

De UT is als werkgever verplicht om de gezondheid van moeder en kind tijdens de zwangerschap en periode van borstvoeding zo goed mogelijk te beschermen. Dit betekent dat het werk zo moet worden georganiseerd dat zwangere medewerksters en jonge moeders veilig en gezond kunnen werken en dat het werk geen negatieve invloed heeft op de zwangerschap of de borstvoeding.

Uitgangspunt hierbij is dat men tijdens de zwangerschap en periode van borstvoeding zoveel mogelijk het eigen werk kan blijven doen, in de eigen functie en op de eigen werkplek. Dit sluit aan op de relevante wet- en regelgeving (zie bijlage 1).

1. AANDACHTSPUNTEN ARBOBELEID ZWANGERE MEDEWERKSTERS UNIVERSITEIT TWENTE

Per faculteit/dienst binnen de UT dient bekend te zijn welke gevaren er op de werkplek zijn voor zwangere medewerksters en jonge moeders, welke maatregelen noodzakelijk om de gevaren te voorkomen en hoe medewerkers worden geïnformeerd over deze gevaren en maatregelen. Uitgangspunt hiervoor is de risico-inventarisatie en evaluatie (RI&E) van de faculteit/dienst.

1.1 RISICO-INVENTARISATIE EN EVALUATIE

Elke faculteit/dienst binnen de UT is verplicht om een RI&E op te stellen. Hierin staat beschreven hoe medewerkers veilig en gezond kunnen werken, inclusief een inventarisatie van de specifieke risico's voor medewerksters tijdens de zwangerschap en de periode van de borstvoeding.

Voor de technische faculteiten betekent dit dat o.a. voldaan moet worden aan de aanvullende registratieplicht van voor de voortplanting giftige stoffen (zie UT-richtlijn werken met kankerverwekkende en reprotoxische stoffen). Naast het werken met chemische stoffen zijn er ook andere risico's tijdens de zwangerschap en/of periode van borstvoeding. Dit zijn:

Fysiek zwaar werk

Tijdens de zwangerschap mag een medewerkster niet verplicht worden om zwaar lichamelijk werk te doen, zoals zwaar tillen, trekken, duwen of dragen en het staande bedienen van voetpedalen. Zeker in de laatste drie maanden voor de bevalling is het beter om dit zware werk zoveel mogelijk te beperken. Voorkomen moet worden dat zwangere medewerksters lang staan of zitten (langer dan 4 uur achtereen). In de laatste drie maanden van de zwangerschap is vaker dan één keer per uur bukken, hurken of knielen niet toegestaan. Het handmatig tillen van zware lasten moet zoveel mogelijk beperkt worden. Is tillen toch nodig, dan moet de in één handeling te tillen last minder zijn dan tien kilo. Vanaf de twintigste week van de zwangerschap mag niet vaker dan tien

keer per dag meer dan vijf kilo worden getild. Vanaf de dertigste zwangerschapsweek mag niet vaker dan vijf keer per dag meer dan vijf kilo worden getild.

Ioniserende straling

Het ongeboren kind is zeer gevoelig voor ioniserende straling, met name tussen de achtste en vijftiende week van de zwangerschap. In de [regeling Stralingsbescherming UT](#) is opgenomen dat de blootstelling van de zwangere vrouw tijdens haar beroepswerkzaamheden zo gering dient te zijn als redelijkerwijs haalbaar is. De arbeidsomstandigheden dienen van zodanige aard te zijn dat gewaarborgd is dat de equivalente dosis voor de foetus gedurende de rest van de zwangerschap niet meer dan 1 mSv bedraagt. Hieraan kan worden voldaan door de zwangere medewerkster niet in te delen in categorie A of categorie B (zie [regeling Stralingsbescherming UT](#)).

Niet-ioniserende straling

Van alle typen straling die vallen in de categorie niet-ioniserende straling kunnen bepaalde vormen van radiofrequentevelden en extreem laag frequente (ELF) velden leiden tot nadelige effecten op het ongeboren kind. In de zwangerschap kan blootstelling aan radiofrequente elektromagnetische velden door ernstige hyperthermie (opwarming) van het ongeboren kind leiden tot aangeboren afwijkingen. Het schadelijke frequentiegebied ligt tussen 80 MHz en 1500 MHz, waarbij de precieze frequentie afhankelijk is van de grootte van het ongeboren kind en dus verandert in de zwangerschap.

