



La sélection d'une langue déclenchera automatiquement la traduction du contenu de la page.

Français ▼

## Une salariée peut-elle allaiter pendant les heures de travail ?

Vérfifié le 27 novembre 2020 - Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre)

Oui, en tant que salariée, vous pouvez allaiter votre enfant durant les heures de travail, pendant 1 an à partir de sa naissance.

Vous avez droit à une réduction de votre temps de travail d'1 heure par jour répartie en 2 périodes :

- 30 minutes pendant le travail du matin
- 30 minutes pendant l'après-midi

En l'absence d'accord avec l'employeur, cette période est placée au milieu de chaque demi-journée de travail.

Les temps de pause ne sont pas rémunérés (sauf *dispositions conventionnelles* (<https://www.service-public.fr/particuliers/glossaire/R51533>)  
contraires).

Cette période d'allaitement est réduite à 20 minutes si votre employeur met à disposition des salariées un local dédié à l'allaitement (à l'intérieur ou à proximité des locaux affectés au travail).

Tout local dédié à l'allaitement doit respecter des normes strictes en matière de santé et sécurité au travail.

L'entreprise qui emploie plus de 100 salariées peut être mise en demeure d'installer dans son établissement (ou à proximité) un tel local.

### Textes de loi et références

- Code du travail : articles L1225-30 à L1225-33 [↗](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/id/LEGISCTA000006195594/) (<https://www.legifrance.gouv.fr/codes/id/LEGISCTA000006195594/>)  
*Dispositions particulières à l'allaitement*
- Code du travail : articles R1225-5 à R1225-7 [↗](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section_lc/LEGITEXT000006072050/LEGISCTA000018482933/#LEGISCTA000018537818)  
([https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section\\_lc/LEGITEXT000006072050/LEGISCTA000018482933/#LEGISCTA000018537818](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section_lc/LEGITEXT000006072050/LEGISCTA000018482933/#LEGISCTA000018537818))  
*Dispositions particulières à l'allaitement*
- Code du travail : articles R4152-13 à R4152-28 [↗](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section_lc/LEGITEXT000006072050/LEGISCTA000018488409/) ([https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section\\_lc/LEGITEXT000006072050/LEGISCTA000018488409/](https://www.legifrance.gouv.fr/codes/section_lc/LEGITEXT000006072050/LEGISCTA000018488409/))  
*Local dédié à l'allaitement*