



UNIA

**E punësuar dhe
nënë – çfarë duhet
të di unë.**

**Shtatzënat dhe Nënat kanë
të drejta të posaçme.**

Përmbajtja

Të drejtat Tuaja gjatë shtatzënisë

Marrëdhënia e punës	5
Mbrojtja kundër shkarkimit nga puna	7
Orari i punës dhe pushimeve	9

Të drejtat Tuaja si Nënë e punësuar

Pushimi i lehonisë	13
Dhënia e gjirit	18
Orari i punës dhe pushimeve	19
Obligimet familjare	21

Përmbledhje e normave ligjore

Ligjet	23
---------------	-----------

Mirë se vini

Shtatzënia dhe javët e para si Nënë janë një periudhë e veçantë jetësore. Prandaj si shtatzënë dhe nënë e punësuar keni të drejta të posaçme. Në këtë doracak do të gjeni një përmbledhje të normave më të rëndësishme ligjore në lidhje me shtatzëninë dhe mbrojtjen e nënës. Kjo do t'ju ofrojë një pasqyrë dhe ndihmë në këtë drejtim.

Nëse keni pyetje të tjera, ju lutemi të drejtoheni në zyrën tuaj regjionale të Unia – ne ju ndihmojmë me kënaqësi.



Të drejtat Tuaja gjatë shtatzënisë

Gjatë shtatzënisë dhe 16 javë pas lindjes së fëmijës, Ju gëzojnë mbrojtje kundër shkarkimi nga puna. Gjatë shtatzënisë, punëdhënësi Juaj duhet të ketë parasysh shëndetin Tuaj dhe të fëmijës Tuaj. Për këtë arsye ekzistojnë një varg rregullash të cilave duhet t'u përmbahet punëdhënësi Juaj.

Marrëdhënia e punës

Kur duhet ta informoj unë punëdhënësin tim për shtatzëninë?

Ju keni të drejtë ta heshtni shtatzëninë Tuaj. Mirëpo, për shkak të shëndetit Tuaj dhe të fëmijës, është e këshillueshme që të njoftoni eprorin Tuaj me kohë për shtatzëninë, në mënyrë që të merren parasysh shëndeti Juaj dhe i fëmijës Tuaj. Nëse nuk mund të punoni si zakonisht, gjegjësisht nëse shëndeti i nënës dhe fëmijës rezikohet, Ju duhet ta informoni punëdhënësin Tuaj për shtatzëninë.

A duhet ta reduktoj orarin e punës para lindjes?

Jo. Ne Ju këshillojmë që të mos e reduktoni orarin e punës para lindjes! Sepse në këtë mënyrë zvogëlohet edhe lartësia e kompensimit gjatë pushimit të shtatzënisë (faqe 13), sepse ky kompensim llogaritet në bazë të pagës para lindjes. Punëdhënësi Juaj është i obliguar që Juve t'ju ofrojë punë të cilat do të mund t'i kryeni pa vështirësi, kështu që Ju të mund të punoni me orar të plotë. Nëse Ju ndiheni keq me shëndet, Ju mund të merrni pushim mjekësor si shtatzënë.

Kur mund të marr pushim para lindjes?

E drejta për pushim të paguar të lehonisë llogaritet 14 javë pas lindjes (faqe 13). Por, nëse në Kontratën e Përgjithshme të Punës (KPP) apo në kontratën Tuaj individuale ka një marrëveshje për pushim më të gjatë të lehonisë, Ju mund të filloni pushimin edhe para lindjes. Nëse keni të drejtë për 16 javë pushim, Ju mund të shfrytëzoni të drejtën për pushim të lehonisë 2 javë para lindjes dhe 14 javë pas lindjes. Mirëpo, nëse para lindjes nuk ndjeheni mirë me shëndet dhe nuk jeni në gjendje të vazhdoni punën, edhe gjatë shtatzënisë Ju mund të merrni një Vërtetim nga mjeku dhe si e sëmurë të shfrytëzoni pushimin mjekësor.

Unë nuk dua të punoj më pas lindjes. Kur duhet të lajmëroj dorëheqjen?