Voor het ongeboren kind wordt de norm voor de algemene bevolking gehanteerd, die vijf keer lager is dan die voor de beroepsbevolking. Blootstelling van een zwangere medewerkster aan de voor haar hoogst toelaatbare dosis, kan voor het ongeboren kind dus te hoog zijn.

Het in de zwangerschap uitvoeren van werkzaamheden waarbij blootstelling plaatsvindt aan hoge veldsterkte van ELF-velden, en aan sterke RF-velden is derhalve niet toegestaan. Zie voor meer informatie de [richtlijn werken met niet-ioniserende straling](#). Blootstelling van zwangere medewerksters aan elektromagnetische straling boven de norm voor dragers van pacemakers (0,5 mT) dient te worden voorkomen in verband met nog onbekende risico's.

Straling van bijvoorbeeld beeldschermen en elektrische apparaten levert in het algemeen geen extra problemen op tijdens de zwangerschap. Ook ultraviolette straling, zichtbaar licht en infrarode straling leveren voor zwangere medewerksters geen extra problemen op.

Trillingen

De kans op rugklachten door blootstelling aan lichaamstrillingen is door de zwangerschap verhoogd. Daarnaast leidt blootstelling aan lichaamstrillingen tot een hoger risico op vroeg- en doodgeboorte.

Een zwangere medewerkster mag bij een achturige blootstelling (de gehele werkdag) niet worden blootgesteld aan lichaamstrillingen of -schokken met een versnelling van meer dan $0,25 \text{ m/s}^2$. Bij een kortere blootstellingsduur zijn hogere versnellingen

toelaatbaar. De daarvoor geldende regels komen er op neer dat bij een verdubbeling van de trillingssterkte de toegelaten blootstellingstijd met een factor vier wordt verminderd. Aan een trillingssterkte van $0,5 \text{ m/s}^2$ mag een zwangere medewerkster dus twee uur per dag worden blootgesteld.

Als de blootstelling aan trillingen niet onder de 'dosis' van een achturige blootstelling aan $0,25 \text{ m/s}^2$ kan worden gehouden, mogen deze werkzaamheden gedurende de zwangerschap niet worden verricht.

Schadelijk geluid

Blootstelling aan geluidsniveaus boven de 80 dB(a) en piekgeluiden boven de 200 Pa (wordt 112 Pa) moeten worden voorkomen. Met name het ongeboren kind is gevoelig voor schadelijk geluid.

Ultrasone trillingen en ultrageluid

Direct contact met ultrasone trillingen kunnen schadelijke effecten hebben op het ongeboren kind. Een ultrasone trilling is een mechanische trilling die zich met de geluidssnelheid voortplant in een vaste stof, in een vloeistof of in de lucht. Ultrageluid ontstaat als de ultrasone trilling de mechanische energie naar de lucht afgeeft. Ultrageluid is voor de mens niet hoorbaar; het is geluid met een kleine golflengte en een frequentie boven de 20 kHz.

Direct contact van het lichaam met de vaste stof of de vloeistof waarin de ultrasone trilling zich voortplant kan leiden tot weefselbeschadiging. Het ongeboren kind is hier over het algemeen gevoelig voor. Weefselbeschadiging bij het ongeboren kind kan leiden tot aangeboren afwijkingen.

De zwangere medewerkster mag derhalve niet worden verplicht om in direct contact te komen met een ultrasonore trillingsbron. Voor ultrasonore luchttrillingen met frequenties boven 20 kHz geldt als voorlopige grenswaarde 110dB(A) per tertsband.

Biologische agentia

Binnen de UT wordt op zeer beperkte schaal gewerkt met biologische agentia. In de RI&E dient een overzicht opgenomen te zijn van de agentia waarvoor een gerede kans op blootstelling bestaat in de werksituatie en welke in de zwangerschap en/of in de periode van borstvoeding een specifiek of groter risico zijn. Zie voor meer informatie [de richtlijn gericht werken met biologische agentia en genetisch gemodificeerde organismen.](#)

Op basis hiervan kan besloten worden het geven van een vaccinatie of het niet verrichten van bepaalde werkzaamheden gedurende de zwangerschap en/of periode van borstvoeding. Zwangere medewerksters worden niet gevaccineerd tegen hepatitis B. Eventueel kan wel Hepatitis B immuunglobulinen worden toegediend na een verdacht incident.

