

### Durante a sua gravidez:

#### Nas primeiras semanas:

**Direitos no trabalho:** Voce deve checar no seu contrato ou no manual da empresa os direitos que o seu empregador oferece. Muitos oferecem melhores direitos do que o previsto legalmente. Se voce for demitida por uma razao ligada a sua gravidez isso e considerado demissao injusta e discriminacao por genero, procure aconselhamento.

**Riscos com a saude e seguranca:** Estes podem se desenvolver em qualquer estagio da gravidez. Converse com a sua parteira ou profissional de saude se as suas condicoes de trabalho oferecem riscos a sua saude ou a saude do bebe e que cuidados poderiam remediar isso. Voce deve informar ao seu empregador por escrito que voce esta grávida e pedir uma avaliacao dos riscos se esses podem existir. Se ha um risco, ele deve ser removido com a mudanca das suas condicoes de trabalho, oferecendo uma alternativa sustentavel ou suspendendo o trabalho, porem oferecendo pagamento integral.

**Funcionarias e algumas trabalhadoras de agencia que estao gravidas tem direito a licenca remunerada para comparecer a consultas pre natais:** Isso inclui relaxamento e aulas de artes para pais e maes. Pais ou parceiros empregados tem direito a comparecer a duas consultas pre natais, porem sem serem pagos.

**Se voce recebe Universal Credit (UC) ou outro beneficio baseado na sua renda:** Voce pode ter direito a vales "healthy start". Para checar se voce tem direito ou para pedir um formulario para aplicar, telefone para 0345 607 6823 ou visite [www.healthystart.nhs.uk](http://www.healthystart.nhs.uk). Sua parteira tera que confirmar que voce esta recebendo aconselhamento medico. Voce tambem pode ter direito a vitaminas de gracia, pergunte a sua parteira. (Somente para a Escocia, Healthy start ira mudar para Best start foods ate o verao de 2019, confirme com a sua parteira se voce vive na Escocia).

**Visite um profissional de saude:** O mais cedo possivel para ter acesso a informacoes, exames e seguranca alimentar. Ha um numero de ultrassonografias e outros exames que estao disponiveis na fase inicial da gravidez. O seu clinico (GP) pode receitar acido folico. Todas as mulheres gravidas tem direito a receitas de remedio gratuitas e tratamento dentario durante a gravidez e nos 12 meses apos o nascimento da crianca. Se voce ainda nao tem essa ajuda, voce tera que aplicar para o certificado de isencao (peca o formulario para o seu GP ou parteira).

#### Semana 18:

**Pagamento do auxilio maternidade:** Se voce ja estava trabalhando para o seu empregador, quando engravidou e provavel que voce se qualifique para o auxilio maternidade (SMP) - veja semana 25. O auxilio maternidade e 90% do seu salario por seis semanas e depois a taxa chamada flat rate por 33 semanas ou

90% da sua renda media, o que for menor. A sua renda media e a media do que voce ganhara nas proximas oito semanas, se isso for menos do que o limite da renda baixa voce nao se qualificara para auxilio maternidade, mas podera aplicar para beneficio maternidade (maternity allowance).

#### Semana 20:

**Seu medico ou parteira lhe dara um certificado MAT B1:** Entre essa semana e a semana 28. Voce precisara desse certificado de estiver aplicando para auxilio maternidade (SMP), o auxilio Sure

start, o best start, beneficio da maternidade (MA) ou o auxilio desemprego durante a gravidez (ESA).

#### Semana 24:

**Auxilio Best start (Somente para a Escocia):** Essa e a altura mais cedo que voce pode aplicar para esse auxilio. Para mais informacoes leia semana 25. Entre a semana 20 e 24 a sua parteira

pode lhe registrar para a sua caixa do bebe.

#### Semana 25:

**Licenca maternidade:** Voce precisa dar um aviso previo ao seu empregador de quando deseja comecar a sua licenca maternidade ate o fim da sua decima quinta semana antes do nascimento do bebe, aproximadamente por volta da semana 25 da sua gravidez. Voce tambem precisa dar ao seu empregador o certificado MAT B1 para pedir auxilio maternidade (SMP).

