



# WERK EN ZWANGERSCHAP

Wat betekent dat voor jou? Bij de FNV krijgen we dagelijks vragen binnen over werk en zwangerschap. We hebben ze voor jou op een rijtje gezet. Doe er je voordeel mee.

MEI 2019



# WERK & ZWANGERSCHAP

**Als je zwanger bent, heeft dat invloed op je werk. Je gaat met zwangerschapsverlof. Wat moet je dan regelen? Wat zijn je rechten en je plichten? In deze folder lees je de antwoorden op de meest gestelde vragen. Meer informatie vind je op [fnv.nl/zwangerschapsverlof](https://fnv.nl/zwangerschapsverlof). Liever via een app? Download de gratis FNV app Werk & Zwangerschap en vind alles over zwanger- en ouderschap.**

## WAT MOET JE REGELEN?

Als je zwanger bent moet je van alles regelen, ook op je werk:

- vertellen aan je werkgever;
- je werktijden en werkomstandigheden bekijken;
- verlof regelen.

## VEILIG & GEZOND

### HOE GA JE OM MET OVERWERK EN WERKTIJDEN?

Tijdens je zwangerschap en tot 6 maanden na je bevalling ben je niet verplicht om over te werken. Als je je werktijden wilt aanpassen, doe dit dan in overleg met je werkgever. Ook heb je recht op extra (doorbetaalde) pauze.

### HOE KAN JE JE VEILIGHEID GARANDEREN TIJDENS JE WERK?

Je werkgever moet zorgen voor een veilige en gezonde werkplek. Hij/zij is verantwoordelijk voor de maatregelen die de veiligheid en gezondheid van jou en je baby garanderen. Denk aan de risico's van o.a. geluid, gevaarlijke stoffen, lichamelijk zwaar werk, stress, werkdruk en temperatuur. Vraag dit na bij je leidinggevende of de Arbodienst. Ben je FNV-lid, bel dan het FNV Arbo Adviespunt: **088 - 368 0 609** of stel je vraag per e-mail: [arbo-adviespunt@fnv.nl](mailto:arbo-adviespunt@fnv.nl)

### WAT ALS JE ZIEK WORDT TIJDENS JE ZWANGERSCHAP?

Als je ziekte verband houdt met je zwangerschap, bijvoorbeeld bij een hoge bloeddruk of bekkeninstabiliteit, meld dat dan bij je werkgever. Hij kan een uitkering aanvragen om de vervanging te bekostigen en jij behoudt je salaris. Ontvang je een WW- of AOW-uitkering, dan moet je je ziek melden bij het UWV. Ziek in de laatste 6 weken voor je bevallingsdatum? Check de website [fnv.nl/zwanger-ziekte](https://fnv.nl/zwanger-ziekte).

## **OP JE WERK**

### **MAG JE EXTRA PAUZES NEMEN ALS JE ZWANGER BENT?**

Vanaf je zwangerschap tot en met 6 maanden na de bevalling mag je maximaal 1/8e deel van je arbeidsduur extra pauzeren. Dat is 1 uur extra pauze als je 8 uur per dag werkt. Je werkgever moet deze extra pauze gewoon doorbetalen. Hij kan vragen om een zwangerschapsverklaring van je verloskundige of gynaecoloog.

### **KRIJG JE DOORBETAALD BIJ DOKTERSBEZOEK?**

Je werkgever moet je de mogelijkheid geven om tijdens je zwangerschap regelmatig een arts of verloskundige te bezoeken. Hij mag daarvoor geen loon inhouden. Weigert je werkgever je door te betalen of ontstaat er een ander conflict? Als FNV-lid kan je contact opnemen met de FNV.



## **VERLOF VOOR, TIJDENS EN NA JE ZWANGERSCHAP**

### **WAT IS EEN ZWANGERSCHAPSVERKLARING?**

Dit is een verklaring dat je zwanger bent met daarop de uitgerekende datum. Je kunt deze opvragen bij je verloskundige of gynaecoloog. Hiermee meldt je werkgever je aan bij het UWV, zodat hij een uitkering krijgt om je salaris mee door te betalen.

## WAT HOUDT ZWANGERSCHAPS- EN BEVALLINGSVERLOF IN?

Als je zwanger bent, heb je recht op zwangerschaps- en bevallingsverlof. Dit bestaat uit in totaal 16 weken: 4 tot 6 weken voorafgaand aan de bevalling en 10 tot 12 weken na de bevalling. De precieze duur van je bevallings- en zwangerschapsverlof is afhankelijk van je uitgerekende en daadwerkelijke bevallingsdatum. Voor meer informatie en rekenvoorbeelden ga naar [fnv.nl/zwanger](https://fnv.nl/zwanger).