In bijlage 2 is een samenvatting opgenomen van de arbeidsrisico's en specifieke maatregelen (niet-limitatief) tijdens de zwangerschap en de periode van borstvoeding

1.2. VOORLICHTING

Op grond van de arbowet moeten alle medewerkers worden voorgelicht over de risico's van het werk en over de genomen en te nemen maatregelen om veilig en gezond te werken. Hierbij wordt een onderscheid gemaakt tussen voorlichting voor (nieuwe) medewerkers en voorlichting voor medewerksters die zwanger zijn. T.a.v. de risico's van het werken met stoffen die de voortplanting schaden dienen ook mannelijke medewerkers die met dergelijke stoffen werken, voorlichting te krijgen. Dit is niet opgenomen in deze regeling, hiervoor wordt verwezen naar de UT-regeling werken met kankerverwekkende en reprotoxische stoffen.

1.2.1 Voorlichting nieuwe medewerkers

Nieuwe medewerkers ontvangen bij indiensttreding informatie over het veiligheid-, gezondheid- en milieubeleid binnen de UT. Afhankelijk van de werkzaamheden (bijvoorbeeld werkzaamheden op een chemisch laboratorium) ontvangt een nieuwe medewerker informatie over de veiligheidsregels bij het werken op een lab. Bij de aanwezigheid van voor de voortplanting giftige stoffen wordt hierbij ingegaan om welke stoffen het gaat, de mogelijke gevaren voor de gezondheid en welke veiligheidsvoorschriften gelden ter voorkoming van blootstelling (b.v. werken in zuurkast/handschoenen enz. enz.).

1.2.2 Voorlichting zwangere medewerkster

Nadat de medewerkster bij de leidinggevende heeft gemeld zwanger te zijn draagt de leidinggevende er voor zorg dat voorlichting wordt gegeven over de mogelijke gevaren voor de zwangere medewerkster en het ongeboren kind. De informatie van het RIVM over zwangerschap en werk kan hiervoor gebruikt worden. Daarnaast dient (indien van toepassing) specifiek te worden ingegaan op de werkzaamheden met voor de voortplanting giftige stoffen binnen de eenheid en de mogelijk andere aanwezige risico's tijdens de zwangerschap en periode van borstvoeding. Basis hiervoor is de RI&E van de eenheid. De uitvoering van de werkzaamheden moet zodanig zijn dat de werkzaamheden veilig en gezond kunnen worden uitgevoerd. Indien hier twijfel over bestaat of in geval de zwangere medewerkster problemen heeft met bepaalde werkzaamheden worden nadere afspraken gemaakt die gedurende de zwangerschap en/of periode van borstvoeding gelden (aanpassing werk/ander werk). De afspraken worden schriftelijk vastgelegd (zie voorbeeld in bijlage 3) en dit formulier wordt door de leidinggevende en zwangere medewerkster ondertekent.

1.3. BORSTVOEDING EN WERK

De leidinggevende voorziet in de mogelijkheid om het werk na het bevallingsverlof te combineren met het geven van borstvoeding. Gedurende de eerste negen maanden na de bevalling mag een medewerkster het werk onderbreken voor kolven of het geven van borstvoeding. Dat mag zo vaak en zo lang als nodig is, maar niet meer dan een kwart van de arbeidstijd. Op de Campus zijn op diverse locaties kolfruimtes aanwezig.