Todas as mulheres tem direito a 52 semanas de licenca maternidade. Se voce ja trabalha para o seu empregador ha mais de 26 semanas ate o fim dessa semana e a sua renda media esta abaixo do limite da renda baixa, voce se qualifica para o auxilio maternidade (SMP).

**Se voce nao se qualifica para SMP:** Aplique para o beneficio da maternidade (MA) no formulario MA1 ou para o auxilio desemprego ESA online ou pelo telefone com seu jobcentre local. Voce pode aplicar para o beneficio maternidade se trabalhou 26 semanas das ultimas 66 semanas antes do nascimento do seu bebe e recebeu o minimo em pelo menos 13 dessas semanas. O beneficio da maternidade e pago por 39 semanas na taxa minima de renda ou 90% da sua renda media se isso for menos. Sempre vale a pena

checar que outros beneficios voce pode se qualificar e qual e mais benefico atraves de uma calculadora de beneficios online como [www.entitledto.co.uk](http://www.entitledto.co.uk).

#### Licenca paternidade:

Se voce e marido da mae ou parceiro ou o pai da crianca e voce trabalhou para o mesmo empregador desde antes da mae engravidar voce se qualifica a tirar duas semanas de licenca paternidade. Nessa semana voce precisa avisar ao seu empregador. Se a sua renda media esta no limite das taxas de renda baixa voce tambem pode ganhar o auxilio paternidade (SPP).





### Semana 29:

**Voce pode começar a sua licença maternidade nessa semana,** desde que tenha dado o aviso previo correto. Se voce nao desejar começar na semana 29, voce pode começar quando quiser a partir desse ponto (veja semana 36). Voce pode desejar trabalhar enquanto o parto se aproxima para poder ter mais tempo depois do nascimento.

**Antes de deixar o trabalho,** converse com o seu empregador se voce quiser manter em contato (KIT) (veja semana 2 do outro folheto). E bom tambem pensar em mudancas nas suas condicoes de trabalho que possam ser uteis quando voce retornar ao trabalho. Veja direito a ter condicoes de trabalho flexiveis no outro folheto -Semana 35.

**Se voce esta desempregada** durante essa semana, o seu beneficio maternidade (MA) ou auxilio maternidade (SMP) precisam começar essa semana se voce se qualificar, tenha certeza de que ja fez a aplicacao. Se voce recebe universal credit ou jobseekers allowance a partir dessa semana voce nao tera mais compromissos em relacao a procurar trabalho. Se voce ja recebe suporte de renda (income support), o mesmo ira continuar, senao voce tera que mudar para universal credit.

**Auxilio Sure start:** voce tem que fazer a sua aplicacao agora, veja semana 25 para mais informacoes.

### Semana 34:

**Licença parental compartilhada:** Voce pode compartilhar a maiorparte da licença maternidade com o seu parceiro através da licença parental compartilhada (SPL), mas ha varios avisos a serem dados e nem todos se qualificam. Visite o nosso website para mais

informacoes sobre SPL e sobre pagamento compartilhado parental (ShPP). Se o seu parceiro quer tirar a licença compartilhada imediatamente apos a licença paternidade, ele precisa avisar agora.

### Semana 36:

**E totalmente por sua conta quando voce começa a licença maternidade a nao** ser que voce esteja ausente do trabalho por

questoes ligadas a gravidez pelas ultimas quatro semanas, se for o caso o seu empregador pode começar a licença e o o pagamento.

