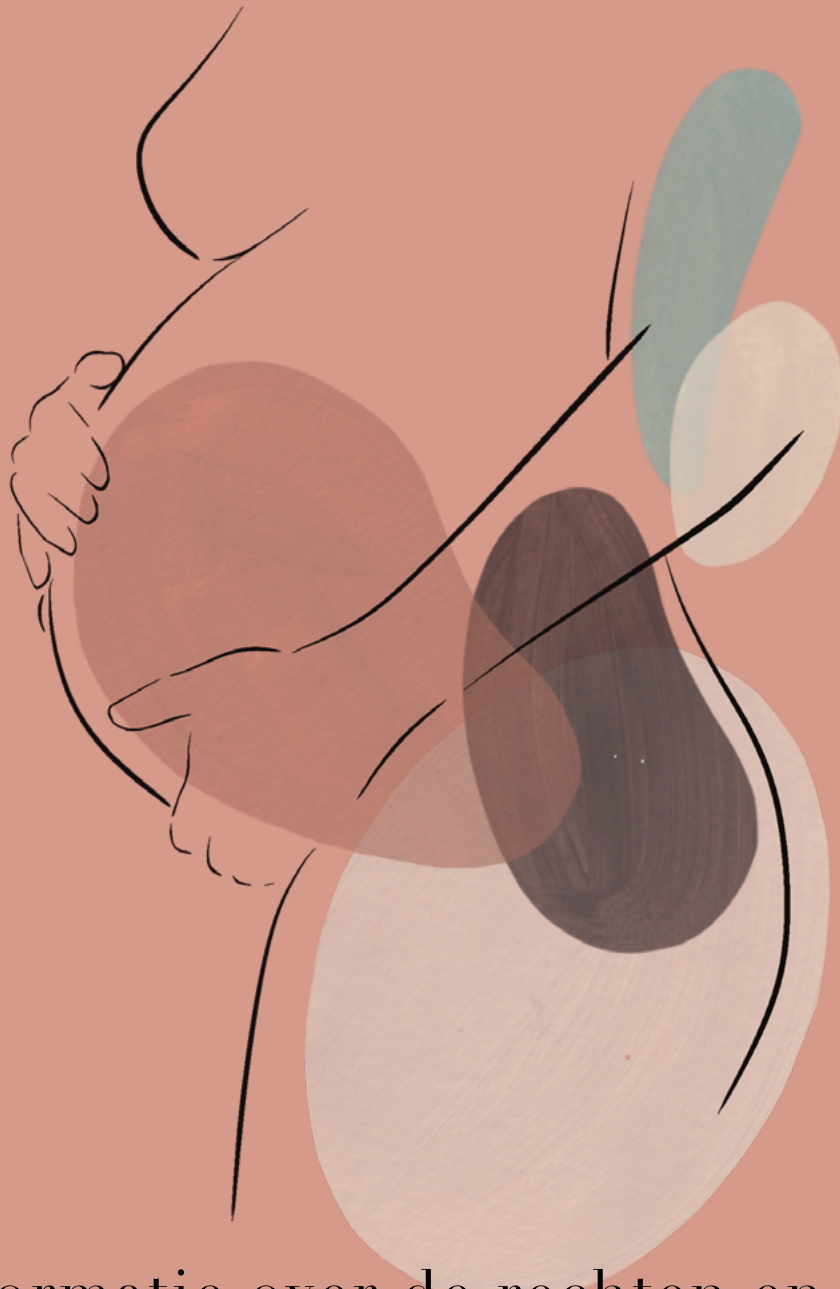


Zwangerschap en geboorte



Alle informatie over de rechten en plichten van werknemers, tijdens de zwangerschap en na de geboorte.

Werk rond de zwangerschap; dit moet je weten.

Ben je zwanger en werk je in loondienst*? Dan is deze folder voor jou bedoeld. Je vindt hier korte en duidelijke informatie over onderwerpen die van belang zijn tijdens de zwangerschap en de eerste maanden na de bevalling. Je leest ook wat je rechten en plichten zijn als werknemer, en wat je van je werkgever mag verwachten tijdens je zwangerschap en de periode daarna.