2. IMPLEMENTATIE BINNEN DE UT

De zorg voor goede werkomstandigheden voor medewerkers met een kinderwens, zwangere medewerksters en medewerksters die borstvoeding geven is de eindverantwoordelijkheid van de leidinggevende. De leidinggevende kan hierin worden bijgestaan door deskundigen (VGM-coördinator van de eenheid, bedrijfsarts arbodienst, HR-adviseur van de eenheid). De zwangere medewerkster is verantwoordelijk voor het melden in een zo vroeg mogelijk stadium van de zwangerschap en verwachte bevallingsdatum. Ook dient ze aan te geven welke werkzaamheden voor haar te belastend zijn en welke aanpassingen gewenst zijn. Als bepaalde aanpassingen niet mogelijk zijn, dient dit beargumenteerd te worden (zie hiervoor § 1.2.2). De HR-adviseur kan de leidinggevende adviseren over tijdelijke aanpassing van de werkzaamheden van de medewerker en mogelijkheden tot vervanging bij zwangerschap en/of ouderschapsverlof. De VGM-coördinator kan adviseren over de (beheersing van) risico's. De bedrijfsarts is degene die kan beoordelen welke belastbaarheid de zwangere heeft. Toezicht op de aanpassing van de werkzaamheden (de te nemen maatregelen) wordt uitgevoerd door de (direct) leidinggevende.

Wanneer een zwangere medewerkster door de aard van haar werkzaamheden deze (gedeeltelijk) niet kan uitvoeren, kan via de bedrijfsarts van de arbodienst een beroep worden gedaan op de Wet Arbeid en Zorg (WAZO). Zoals bij alle ziektegevallen die vallen onder de Wet verbetering Poortwachter moet ook bij zwangere medewerksters gezocht worden naar passend ander werk.

BIJLAGE 1. SAMENVATTING VAN DE RELEVANTE WETGEVING

De Arbowet gaat ervan uit dat de werkzaamheden redelijkerwijs aangepast moeten kunnen worden, zodat de medewerkers gezonde kinderen kunnen grootbrengen en zwangere medewerksters zo lang als mogelijk hun, eventueel aangepaste werkzaamheden, kunnen voortzetten. Als dit niet kan, dient de werkgever aan te geven waarom een bepaalde aanpassing van het werk niet mogelijk is. Ook moet volgens de Arbowet (artikel 3.f) bij de samenstelling en toewijzing van taken rekening gehouden worden met de lichamelijke en geestelijke gesteldheid van de medewerker. Hiertoe dient in de risico-inventarisatie en –evaluatie en in het daaropvolgende plan van aanpak aandacht geschonken worden aan de risicogroep van zwangere medewerksters.

Afdeling 9 van hoofdstuk 1 van het Arbobesluit gaat ervan uit dat de normale arbeidsomstandigheden zo goed zijn dat geen aanpassing van het werk tijdens en direct na de zwangerschap en lactatie nodig is om nadelige gevolgen te voorkomen. Wanneer dit redelijkerwijs niet mogelijk is, moeten de nadelige gevolgen worden voorkomen door tijdelijke aanpassing van de werkmethoden en/of rusttijden. Als ook dit niet mogelijk is, moet de medewerker tijdelijk andere werkzaamheden kunnen verrichten of in het uiterste geval vrijgesteld worden van dienst.

Afdeling 3.48 van het Arbobesluit geeft aan dat er in de instelling een geschikte, af te sluiten besloten ruimte beschikbaar moet zijn of gelegenheid gemaakt kan worden, waar zwangere medewerksters rust kunnen nemen. Ook staat in het Arbobesluit (art. 4.109) dat zwangere medewerkers niet verplicht kunnen worden te werken met rubellavirus of toxoplasma gondii, twee pathogene micro-organismen, tenzij ze immuun ertegen zijn

Op grond van de Arbobeleidsregels (nr. 1.42) kan een zwangere medewerkster niet worden verplicht werkzaamheden uit te voeren met genotoxische kankerverwekkende, mutagene of reproductie-toxische stoffen. Voor stoffen uit de laatste categorie die niet behoren tot de eerste of tweede wordt een uitzondering gemaakt, als aangetoond kan worden dat het veilige blootstellingsniveau niet wordt overschreden.

Bij het werken met radioactieve stoffen en röntgentoestellen dient blootstelling van het ongeboren kind beperkt te blijven tot een limiet van 1 mSv gedurende de hele zwangerschap (Besluit Stralenbescherming, maart 2002).

