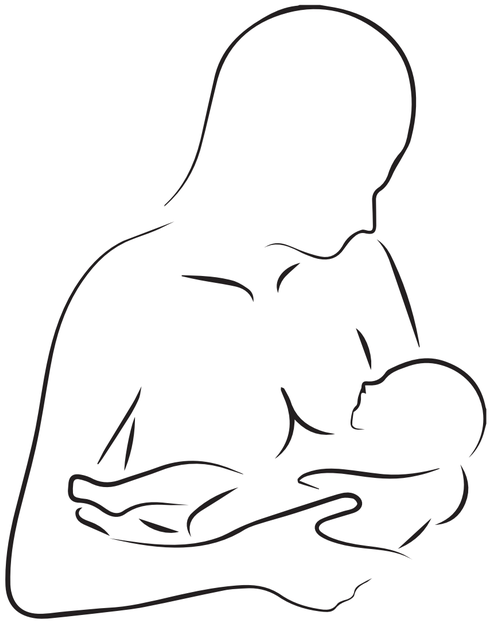
CESP Informa

Direitos dos trabalhadores relativos à Amamentação e Aleitação.



- A mãe que amamenta o filho tem direito a dispensa de trabalho para o efeito, durante o tempo que durar a amamentação.
- No caso de não haver amamentação, desde que ambos os progenitores exerçam actividade profissional, qualquer deles ou ambos, consoante decisão conjunta, têm direito a dispensa para aleitação, até o filho perfazer um ano.
- A dispensa diária para amamentação ou aleitação é gozada em dois períodos distintos, com a duração de uma hora cada e de acordo com o interesse da criança.
- No caso de nascimentos múltiplos, a dispensa referida no número anterior é acrescida de mais 30 minutos por cada gémeo, além do primeiro.
- Se qualquer dos progenitores trabalhar a tempo parcial, a dispensa diária para aleitação/amamentação é reduzida na proporção do respectivo período normal de trabalho, não podendo ser inferior a 30 minutos.

SABIAS QUE,
tanto os **homens** como as **mulhe res** têm direitos relativos a este tema!

CESP

CGTP INTERSINDICAL NACIONAL

Como exercer os teus direitos?

Para efeito de dispensa para amamentação, a trabalhadora comunica à empresa, com a antecedência de 10 dias relativamente ao início da dispensa, que amamenta o filho, devendo apenas apresentar atestado médico se a dispensa se prolongar para além do primeiro ano de vida da criança.

Para efeito de dispensa para a aleitação, que pode ser utilizada por qualquer um dos progenitores:

- Comunica à empresa que aleita o filho, com a antecedência de 10 dias relativamente ao início da dispensa;
- Apresenta documento de que conste a decisão conjunta;
- Declara qual o período de dispensa gozado pelo outro progenitor, sendo caso disso;
- Prova que o outro progenitor exerce actividade profissional e, caso seja trabalhador por conta de outrem, que informou a respectiva empresa da decisão conjunta.

Garante os teus direitos, Sindicaliza-te!

CESP - Sindicato dos Trabalhadores do Comércio, Escritórios e Serviços de Portugal.
Sede Nacional: Rua Cidade de Liverpool, nº16 2º 1170-097 Lisboa Tel: 21 358 33 30 Fax: 21 358 33 39
E-mail: cespnacional@cesp.pt Site: www.cesp.pt Facebook: www.facebook.pt/cesp.sindicato