## HOE LANG VAN TE VOREN MOET JE ZWANGERSCHAPSVERLOF AANVRAGEN?

Je moet je werkgever uiterlijk 3 weken van tevoren de datum laten weten waarop je met zwangerschapsverlof wilt. Het is beter om dit eerder te doen zodat je werkgever tijdig vervanging voor je kan regelen. Meld je werkgever binnen 2 dagen na de bevalling dat je bevallen bent.

## WORD JE DOORBETAALD TIJDENS JE ZWANGERSCHAPSVERLOF?

Tijdens je zwangerschaps- en bevallingsverlof wordt je loon volledig doorbetaald. Jouw werkgever ontvangt daarvoor een uitkering van het UWV. Ben je zwanger van een meerling (tweeling of meer), dan heb je recht op langer zwangerschapsverlof. Dit verlof gaat 10 tot uiterlijk 8 weken voor de uitgerekende bevallingsdatum in.

## WERK & ZWANGERSCHAP ONTSLAG TIJDENS ZWANGERSCHAP

Tijdens je zwangerschaps- en bevallingsverlof tot en met 6 weken na het hervatten van je werk mag je niet ontslagen worden. Is je werkgever toch van plan om je in deze periode te ontslaan, neem dan contact op met de FNV. Als je in aanmerking wilt komen voor een uitkering in het kader van zwangerschaps- en bevallingsverlof, moet je ervoor zorgen dat je ontslag uiterlijk 10 weken voor je uitgerekende bevallingsdatum ingaat. Reken dus goed uit wanneer je je ontslag wil laten ingaan en denk aan je opzegtermijn.

**Let op:** Als je zelf ontslag neemt, ben je verwijtbaar werkloos. Hierdoor vervalt bijvoorbeeld je recht op WW. Lees meer op [fnv.nl/ontslag](https://fnv.nl/ontslag) voordat je ontslag neemt. Ben je lid? Dan kun je ook bellen met het FNV Contactcenter via **088 - 368 0 368**.

## ZWANGER EN SOLLICITEREN

Je bent bij een sollicitatie niet verplicht te melden dat je zwanger bent. Je toekomstige werkgever mag er ook niet naar vragen. Je hoeft geen antwoord te geven

op vragen naar je toekomstplannen als het gaat om kinderen. Soms zal een aanstaande werkgever willen dat je een medische keuring ondergaat. Maar dat mag in slechts enkele gevallen en is niet bedoeld om te kijken of je zwanger bent.

## ZZP-ER EN ZWANGER

Als zwangere zzp'er heb je ook recht op een uitkering van ten minste zestien weken: de Zelfstandig en Zwanger-regeling, ZEZ. De hoogte van de uitkering is maximaal 100% van het wettelijk bruto minimumloon. Kijk voor meer informatie op: [fnvzzp.nl/themas/zelfstandig-en-zwanger](http://fnvzzp.nl/themas/zelfstandig-en-zwanger).

i

### DE FNV IS ER VOOR JOU

Meer informatie over werk en zwanger vind je op [fnv.nl/zwanger](http://fnv.nl/zwanger). Wil je meer weten over wat er na je zwangerschapsverlof mogelijk is, kijk dan op [fnv.nl/ouderschapsverlof](http://fnv.nl/ouderschapsverlof). Liever via een app? Download de gratis FNV app Zwanger en Werken en vind alles over zwanger- en ouderschap. Als FNV-lid kan je ook persoonlijk contact opnemen met de FNV via **088 - 368 0 368** (gebruikelijke belkosten). Of loop binnen bij een van onze vakbondshuizen bij jou in de buurt. Doe er je voordeel mee als FNV-lid!

### SAMEN STAAN WE STERKER!

Word nu lid of maak een collega lid van de FNV. Kijk voor meer info over voordelen en contributie op [fnv.nl/lidworden](http://fnv.nl/lidworden). Meld je een nieuw lid aan, dan ontvang je een wervingspremie.



To translate this flyer, see [fnv.nl/translate](http://fnv.nl/translate)

Aby przetłumaczyć tę ulotkę, zobacz [fnv.nl/translate](http://fnv.nl/translate)

Hoewel deze folder met de grootste zorg is samengesteld, kan het zijn dat bepaalde informatie niet (meer) correct is. Er kunnen dan ook geen rechten worden ontleend aan de inhoud van de folder. De FNV aanvaardt geen aansprakelijkheid voor de eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit het gebruik van gegevens uit deze uitgave.