### A semana do nascimento da criança:

**O dia depois que voce da a luz** o o mais tarde que voce pode iniciar a licença maternidade se voce nao parou de trabalhar, isso se aplica mesmo se o bebe for prematuro.



gettyimages  
Aldo Muri

Para mais informacoes visite:  
[www.workingfamilies.org.uk](http://www.workingfamilies.org.uk)  
Linha direta em inglês de ajuda  
para familias que trabalham:  
**0300 012 0312** ou  
<https://www.workingfamilies.org.uk/contact-us-for-advice/>

**Veja na proxima pagina direitos depois do nascimento do bebe.**

## Depois que o seu bebe nasce:

### Semana 1:

**Certidao de nascimento:** E importante ter uma certidao de nascimento como prova de nascimento. Voce precisa registrar o nascimento em ate 42 dias no seu cartorio local.

**A parteira ira lhe visitar** em casa nos dez dias apos o parto (ou ate 28 dias depois se necessario) para checar a saude e o bem estar do seu bebe e a sua. Um profissional de saude tambem ira lhe visitar.

**Licenca paternidade:** funcionarios que trabalham para o mesmo empregador desde antes da parceira engravidar tem direito a duas semanas consecutivas de licenca paternidade e talvez tambem se qualifiem para SPP (veja semana 25 da pagina anterior). Licenca paternidade e pagamento tem de ser tiradas dentro das oito semanas depois do nascimento do bebe.

**Beneficio da crianca:** Atualmente a maioria das familias pode aplicar para o beneficio da crianca. Se voce ou o seu parceiro recebem uma renda de mais de £50.000 por ano e recebem child benefit ,voce tera que pagar de volta parte do seu beneficio via uma multa de imposto. Procure ajuda ate decidir o que fazer. Tenha certeza de aplicar dentro

dos tres primeiros meses apos o parto. Voce precisara completar um formulario CH2 e mandar para o child benefit office junto com a certidao de nascimento da sua crianca original (o que eles irao devolver).Voce pode encontrar o formulario online no [www.gov.uk](http://www.gov.uk).

**Universal credit:** A maior parte das pessoas nao pode mais aplicar para tax credits, housing benefit (beneficio de moradia) ou income support (suporte de renda) por que esses beneficios foram substituidos por UC. Voce pode receber universal credit mesmo se o seu parceiro estiver trabalhando.

UC inclui elementos destinados aos custos de moradia e cuidados da crianca.

**Tax credits:** Se voce ja recebe tax credits, voce pode se qualificar para um elemento extra para as primeiras duas crianas.Durante as primeiras 39 semanas de licenca maternidade, toda a licenca paternidade e qualquer periodo que voce receba ShPP, voce sera tratada como trabalhando e por isso pode receber ajuda de custos com cuidados da crianca pelo working tax credits.

### Semana 2:

**Nao e permitido que mulheres voltem ao trabalho nas primeiras duas semanas depois do parto (quatro semanas se trabalham em fabricas):** Se voce quer voltar ao trabalho antes do fim das 52 semanas de licenca maternidade,voce deve dar o aviso previo de oito semanas. Seu parceiro pode comecar a SPL agora quando a licenca paternidade termina.

**KIT dias (mantendo contato):** Voce trabalhar ate 10 dias KIT durante a sua licenca maternidade sem afetar SMP ou MA,mas isso tem que ser concordado com seu empregador com antecedencia. Tenha certeza que foi discutido quanto voce ira receber.

### Semana 6:

**Voce deve visitar o seu GP, parteira ou obstetra:** para o seu exame pos natal entre a semana 6 e 8.

### Semana 15:

**Income support (suporte de renda):** Se voce esta recebendo income support baseado na sua gravidez, esse beneficio ira ser interrompido.Se voce fizer uma nova aplicacao para receber

beneficios, tera que ser para o Universal credit a nao ser que certas excecoes limitadas se apliquem ao seu caso.

### Semana 25:

**Sure start maternity grant:** Se voce recebe UC ou outros beneficios e ainda nao pediu o sure start maternity grant, voce deve submeter o seu pedido agora (antes do seu bebe completar seis meses de idade)para receber um unico pagamento. Normalmente voce nao pode pedir essa ajuda se ja tem uma crianca menor de 16 anos em casa.

