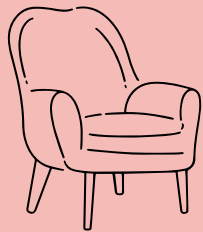
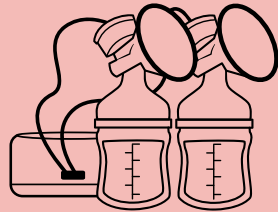


# Allaiter et travailler



1

L'installation confortable dans une salle en intimité facilite l'expression du lait (obligation d'une salle dédiée à partir de 100 salariés).



2

L'allaitement maternel comporte de nombreux bénéfices pour la santé de la mère et de l'enfant.



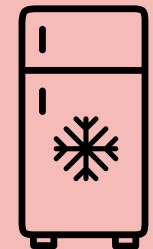
3

La loi permet à la salariée de disposer d'1 heure par jour pour tirer son lait ou allaiter son enfant.



4

Une mère soutenue est plus performante dans son entreprise.



5

Le lait maternel doit être stocké dans un frigo à 4 °.

Si vous êtes employeur, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre service de santé au travail.



## Numéros utiles pour des conseils en allaitement

### Ref'lait

Association de professionnels  
pour soutenir l'allaitement  
maternel :  
06 08 47 35 16

### CH du Gier

Consultation en  
allaitement  
04 77 31 19 35

### CHU St Etienne

Consultation en  
allaitement  
04 77 82 92 41

### CH d'Annonay

Consultation en  
allaitement  
04 75 67 35 00

### Allo PMI

Conseils en puériculture  
04 77 49 76 76

### CH Roanne

Consultation en  
allaitement  
04 77 44 31 01

### CH du Forez

Consultation en  
allaitement  
04 77 96 78 63

### CH Firminy

Consultation en  
allaitement  
04 77 40 73 30



## Traduction

- Anglais
- Arabe



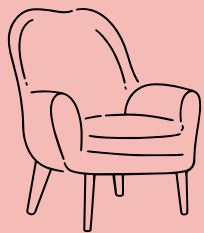
SCAN  
ME

## QR code

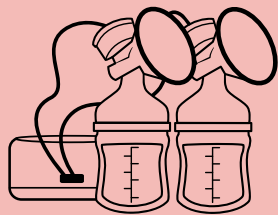
- Allaiter et travailler (flyer)
- Lactarium



# Breastfeeding and working



1



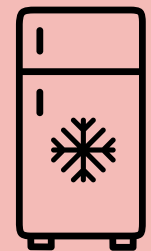
2



3



4



5

The comfortable installation in a private room facilitates the expression of milk (requirement of a dedicated room from 100 employees).

Breastfeeding has many benefits for the health of mother and child.

The law allows the employee to have 1 hour per day to express milk or breastfeed her child.

Article L. 1225-5 & 30 & 31&

A supported mother performs better at work.

Breast milk should be stored in a refrigerator at 4°.

If you are an employer, do not hesitate to contact your health or work service.



## Useful numbers for breastfeeding advice

### Ref'lait

Association of professionals to support breastfeeding:  
06 08 47 35 16

### CH du Gier

Breastfeeding consultation  
04 77 31 19 35

### CHU St Etienne

Breastfeeding consultation  
04 77 82 92 41

### CH Annonay

Breastfeeding consultation  
04 75 67 35 00

### CH Roanne

Breastfeeding consultation  
04 77 44 31 01

### At the PMI

Childcare advice  
04 77 49 76 76

### CH du Forez

Breastfeeding consultation  
04 77 96 78 63

### CH Firminy

Breastfeeding consultation  
04 77 40 73 30



## Translation

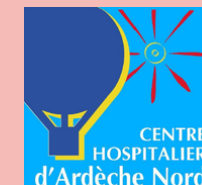
- French
- Arab



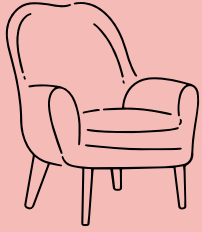
SCAN  
ME

## QR code

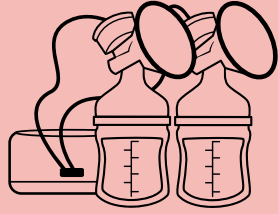
- Breastfeeding and working (flyer)
- Dairy



# الرضاعة والعمل



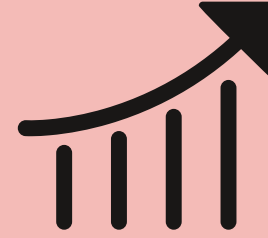
1



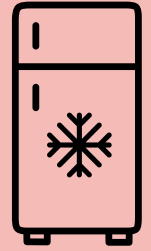
2



3



4



5

التركيب المريح في غرفة خاصة يسهل عملية استخلاص الحليب (يتطلب وجود غرفة مخصصة من 100 موظف).

للرضاعة الطبيعية فوائد عديدة لصحة الأم والطفل.

يسمح القانون للموظفة بالحصول على ساعة واحدة يوميًا لاستخراج الحليب أو إرضاع طفلها.

المادة ل. 5-1225 و30 و31 و32

الأم المدعومة تؤدي أداءً أفضل في عملها.

يجب تخزين حليب الثدي في الثلاجة عند درجة حرارة 4 درجات.

إذا كنت صاحب عمل، فلا تتردد في الاتصال بخدمة الصحة أو العمل الخاصة بك.



## أرقام مفيدة لنصائح الرضاعة الطبيعية

### جمعية الرضاعة

جمعية المهنيين لدعم الرضاعة الطبيعية  
06 08 47 35 16

مستشفى ريف دو جيه  
استشارة حول الرضاعة الطبيعية  
04 77 31 19 35

تشو سانت اتيان  
استشارة حول الرضاعة الطبيعية  
04 77 82 92 41

سي إتش دو فوريز  
استشارة حول الرضاعة الطبيعية  
04 75 67 35 00

حماية الأم والطفل  
نصيحة لرعاية الطفل  
04 77 49 76 76

سي إتش روان  
استشارة حول الرضاعة الطبيعية  
04 77 44 31 01

سي إتش دو فوريز  
استشارة حول الرضاعة الطبيعية  
04 77 96 78 63

مستشفى فيرميني  
استشارة حول الرضاعة الطبيعية  
04 77 40 73 30



## ترجمة

- إنجليزي
- عرب



## رمز الاستجابة السريعة

- الرضاعة الطبيعية والعمل (نشرة)
- ألبان

