

Checklist Zwangere werknemers

Maatregelen voor uw zwangere werknemer

- De werknemer heeft het recht om het werk af te wisselen met extra pauzes van ten minste 15 minuten die totaal ten hoogste 1/8 deel van de voor haar geldende werktijd in beslag nemen. Deze pauzes gelden als werktijd.
- De werknemer heeft het recht werk te verrichten in een bestendig en regelmatig werk- en rusttijdenpatroon en kan niet verplicht worden tot overwerk of nachtdienst. Dit laatste tenzij de werkgever aannemelijk maakt dat dit redelijkerwijs niet van hem kan worden gevegd.
- Zorg voor een afsluitbare ruimte, uitgerust met een bed(bank), zodat de werknemer kan rusten.
- De werknemer kan tot 6 maanden na de bevalling aanspraak maken op deze - rechten.
- Voorkom zo veel mogelijk dat uw werknemer moet bukken, hurken en knielen. De laatste drie maanden zelfs niet meer dan eenmaal per uur.
- Het is toegestaan dat de werknemer staand werkt mits er een mogelijkheid is om te kunnen zitten als het werk het toelaat of als hieraan behoefte is.
- De werknemer moet de mogelijkheid hebben voor zwangerschapsonderzoek onder werktijd.
- Als de werknemer het werk niet veilig en gezond kan uitvoeren, dient u tijdelijk ander werk aan te bieden. En als dat niet mogelijk is kan de werknemer vrijgesteld worden van werken.
- Sommige concentraties van chemische stoffen en ioniserende straling zijn gevaarlijk en dienen vermeden te worden tijdens de zwangerschap en bij het geven van borstvoeding.
- De werknemer mag tijdens de zwangerschap niet blootgesteld worden aan sterke lichaamstrillingen of schokken.

Maatregelen voor uw werknemster die haar kind zelf voedt

- De werknemster moet het werk kunnen onderbreken voor het geven van borstvoeding of om moedermelk af te kolven.
- De werknemster moet u erover inlichten dat zij haar kind borstvoeding gaat geven. Zo weet u dat u een ruimte beschikbaar moet hebben. Zij heeft pas recht op de maatregelen als zij gemeld heeft dat ze borstvoeding geeft.
- De werknemster mag zo vaak en zo lang als nodig is tijd nemen om borstvoeding te geven of af te kolven. Maar maximaal een kwart van de werktijd, tot negen maanden na de bevalling.
- U kunt uw werknemster tegemoetkomen door te zorgen voor een koelkast waar zij de gekolfde melk tijdelijk kan bewaren.

Lactatieruimte

- Als werkgever bent u ook verplicht een ruimte binnen het bedrijf te hebben waar uw werknemster borstvoeding kan geven of kan kolven, de zogenaamde 'lactatieruimte'.
- Waar moet deze lactatieruimte aan voldoen?
- De ruimte moet van binnen kunnen worden afgesloten.
- De ruimte moet voldoende privacy bieden (dus geen inkijk).
- De ruimte moet geschikt zijn om uit te kunnen rusten.
- In de ruimte moet liefst een (opvouwbaar) bed of een rustbank staan.
- U moet uw werknemster inlichten over de lactatieruimte.
- U mag de lactatieruimte gecombineerd gebruiken. Bijvoorbeeld met een EHBO--kamer, spreekuurkamer van de dokter of vergaderkamer. De ruimte kan ook worden gebruikt als de vereiste rustruimte voor zwangere werknemsters.