Lees verder voor meer informatie over:

- zwangerschapsverlof en bevallingsverlof
- aanvraag van het zwangerschapsverlof
- doorbetaling van het loon
- aangepaste werktijden, werkplek en werkzaamheden
- zwangerschapscontrole onder werktijd
- ziekte
- weer aan het werk na je bevallingsverlof

Bij sommige onderwerpen zie je verwijzingen naar websites. Op die websites kun je meer lezen over dat specifieke onderwerp. Op de laatste pagina vind je een lijst met algemene websites over zwangerschap en werk, en andere relevante thema's.

Zwangerschapsverlof en bevallingsverlof

Als je in loondienst werkt, heb je in ieder geval recht op 16 weken zwangerschapsverlof. Het zwangerschapsverlof begint 6 tot 4 weken voor je uitgerekende datum (de flexibiliseringsperiode). De precieze begindatum van je verlof mag je zelf bepalen. Eén dag na de bevalling gaat het zwangerschapsverlof over in het bevallingsverlof. Het bevallingsverlof duurt 10 tot 12 weken.

Op de site van het UWV staat een rekenhulp waarmee je de begin- en einddatum van je verlof kunt uitrekenen. Je vindt deze rekenhulp met de zoekterm *'rekenhulp zwangerschapsverlof UWV'*.

* Werk je als zzp'er? Ook dan heb je recht op zwangerschaps- en bevallingsverlof en een zwangerschaps- en bevallingsuitkering (de ZEZ). Gebruik hiervoor de zoekterm: *'zzp zwangerschap rijksoverheid'*.

In sommige gevallen heb je recht op langer dan 16 weken verlof. Bijvoorbeeld:

- Je bent zwanger van een tweeling of meerling.
- Je baby is geboren na de uitgerekende datum.
- Je baby ligt langer dan 7 dagen in het ziekenhuis.

Meer weten? Op de website van Rijksoverheid vind je uitgebreide informatie over het zwangerschaps- en bevallingsverlof. Je vindt deze website met de zoekterm 'zwangerschapsverlof Rijksoverheid'.



Gespreid opnemen van het bevallingsverlof

Het zwangerschapsverlof en de eerste 6 weken van het bevallingsverlof neem je achter elkaar op. De rest van het bevallingsverlof kun je in één keer opnemen, of je kunt de uren gespreid opnemen. Op deze manier kun je bijvoorbeeld je werkuren geleidelijk opbouwen. Wil je een deel van het bevallingsverlof gespreid opnemen? Geef dat dan op tijd aan, uiterlijk 3 weken na het ingaan van het bevallingsverlof. En neem alle resterende verlofuren binnen 30 weken op.

Aanvraag zwangerschapsverlof

Je vraagt het zwangerschapsverlof aan bij de werkgever, bijvoorbeeld via je leidinggevende of de HR-afdeling. Doe dit uiterlijk 3 weken voor de begindatum van het verlof. Dat is minimaal 7 weken voor de uitgerekende bevallingsdatum. De werkgever heeft een zwangerschapsverklaring nodig van je arts of verloskundige, waarop de uitgerekende datum staat. Zorg er dus voor dat je die al hebt voordat je het verlof aanvraagt.

Doorbetaling van het loon

Tijdens je verlof wordt je loon doorbetaald door de werkgever. Hiervoor vraagt de werkgever een zwangerschaps- en bevallingsuitkering voor je aan bij het UWV. Deze uitkering is in principe even hoog als je dagloon (het loon dat je gemiddeld per dag verdient), maar is nooit hoger dan het maximum dagloon. Het maximum dagloon is elk jaar een beetje anders en staat op de website van het UWV. Gebruik hiervoor de zoekterm 'maximum dagloon uwv'.

Let op! Verdien je meer dan het maximum dagloon? Sommige werkgevers vullen het verschil dan aan tot je gebruikelijke dagloon. Informeer bij je leidinggevende of de HR-afdeling of jouw werkgever dit ook doet.