Tijdens zwangerschap en gedurende de eerste drie maanden na de bevalling moet het tillen van gewichten zoveel mogelijk beperkt worden. Als er toch getild moet worden dan wordt de frequentie en het gewicht afhankelijk van het tijdstip in en na de zwangerschap beperkt (zie §2.1.1 van deze richtlijn). Ook mag na de 20^e week niet verplicht worden om dagelijks meer dan eenmaal per uur te hurken, knielen of bukken of staande voetpedalen te bedienen (Arbobeleidsregel 1.42).

De Arbeidswet 1919 (art. 10a) zegt dat voor zover redelijkerwijs mogelijk, vrouwen in de eerste 6 weken na de zwangerschap niet mogen werken. De Arbeidstijdenwet (art. 4:5 en 4:7) bepaalt dat de zwangere vrijgesteld kan worden van overwerk, onregelmatig werk en overwerk tot 6 maanden na de bevalling. Zo nodig heeft ze recht op extra rusttijden of een kortere werktijd tot een achtste deel van een dienst.

De moeder moet de gelegenheid hebben haar kind in werktijd te borstvoeding te geven in een daarvoor geschikte, af te sluiten ruimte tot maximaal 9 maanden na de geboorte (Arbeidswet 1919, art. 11, 2^e lid; Arbeidstijdenwet 4:8).

Arbobeleidsregel 8 geeft aan dat de werkgever voorlichting moet geven over de risico's voor zwangere medewerksters en medewerkers met kinderwens.

BIJLAGE 2. SAMENVATTING VAN DE ARBEIDSRISICO'S EN SPECIFIEKE MAATREGELEN (NIET-LIMITATIEF) TIJDENS DE ZWANGERSCHAP EN PERIODE VAN BORSTVOEDING

Uiteindelijk draait alles om het doelmatig voorkomen of beheersen van risico's in verband met zwangerschap. Voor mannen en vrouwen zijn maatregelen gericht op bescherming van de vruchtbaarheid altijd van belang. Als zwangerschap een feit is, kunnen ook specifieke maatregelen noodzakelijk zijn tijdens de zwangerschap, na de bevalling of in de periode van borstvoeding. Het treffen van maatregelen is maatwerk; de aard van het werk en de specifieke situatie bepalen welke maatregelen getroffen moeten worden. Ter illustratie zijn in onderstaande tabel per arbeidsrisico tijdens de zwangerschap, na de bevalling en tijdens de borstvoeding specifieke maatregelen voorgesteld. In de laatste kolom is opgenomen voor welke periode de maatregel relevant is.