Ne Ju këshillojmë që në asnjë mënyrë të mos jepni dorëheqje para lindjes. Sepse në këtë rast Ju nuk do të gëzoni të drejtën për pushim të lehonisë. Nëse pas lindjes dhe pas pushimit të lehonisë nuk doni të vazhdoni punën, Ju duhet të prishni kontratën e punës vetëm pas lindjes.

Mbrojtja kundër shkarkimit nga puna

A mund të më shkarkojnë nga puna, kur jam shtatzënë?

Jo. Kontrata Juaj nuk mund të priset gjatë tërë shtatzënisë dhe 16 javë pas lindjes. Por, nëse Ju largoheni vetë nga puna, apo me punëdhënësin tuaj merreni vesh për prishjen e kontratës, Ju më nuk jeni e mbrojtur nga shkarkimi prej punës. Kujdes: Gjatë kohës sa jeni në punë provuese, që maksimalisht mund të zgjasë 3 muaj, Juve mund t'ju largojnë nga puna edhe nëse jeni shtatzënë.

Punëdhënësi im më ka këshilluar që të prishim kontratën e punës, sepse unë nuk mund të kryej plotësisht punën e deritashme, çfarë duhet të bëj unë?

Mos lejoni që të bëjë presion! Nuk ka rëndësi nëse nuk mund të kryeni punën Tuaj të deritanishme në mënyrë të plotë (psh. punën në këmbë, bartja e peshave të rënda). Punëdhënësi Juaj është i obliguar që Juve t'ju angazhojë në punë të cilat Ju mund t'i kryeni pa pengesa dhe duhet të ketë kujdes për shëndetin tuaj.

Mua ma kanë komunikuar shkarkimin nga puna. Por gjatë kohës sa zgjat afati i shkarkimit nga puna, unë kam mbetur me barrë. A jam në këtë rast e mbrojtur kundër shkarkimit nga puna?

Jo. Shkarkimi nga puna është i ligjshëm, mirëpo ai do të «ngrihet» dhe afati kohor i shkarkimit nga puna do të fillojë vetëm 16 javë pas lindjes. Kjo domethënë se, nëse Ju mbeteni shtatzënë në javën e 2-të të afatit kohor 3 mujor të komunikimit për shkarkim nga puna, kështu 11 javët e mbetura të afatit kohor për shkarkim nga puna, fillojnë të llogariten vetëm me përfundimin e javës së 16-të pas lindjes.



Orari i punës dhe i pushimeve gjatë shtatzënisë

A duhet të punoj unë edhe gjatë shtatzënisë si deri më tani?

Në parim vlen rregullisht që Ju si shtatzënë mund të punoni vetëm me miratimin Tuaj. Ju duhet të liroheni nga punët që për Ju janë të rënda (ashtu si e ndjeni Ju). Veç kësaj, nëse dëshironi, Ju mund të leni punën apo të mos shkoni fare në punë. Mirëpo, për këtë duhet të informoni eprorin Tuaj! Një vërtetim nga mjeku nuk është i domosdoshëm, por i preferuar, për të mos u dëmtuar në pagë. Mungesat nuk duhet të llogariten si pushime (nëse nuk zgjasin më shumë se 2 muaj).

A ka punë të cilat unë nuk duhet t'i bëj gjatë shtatzënisë?

Po. Rregullorja për mbrojtjen e maternitetit përmban një listë të gjatë të punëve të rënda apo të rrezikshme, të cilat Ju nuk duhet t'i bëni apo nuk duhet medoemos t'i bëni gjatë kohës së shtatzënisë dhe dhënies së gjirit. Kështu për shembull, nuk duhet të ngrehni rregullisht peshë mbi 5 kg dhe rrallë ndonjëherë 10 kg. Në 12 javët e fundit të shtatzënisë është e ndaluar të bartni mbi 5 kg.

Si shtatzënë shpeshherë jam e rraskapitur.

A mund të kërkoj më shumë pauza?

Po. Punëdhënësi duhet t'ju ofrojë Juve një vend për pushim në vendin e punës. Sipas nevojës, Ju mund ta lëshoni vendin e punës apo të mos shkoni fare në punë. Mirëpo, për këtë informoni eprorin Tuaj.

Punëdhënësi im ka urdhëruar të punohen orë shtesë.