Aangepaste werktijden, werkplek en werkzaamheden

Een groot deel van je zwangerschap ben je nog aan het werk. Je doet dan zoveel mogelijk je eigen werk op je eigen werkplek. Tijdens je zwangerschap en tot 6 maanden na de bevalling heb je recht op aangepaste werktijden. Zo mag je bijvoorbeeld extra pauze nemen en kun je niet verplicht worden om diensten van langer dan 10 uur te werken. Ook ben je niet verplicht om nachtdiensten te werken.

Soms is het niet mogelijk om je eigen werk te blijven uitvoeren tijdens je zwangerschap, bijvoorbeeld omdat het werk fysiek te zwaar is, of te gevaarlijk. In dat geval heb je misschien recht op een andere werkplek en/of aangepaste werkzaamheden.>>

Overleg hierover met je werkgever. Heb je vragen of lukt het niet om goede afspraken te maken met je werkgever? Dan kun je contact opnemen met een Arbodeskundige of de Arbodienst van je werkgever.

Meer weten? Op de website van Rijksoverheid vind je meer informatie over aangepaste werktijden en werkzaamheden. Je vindt deze website met de zoekterm 'aangepast werk zwangerschap Rijksoverheid'.

Zwangerschapscontrole onder werktijd

Een afspraak voor een zwangerschapscontrole mag je inplannen onder werktijd. Dit staat in artikel 4.5 van de Arbeidstijdenwet. Voor deze afspraken hoef je geen vakantieuren op te nemen. Je loon wordt doorbetaald tijdens het zwangerschapsonderzoek en de reistijd.

Plan, als dat kan, de afspraken in aan het begin of aan het eind van de werkdag. Werk je parttime? Probeer dan de afspraken zo veel mogelijk buiten werktijd te plannen.

Ziekte

Soms kan het helaas gebeuren dat je ziek wordt tijdens de zwangerschap, het zwangerschapsverlof of het bevallingsverlof. Tijdens je ziekte krijg je in de meeste gevallen 100% van je dagloon uitbetaald door de werkgever, via een zwangerschaps-/bevallingsuitkering of via een Ziektewetuitkering. Je hebt ook als je ziek bent meestal recht op een zwangerschaps- en bevallingsverlof van 16 weken. Maar het komt soms voor dat de totale verlofperiode langer of juist korter duurt vanwege je ziekte.

In onderstaande tabel zie je hoe je loon wordt doorbetaald. Dit is afhankelijk van 1) de oorzaak van je ziekte en 2) het moment waarop je ziek wordt.

	Vóór de verlofperiode	6-4 weken vóór de uitgerekende datum	Tijdens de verlofperiode	Na de verlofperiode
Ziek door zwangerschap of bevalling	Ziektewet, 100% van het dagloon Let op! Bij vroeggeboorte of overlijden van de baby na 24 weken: zwangerschaps- en bevallingsuitkering, 100% van het dagloon	Ziektewet, 100% van het dagloon Het aantal ziektedagen wordt afgetrokken van de totale verlofperiode. Je hebt wel recht op minimaal 10 weken bevallingsverlof.	Zwangerschaps- en bevallingsuitkering, 100% van het dagloon	Ziektewet, 100% van het dagloon tijdens de eerste 2 jaar
Ziek door een andere oorzaak	De 'normale' regels bij ziekte zijn van toepassing	Ziektewet, 100% van het dagloon Het aantal ziektedagen wordt afgetrokken van de totale verlofperiode. Je hebt wel recht op minimaal 10 weken bevallingsverlof.	Zwangerschaps- en bevallingsuitkering, 100% van het dagloon	De 'normale' regels bij ziekte zijn van toepassing

Meer weten? Op de website van het UWV kun je meer lezen over zwangerschap en ziekte. Gebruik hiervoor de zoekterm 'ziek zwangerschap uuv'.

Weer aan het werk na je bevallingsverlof

Tot 6 maanden na de bevalling heb je recht op dezelfde aangepaste werktijden als tijdens je zwangerschap. Je hebt ook recht op ouderschapsverlof. Geef je borstvoeding? Dan is het voedingsrecht van toepassing. Lees hieronder meer over het ouderschapsverlof en het voedingsrecht.