**Best start grant (somente na Escocia):** Se voce recebe UC, IS, CTC, WTC, HB PC, auxilio desemprego, voce deve submeter o seu pedido agora (antes do seu bebe completar seis meses de vida) para receber um pagamento que ajudara nos custos de ter um novo bebe.Visite [www.mygov.scot](http://www.mygov.scot) ou ligue para 0800 182 2222.Se voce tem menos de 18 anos ou tem 18/19 anos e e dependente no beneficio de outra pessoa,voce ainda se qualifica. Voce deve submeter esse pedido mesmo que tenha outra crianca menor de 16 anos morando com voce.



### Semana 35:

**Direito a pedir flexibilidade no trabalho:** Se voce deseja retornar ao trabalho em regime parcial ou trabalhando diferentes horarios ou de casa (ou de outro lugar), voce pode entrar com um pedido de flexibilidade de trabalho. Tenha certeza de ter tempo suficiente para negociar isso com o seu empregador. Se voceja presta servicos ha

pelo menos 26 semanas, voce deve ter o direito de fazer um pedido formal ao empregador que deve responder em ate tres meses. Se o seu pedido for negado, em algumas circunstancias voce pode aplicar usando a lei de igualdade (equality act). Para saber mais informacoes, visite o nosso website.

### Semana 49:

**Se voce deseja tirar licenca parental nao remunerada:** no fim da sua licenca maternidade ou SPL, esse e o prazo final para avisar ao seu empregador com 21 semanas de antecedencia se voce comecou a licenca maternidade logo apos o parto. Voce precisa

ter trabalhado por um periodo minimo de um ano para pode tirar a licenca parental, mas o tempo gasto durante a licenca maternidade conta como tempo prestando servicos.

### Semana 52:

**Essa e sua ultima semana de licenca maternidade se a mesma comecou no nascimento.** Se voce quiser retornar ao trabalho antes disso, por que por exemplo seu parceiro quer tirar auxilio paternidade remunerado, voce precisa avisar oito semanas antes por escrito dizendo a data do seu retorno.

Voce nao precisa dar nenhum aviso se for retornar depois das 52 semanas. Se voce tem o direito de retornar ao mesmo emprego ou se isso nao for razoavelmente possivel, voce tera que ter uma funcao parecida nos termos e condicoes. Se voce estiver doente no fim da sua licenca maternidade ou SPL, os procedimentos normais em relacao a doencas serao tomados pelo empregador.

### Depois da sua licenca maternidade:

**O seu empregador tem o dever de cumprir normas de seguranca** e saude em relacao a mulheres que tiveram bebes nos ultimos seis meses ou estao amamentando, se as condicoes de

trabalho colocam a sua saude ou a do bebe em risco, peca para ter uma avaliacao de risco.



Para mais informacoes visite  
[www.workingfamilies.org.uk](http://www.workingfamilies.org.uk)

Para aconselhamento gratuito e confidencial em maternidade, paternidade e licenca parental compartilhada em inglê, contacte working families helpline:

**0300 012 0312** ou <https://www.workingfamilies.org.uk/contact-us-for-advice/>

### Veja paginas anteriores para saber sobre os seus direitos enquanto espera o bebe.

Working families oferece uma rede de suporte para pais/ cuidadores de crianas com deficiencia, entre em contato ou visite nosso website para mais informacoes.

#### \*Pagamento e niveis de beneficio de maternidade (desde 06/04/2021, correto ate 06/04/2022):

- Taxa basica para SMP, SPP, Shpp e MA: **£151.97**
- Limite da renda baixa: **£120**
- Limite de renda para MA: **£30**
- **Sure start maternity grant:** (Inglaterra, Pais de gales de Irlanda do Norte): Unico pagamento de **£500**.
- **Pagamento do bebe/best start grant** (Escocia): **£606** (primeiro filho), (**£303** para cada crianca subsequente).
- **Child benefit:** **£21.15** tbc por semana para a primeira crianca, **£14.00** tbc para as crianas mais novas.