A është kjo e lejuar?

Jo. Si shtatzënë Ju nuk mund të punoni më gjatë se orari i rregullt ditor i punës. Maksimumi ligjor janë 9 orë punë në ditë. Kjo vlen edhe nëse keni disa vende të punës.

Unë punoj pjesërisht edhe natën. A guxoj ta bëj unë këtë?

Gjatë shtatzënisë dhe deri 16 javë pas lindjes, për punë në mbrëmje dhe në turnin e natës, prej orës 20h deri në orën 6h të mëngjesit, është i domosdoshëm pëlqimi Juaj. Nëse nuk doni të punoni natën, punëdhënësi Juaj është i obliguar që t'ju gjejnë një punë të ngjashme gjatë ditës (me kërkesë dhe ngarkesë të njëjtë profesionale dhe mendore), midis orës 6 dhe 20, me pagën e deritanishme. Nëse punëdhënësi nuk do apo nuk mund ta bëjë këtë, ai duhet t'ju lirojë nga puna dhe t'ju paguajë 80% të pagës së deritanishme. Në 8 javët e fundit para lindjes, puna në mbrëmje dhe në turnin e natës është e ndaluar. Kjo nuk është e lejuar edhe nëse Ju vetë pranoni të punoni.

Unë shpesh punoj në këmbë.

Për çfarë duhet të kem kujdes unë?

Bëni pauza të mjaftueshme! Pas muajit të 6 të shtatzënisë, në rast se punoni në këmbë, përveç të drejtës ligjore të zakonshme për pauza (varësisht nga orari i punës është prej 15 min deri në 1 orë në ditë), Ju keni të drejtë që në çdo 2 orë të bëni një pauzë të shkurtë prej 10 minuta. Përveç kësaj, duhet të respektohet një pauzë ditore prej 12 orësh. Pas muajit të 6-të të shtatzënisë, Ju guxoni të punoni më së shumti vetëm 4 orë në ditë. Për pjesën e mbetur të orarit të punës, punëdhënësi duhet t'ju ofrojë një punë, të cilën mund ta bëni ulur. Përndryshe, ai duhet t'ju lirojë nga puna dhe t'ju paguajë 80% të pagës së deritanishme.



Të drejtat Tuaja si nënë e punësuar

Gjatë 8 javëve të para pas lindjes, nënat nuk guxojnë të punojnë, ndërsa deri në javën e 16-të vetëm me pëlqimin e tyre. Ju keni të drejtë për pushim të lehonisë së paku 14 javë. Përveç kësaj, 16 javë pas lindjes Ju jeni e mbrojtur nga largimi prej punës.

Pushimi i lehonisë

Çka është pushimi i lehonisë?

Femrat e punësuar, pas lindjes kanë të drejtë për pushim të paguar për së paku 14 javë. Gjatë kësaj kohe, atyre u takon 80% e pagës, të cilën e kanë marrë para lindjes, në formë të pagës ditore – i ashtuquajturit kompensim i të ardhurave. Zakonisht kjo llogaritet sipas të ardhurave të tyre në muajin e fundit para lindjes. Në rast të të ardhurave jo të rregullta, llogaria bëhet për tre muajt e fundit para lindjes, e në raste të jashtëzakonshme edhe për periudha më të gjata.

Kush merr kompensim për të ardhurat gjatë lehonisë?

Të gjitha femrat e punësuar, të cilat banojnë apo punojnë në Zvicër: zvicëranet, të huajat, të punësuarat dhe të vetëpunësuarat, të punësuarat në bujqësi dhe femrat të cilat punojnë në ndërmarrjet familjare me para në dorë. Për këtë ka vetëm dy parakushte:

- Ju keni një sigurim të obligueshëm AHV 9 muaj para lindjes.
- Gjatë kohës së shtatzënisë Ju keni punuar së paku 5 muaj (pavarësisht me çfarë orari).

A kam të drejtë për kompensimin e të ardhurave edhe në rast se unë jam e pa punë apo e paaftë për punë?

Po. Nëse Ju jeni duke marrë kompensimin për papunësi, sëmundje, fatkeqësi apo invaliditet, atëherë keni të drejtë që për 14 javë të merrni kompensimin e të ardhurave edhe në rastin e lehonisë.