Ouderschapsverlof

Je hebt recht op ouderschapsverlof totdat je kind 8 jaar oud is. In totaal heb je recht op maximaal 26x het aantal werkuren per week ouderschapsverlof. Bij een werkweek van 36 uur heb je bijvoorbeeld recht op (26 x 36 =) 936 uur ouderschapsverlof.

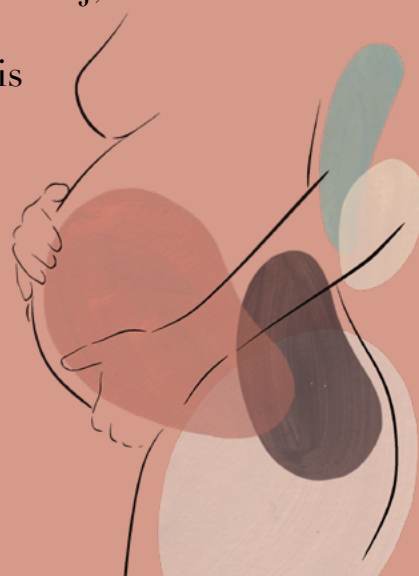
Een deel van de verlofuren wordt voor 70% uitbetaald door het UWV. Het gaat dan om maximaal 9 weken in het eerste levensjaar van je kind. Je hoeft deze 9 weken niet aaneengesloten op te nemen. De overige verlofuren worden door sommige werkgevers geheel of gedeeltelijk uitbetaald. Informeer bij je leidinggevende of de HR-afdeling of jouw werkgever dit ook doet.

Voedingsrecht (als je borstvoeding geeft)

Ga je borstvoeding geven? Dan is het voedingsrecht van toepassing. Dit betekent dat je de eerste 9 maanden na de bevalling mag kolven of je baby borstvoeding mag geven onder werktijd. Dit mag maximaal $\frac{1}{4}$ van je werkdag in beslag nemen, dus bijvoorbeeld 2 uur als je 8 uur per dag werkt. Deze uren hoeft je niet in te halen en je hebt nog steeds recht op pauze.

Wil je gebruikmaken van het voedingsrecht? Laat dit dan op tijd weten aan je leidinggevende of de HR-afdeling van je werkgever. De werkgever moet zorgen dat er een kolfruimte voor je is, die voldoet aan de volgende eisen:

- De deur kan op slot en er is voldoende privacy.
- De ruimte is vrij van gevaarlijke stoffen, tochtvrij, met aanvoer van frisse lucht.
- Er staat een bed, rustbank, koelkast en het is mogelijk om flessen te reinigen.
- Er is eventueel een stopcontact.



× Vrouwenrechtswinkel
×
× Amsterdam



Ga direct aan de slag!

Download op onze website het zwangerschapsformulier om samen met jouw werkgever in te vullen. Ga hiervoor naar de pagina *'Pers, Tools & Onderzoek'*.

Lees verder

Deze folder is met zorg samengesteld en geeft je hopelijk een beeld van je rechten en plichten als zwangere werknemer. De informatie is echter ook beknopt en algemeen. Onderstaande websites gaan dieper in op het onderwerp 'zwangerschap en werk', maar bieden daarnaast ook andere informatie die mogelijk interessant is.

- vraagclara.nl
- womeninc.nl/wp-content/uploads/2022/08/Verlofregelingen-2022.pdf
- womeninc.nl/zwangerschapsdiscriminatie
- rijksoverheid.nl/onderwerpen/zwangerschap-en-geboorte
- uww.nl/particulieren/zwanger-adoptie-pleegzorg/zwanger-met-werkgever/index.aspx

Deze informatiefolder is een initiatief van de Vrouwenrechtswinkel Amsterdam. Vrouwen kunnen hier terecht voor gratis juridisch advies.

Bekijk voor meer informatie vrouwenrechtswinkelamsterdam.nl