

Gesprekshulp: zwangerschapsaankondiging bij je werkgever

1) Algemene informatie

Aantal weken zwanger: _____ weken.

Uitgerekende datum: _____

Datum van het gesprek met je werkgever: _____

Aanwezig bij het gesprek: _____

2) Mijn wensen voor het zwangerschapsverlof

Ik wil graag met betaald zwangerschapsverlof vanaf:

- 6 weken voor mijn uitgerekende datum (namelijk op: _____)
- 5 weken voor mijn uitgerekende datum (namelijk op: _____)
- 4 weken voor mijn uitgerekende datum (namelijk op: _____)

Ik lever de zwangerschapsverklaring van mijn verloskundige of gynaecoloog in op deze datum: _____ , bij deze persoon: _____

3) Mijn rechten tijdens de zwangerschap

Ik verwacht van de volgende rechten gebruik te willen maken:

- Medische afspraken onder werktijd (verloskundige, gynaecoloog, etc.)
- Voorlichting over mijn rechten en plichten tijdens de zwangerschap
- Inzage in de Risico Inventarisatie & Evaluatie m.b.t. mijn zwangerschap
- Extra pauze gedurende mijn werkdag (max. 1/8 van mijn werktijd)
- Een rustplek met bed of bank
- Vrijstelling van overuren
- Vrijstelling van nachtdiensten/onregelmatige diensten
- Tijdelijk ander werk vanwege gevaarlijke werkzaamheden (bijv. chemicaliën, straling)
- Vrijstelling van zware fysieke arbeid

Deze rechten gaan in vanaf deze datum: _____

Mijn werkgever gaat de volgende stappen ondernemen om mijn rechten toe te kennen:

4) Afspraken over contact met werkgever

Mijn contactpersoon voor het regelen van praktische zaken rondom mijn zwangerschap is:

Medische problemen die mijn werk beïnvloeden, kan ik bespreken met: _____

Als er problemen/conflicten zijn, kan ik terecht bij: _____

Als ik iets wil wijzigen in mijn verlof of andere afspraken geef ik dat door aan: _____

Als mijn werkdruk te hoog blijkt te zijn, bespreek ik dat met: _____

5) Afspraken over terugkomst na mijn verlof

De eerste dag na mijn verlof wordt: _____

5.1) Na mijn verlof...

- Blijf ik evenveel uren werken als nu
- Wil ik minder uren werken, namelijk: _____ per week
- Wil ik meer uren werken, namelijk: _____ per week

5.2) Na mijn verlof...

- Behoud ik dezelfde functie als ik nu heb
- Krijg ik een andere functie, namelijk: _____

5.3) Na mijn verlof...

- Behoud ik hetzelfde salaris als ik nu verdien
- Ga ik meer verdienen dan nu, namelijk € _____
- Ga ik minder verdienen dan nu, namelijk € _____

6) Rechten na je zwangerschap

Van de volgende rechten wil ik (waarschijnlijk) graag gebruikmaken na mijn verlof:

- Een afsluitbare, afgeschermdde kolfr ruimte met koelkast en (comfortabele) zitplek
- Tijd om te kolven of borstvoeding te geven tijdens werkuren
- Een veilige werkomgeving
- Inzage in de Risico Inventarisatie & Evaluatie m.b.t. borstvoeding
- Ouderschapsverlof

7) Eventuele verdere afspraken/opmerkingen:

NB: Je werkgever mag de rechten in dit document niet weigeren, tenzij onomstotelijk kan worden aangetoond dat het bedrijf daardoor ernstige schade lijdt. Word je door je werkgever benadeeld tijdens of vanwege je zwangerschap? Maak hiervan altijd melding bij het College voor de Rechten van de Mens. Houd de gemaakte afspraken zoveel mogelijk schriftelijk bij. Zo heb je de grootste kans om aan te tonen dat er sprake is van zwangerschapsdiscriminatie. Dit document is gebaseerd op de actuele wetgeving in mei 2019 in Nederland.