A kam të drejtë për kompensimin e të ardhurave, nëse më herët kam punuar në botën e jashtme?

Po, nëse keni punuar në një vend të BE apo të EFTA. Periudha e sigurimeve dhe e punësimit në këto vende do t'ju llogariten në bazë të marrëveshjeve bilaterale respektive.

Ka Kontrata të Përgjithshme të Punës që parashohin kushte më të mira për pushimin e lehonisë dhe për kompensimin e të ardhurave, për shembull kompensimin 100 % të pagës për 16 javë. Cili rregullim vlen për mua?

Ligji parashikon vetëm minimumin. Nëse Kontrata e Përgjithshme e Punës (KPP), të cilës i nënshtroheni, ka një rregullim më të mirë, për Ju vlen kjo. Sindikata Unia lufton për zgjidhje më të mira. Ne duam një pushim të lehonisë prej 18 javësh, 8 javë pushim atësie si dhe pushim të kompensuar prindëror.

A mund ta shtyj unë pushimin e lehonisë?

Po. Nëse i porsalinduri qëndron më shumë se 3 javë në spital (për shembull në rast të lindjes së mëhershme), Ju mund ta shtyni pushimin e lehonisë, ashtu që pushimi i lehonisë të fillojë vetëm pas sjelljes së fëmijës Tuaj në shtëpi. Mirëpo, nuk është e rregulluar ligjërisht nëse Ju keni të drejtë për kompensimin e pagës gjatë kohës së kësaj shtyrje. Zhvillimet dhe vendimet e reja janë duke shkuar në drejtim të kompensimit të pagës nga punëdhënësi.

Kur mund të punoj unë pas lindjes?

Në 8 javët e para pas lindjes vlen një ndalesë absolute e punës. Në këtë kohë nuk mund të punoni, edhe nëse Ju dëshironi. Pas kësaj kohe varet nga Ju nëse dëshironi të punoni. Parimisht, pas lindjes Ju keni të drejtë ligjore për një pushim të kompensuar të lehonisë për 14 javë. Kjo domethënë: Ju mund të refuzoni ligjërisht kërkesën e punëdhënësit për të filluar punën para kohe gjatë kësaj periudhe.



**Nëse unë pas lindjes filloj punën më herët,
a mund megjithatë ta marr kompensimin e të ardhurave
për lehonë?**

Jo. Nëse Ju vendosni që, pas ndalesës 8 javësh për të punuar, të filloni të punoni sërish dhe nuk e merrni kompensimin për 14 javë për pushimin e lehonisë, që nga ky moment nuk keni të drejtë për kompensimin e të ardhurave. Vendimi për të filluar punën më herët apo jo, varet vetëm nga Ju.

**A mund ta marr një pjesë të pushimit të lehonisë edhe
para lindjes?**

Varësisht nga rrethanat: nëse në Kontratën tuaj të Përgjithshme të Punës (KPP), apo në kontratën tuaj individuale të punës keni të paraparë një pushim të lehonisë më të gjatë se 14 javë, si është e rregulluar me ligj, Ju mund të filloni me pushimin edhe para lindjes. Në rast të një pushimi, për shembull prej 16 javësh, Ju mund të shfrytëzoni 2 javë para dhe 14 javë pas lindjes.

Nëse punëdhënësi Ju mundëson pushimin më herët, ai duhet t'ua paguajë pagën normale edhe mëtej, por Ju keni edhe më tutje të drejtë për 14 javë pushim të lehonisë pas lindjes.

Dhënia e gjirit

Unë dua ta ushqej fëmijën tim në gji.

A mund ta bëj këtë në punë?

Po. Në vitin e parë të fëmijës, Ju keni të drejtë ta ushqeni fëmijën gjatë orarit të punës në ndërmarrje. Për këtë Ju keni të drejtë të kërkonti një hapësirë të qetë dhe pa pengesa. Ju mund ta ushqeni me gji fëmijën tuaj edhe jashtë (për shembull në shtëpi apo në foshnjore).

Sa shpesh dhe sa gjatë mund ta ushqej unë fëmijën me gji?

