



Enceinte - Comment l'annoncer au travail ?

2. Votre état de santé est important.

Votre sage-femme ou votre médecin vous aura peut-être déjà remis un carnet de grossesse qui vous permet de noter des informations tout au long de votre grossesse.

Si vous en avez un, prenez l'habitude de l'avoir toujours sur vous, surtout s'il contient des informations qui pourront être utiles à autrui en cas d'urgence (p. ex. en cas de blessures par des machines).

Si vous n'avez pas de carnet de grossesse, prenez un calepin pour noter au minimum quelques informations générale vous concernant (date de l'accouchement prévu, lieu de l'accouchement, groupe sanguin, etc.), des informations de santé datées (p.ex. si on vous a diagnostiqué un diabète gestationnel, les mesures qui ont été prises, etc.), les coordonnées de votre gynécologue ou de votre sage-femme et celle de votre partenaire.

3. Demandez un entretien.

Le sujet sera légèrement différent, par exemple une évaluation intermédiaire de vos prestations, de votre travail. Dans ce genre de discussions, l'employeur et l'employée conviennent souvent de mesures ou d'objectifs pour les mois qui suivent l'entretien (p. ex. une formation, un perfectionnement, etc.). C'est alors le bon moment pour annoncer votre projet de famille déjà lancé.

4. Si votre employeur ne connaît pas encore mamagenda.ch, parlez-en avec lui.

Il est gratuitement à disposition de toutes et tous en Suisse sur internet (mamagenda.ch). Encouragez-le à l'utiliser : cet outil aide à penser à tout, à planifier et à

gérer la période de la grossesse, celle du congé maternité et celle du retour au travail. Les dispositions relatives à la protection de la santé sont rappelées à temps aux employeurs, de nombreuses check-listes sont à disposition pour leur faciliter leur travail d'accompagnement des employées enceintes.

mamagenda.ch s'adresse aussi aux futurs pères! N'oubliez pas de le consulter à deux, pour être sûrs de penser à tout et de planifier votre future vie ensemble.

La suite de votre grossesse avec l'échéancier mamagenda.ch

Tous les sujets importants à discuter sont abordés. Ainsi, tout ne doit pas être discuté au premier entretien ! Bien entendu, si vous êtes déjà au clair avec ce que vous souhaitez, le dire à votre employeur au premier entretien déjà participe au climat de confiance. Cela lui et vous permet de prendre toutes les mesures d'organisation nécessaires, dans un climat serein et sans urgence.

Selon l'échéancier digital mamagenda.ch, les sujets comme l'organisation future du travail ou la planification de votre absence durant le congé maternité n'interviennent qu'au troisième entretien, à la semaine 32-33 de votre grossesse. Vous avez le temps de planifier, avec votre compagnon, votre future vie familiale et professionnelle sans vous laisser mettre sous pression.