Në vitin e parë të fëmijës Ju keni të drejtë për pauzë të kompensuar për të ushqyer fëmijën me gji, varësisht nga gjatësia e orarit tuaj të punës:

- 30 Minuta për orar deri në 4 orë
- 60 Minuta për orar mbi 4 orë
- 90 Minuta për orar mbi 7 orë

Koha mund të ndahet në një apo më shumë pauza. Pauzat e dhënies së gjirit nuk mund të llogariten as si kompensim për punën jashtë orarit dhe as si pushim, por llogariten si punë e 100% e rregullt në orar të punës.

A vlejnë këto rregulla të ushqimit me gji edhe nëse unë duhet ta nxjerr qumështin tim me pompë?

Po. Të gjitha këto rregulla vlejnë edhe për pompimin e qumështit.

Orari i punës dhe i pushimeve gjatë dhënies së gjirit

A ka rregullim të veçantë për orarin e punës dhe të pushimeve gjatë dhënies së gjirit?

Parimisht vlen që, pas ndalimit të punës në 8 javët e para pas lindjes, deri në javën e 16 Ju mund të angazhoheni në punë vetëm me pëlqimin Tuaj. Përveç kësaj, gjatë gjithë periudhës së ushqimit me gji, respektivisht deri sa fëmija Juaj të arrin moshën njëvjeçare, vlejnë rregulla të veçanta, që janë të njëjta me shumë nga ato të shtatzënisë (shihni faqe 9/10). Edhe gjatë kohës së ushqimit me gji vlen orari i rregullt ditor i punës dhe nuk guxon të jetë më shumë se 9 orë.

A guxoj unë pas lindjes të punoj përsëri natën?

Në 8 javët e para pas lindjes vlen një ndalesë absolute e punës. Prej javës së 9 deri në atë të 16, Ju mund të punoni natën vetëm me pëlqimin Tuaj. Nëse nuk doni të punoni natën, punëdhënësi Juaj duhet t'ju ofrojë një punë të ngjashme me pagë të njëjtë gjatë ditës. Nëse ai nuk do apo nuk mund ta bëjë këtë, ai duhet t'ju lirojë nga puna duke ju paguar 80% të pagës.



Obligimet familjare

Cilat janë obligimet familjare sipas ligjit?

Si obligime familjare konsiderohen edukimi i fëmijëve deri në moshën 15 vjeçare si dhe kujdesi për të anëtarët e familjes apo personat e afërt që kanë nevojë për kujdes.

Në kohën e fundit unë duhet të bëj shumë orë pune jashtë orarit, edhe pse në shtëpi e kam një fëmijë.

A mund të kundërshtoj?

Punëdhënësi duhet të marrë parasysh obligimet tuaja familjare, kur e rregullon orarin e punës. Parimisht, për punën jashtë orarit duhet të merret pëlqimi Juaj.

Unë dua të shkoj gjatë drekës në shtëpi, për tu kujdesur pak për fëmijët e mi. A mund të bëj një pauzë më të gjatë në kohën e drekës?

Ju keni të drejtë që, nëse dëshironi të bëni një pauzë prej 1,5 orë, për ta ushqyer fëmijën tuaj në gjí apo për ta marrë nga foshnjorja.

Normat më të rëndësishme për shtatzëninë dhe lehoninë kur jeni e punësuar, Ju mund t'i gjeni në këto ligje:

Fëmija im është i sëmurë dhe unë dua të rri me të. A kam të drejtë unë ta marr të lirë?

Nëse fëmija i Juaj është i sëmurë, punëdhënësi duhet t'ju lirojë për t'u kujdesur për të. Ju keni të drejtë për 3 ditë të lira në çdo rast sëmundjeje. Ju duhet të ofroni një vërtetim mjekësor të fëmijës. Këto mungesa do t'ju llogariten si kohë pune (sikurse në rastet kur Ju sëmureni), kurse kompensimi bëhet sipas rregullimit në kontratën Tuaj të punës. Nëse nuk mjaftojnë këto 3 ditë, për të organizuar kujdesin për fëmijën tuaj, në raste të arsyeshme Ju mund të mungoni nga puna edhe më gjatë. Mungesa prej 3 ditësh u takon nënës dhe babait të fëmijës (dmth. mungesa mund të jetë gjithsej 6 ditë).

Ligji i Punës (ArG) si dhe Dekretet e zbatueshme gjegjëse (ArGV1/3)

Normat për orarin e punës dhe pushimeve

- **ArG, Art. 35 ff.**
- **ArGV1, Art. 60 ff.**
- **ArGV3, Art. 34 ff.**

Ligji i detyrimeve (OR)

Normat për mbrojtje nga largimi prej punës gjatë shtatzanisë dhe pushimit të lehonisë

- **OR, Art. 319 ff.**

Ligji për kompensimin e të ardhurave (EOG) si dhe Rregulloret gjegjëse (EOV)

Normat për pushimin e lehonisë dhe kompensimin e të ardhurave

- **EOG, Art. 16 ff.**
- **EOV, Art. 23 ff.**

Rregullorja për mbrojtjen e Maternitetit (MV)

Normat për punët e rrezikshme dhe të rënda

- **MV, Art. 1 ff.**

Ligji për Barazi (GIG)

Normat për ndalimin e diskriminimit dhe mbrojtja nga largimi prej punës gjatë shtatzanisë

- **GIG, Art. 1 ff.**



Unia angazohet për zgjerimin e të drejtave për të gjitha nënat dhe femrat shtatzëna

Kujdesi për fëmijët shpeshherë vështirë mund të kombinohet me kërkesat e punës së paguar. Për shumë gra (dhe burra) ky përbën një stres të madh.

Unia angazohet për përmirësime!

- Zgjatjen e pushimit të lehonisë në 18 javë, me pagë të menjëhershme 100%
- Futjen e një pushimi 8 javësh të paguar për etërit
- Të drejtën për një reduktim të orarit të punës, për shkak të obligimeve të kujdesit familjar

Unia në afërsinë tuaj

Unia në afërsinë tuaj:

Aargau T 0848 333 003, aargau@unia.ch

Bern T 031 385 22 22, bern@unia.ch

Berner Oberland T 033 225 30 20, thun@unia.ch

Biel-Seeland/Solothurn T 032 329 33 33, biel-solothurn@unia.ch

Fribourg T 026 347 31 31, fribourg@unia.ch

Genève T 0848 949 120, geneve@unia.ch

Neuchâtel T 0848 20 30 90, neuchatel@unia.ch

Nordwestschweiz T 0848 113 344, nordwestschweiz@unia.ch

Ostschweiz-Graubünden T 0848 750 751, ostschweiz-graubuenden@unia.ch

Ticino T 091 910 50 70, ticino@unia.ch

Transjurane T 0848 421 600, transjurane@unia.ch

Vaud T 0848 606 606, vaud@unia.ch

Valais T 027 602 60 00, valais@unia.ch

Zentralschweiz T 041 249 93 00, zentralschweiz@unia.ch

Zürich-Schaffhausen T 044 296 18 18, zuerich-schaffhausen@unia.ch

GAS/ECR/ICR



nicht frankieren
ne pas affranchir
non affrancare

50201603
000003

DIE POST

B



Gewerkschaft Unia
Weltpoststrasse 20
Postfach
3000 Bern 16

Nënat dhe gratë shtatzëna kanë të drejta të posaçme. Shfrytëzoni këto. Ne Ju përkrahim me kënaqësi!

Anëtarësohuni!

- Unë anëtarësohem në sindikatën Unia.
- Unë interesohehem për sindikatën Unia. Ju lutem të më kontaktoni.
- Unë dua të bëhem aktiv në regjionin tim. Ju lutem të më kontaktoni.
- Ju lutem të më dërgoni materialet për këto tema:
 - Pagë e njëjtë për punë të njëjta
 - Ngacmimi seksual në vendin e punës
 -

Të gjitha informatat për sindikatën Unia i gjeni online në: www.unia.ch

Mbiemri

Emri

Adresa

KP/Vendi

Tel.

E-Mail

Punëdhënësi

Unia Zentralsekretariat

Weltpoststrasse 20
Postfach
3000 Bern 16
T +41 31 350 21 11
frauen@unia.ch
www.unia.ch