Arbeidsrisico	Specifieke maatregelen	Periode
Gevaarlijke stoffen	Het verbieden van werk met loodwit, metallisch lood en zijn ionverbindingen tijdens de zwangerschap en de periode van borstvoeding.	Zwangerschap Borstvoeding
	Het voorkomen van blootstelling aan gevaarlijke stoffen die de gezondheid van de medewerkster in de zwangerschap en periode van borstvoeding, alsook de gezondheid van het (ongeboren) kind kunnen schaden. Dit zijn in ieder geval (a) stoffen met een genotoxische werking die via de moeder het ongeboren kind of de zuigeling kunnen bereiken, en (b) stoffen die via een niet-genotoxische werking die door de blootstelling van de moeder de gezondheid van het ongeboren kind of zuigeling kunnen schaden.	Zwangerschap Borstvoeding
	Het beoordelen van noodzakelijke persoonlijke beschermingsmiddelen op het comfort en bruikbaarheid tijdens de zwangerschap (met oog op de belastbaarheid). Dit kan in ieder geval een rol spelen bij ademhalingsbescherming en beschermende kleding.	Zwangerschap
Fysieke belasting	Het voorkomen van zware fysieke belasting en vermoeidheid voor de zwangere medewerkster.	Zwangerschap
	Het voorkomen dat de zwangere medewerkster genoodzaakt is te bukken, hurken of knielen. Dit betekent dat maatregelen genomen moeten worden om ervoor te zorgen dat de hoogte waar de handen het werk moeten doen niet lager is dan buikhoogte. Als dit niet mogelijk is moeten zwangere medewerkers in de laatste drie maanden van de zwangerschap worden vrijgesteld van deze werkzaamheden (het maximum is tijdens de laatste drie maanden: eenmaal per uur hurken, knielen, bukken of staande voetpedalen bedienen). Bij het staand bedienen van voetpedalen verdient het aanbeveling na te gaan of het werk ook zittend kan worden uitgevoerd.	Zwangerschap
	Het voorkomen dat de zwangere medewerkster of de medewerkster tot 3 maanden na de bevalling genoodzaakt is handmatig te tillen. Als dit niet mogelijk is, geldt als maximum: 1. 10 kg in 1 handeling gedurende de zwangerschap en de periode 3 maanden na de bevalling; 2. 10 keer 5 kg per dag, vanaf de 20-ste week van de zwangerschap; 3. 5 keer 5 kg per dag, vanaf de 30-ste week van de zwangerschap. Het inzetten van tilhulpmiddelen is een concrete maatregel die in bepaalde gevallen uitkomst kan bieden. Bij het aanpakken van het tillen moet wel vermeden worden dat de medewerkster op andere wijze kracht moet zetten, bijvoorbeeld bij duwen en trekken. Als het voorkomen van tillen en kracht zetten niet mogelijk is, is het vrijstellen van deze werkzaamheden in bepaalde fasen van de zwangerschap en na de bevalling noodzakelijk.	Zwangerschap Na bevalling
	Het geven van zwangerschapsspecifieke houdings- en bewegingsinstructie, zoals tiltechnieken.	Zwangerschap
Straling	Het voorkomen dat de equivalente dosis door het werk voor het ongeboren kind maximaal 1 mSv is (van het moment van melding van de zwangerschap tot aan het einde van de zwangerschap).	Zwangerschap
	Het vrijstellen van zwangere medewerkers van werkzaamheden die moeten leiden tot indeling in categorie A.	Zwangerschap
	Het vrijstellen van de medewerkster die borstvoeding geeft van handelingen waarbij een meer dan gering risico bestaat op radioactieve besmetting van het lichaam.	Borstvoeding
	Het uitsluiten van zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven van ontheffing van de in het Besluit stralingsbescherming bepaalde dosislimieten.	Zwangerschap Borstvoeding
	Het vrijstellen van de zwangere medewerkster van werkzaamheden waarbij blootstelling plaats kan vinden aan hoge veldsterkte van ELF-velden, en aan sterke RF-velden.	Zwangerschap
Trillingen	Het voorkomen dat een zwangere medewerkster bij het werk wordt blootgesteld aan lichaamstrillingen of schokken met een versnelling van meer dan 0,25 m/s ² . Deze grenswaarde geldt bij een achturige blootstelling.	Zwangerschap
Geluid	Het vrijstellen van de zwangere medewerkster van werk waarbij zij wordt blootgesteld aan equivalente geluidniveaus boven de 80dB(A) en piekgeluiden boven 112 Pa (de actiewaarde voor piekgeluiden uit de nieuwe EG-richtlijn over lawaai).	Zwangerschap

Ultrasone trillingen en ultrageluid	Het vrijstellen van werkzaamheden van een zwangere medewerkster waarbij een direct contact met een ultrasone trillingsbron kan optreden of waarbij de voorlopige grenswaarde voor ultrasone luchtrillingen (110 dB(A) per tertsband) wordt overschreden.	Zwangerschap
Biologische agentia	Het vaststellen van de immuniteit van zwangere medewerksters voor Toxoplasma en het Rubellavirus. In principe is het vaststellen van de immuniteit voor alle biologische agentia van belang die schadelijk kunnen zijn in verband met zwangerschap.	Zwangerschap
	Het verbieden van het werken met Toxoplasma en Rubellavirus tijdens de zwangerschap, tenzij is gebleken dat de medewerkster hiervoor immuun is.	Zwangerschap
	Het voorkomen van blootstelling aan biologische agentia die schadelijk kunnen zijn in verband met zwangerschap.	Zwangerschap
	Het vaccineren van medewerksters met een kinderwens die werken met of in het werk gereede kans hebben om bloot te staan aan voor de zwangerschap schadelijke biologische agentia. Vaccinatie is een mogelijkheid, geen verplichting.	Voorafgaand aan zwangerschap
	Het beschikbaar hebben van - in geval van besmetting - een curatief behandelplan waarbij de therapeutische maatregelen (zoals geneesmiddelen) geen schadelijke effecten kunnen hebben voor het (ongeboren) kind of de borstvoeding.	Zwangerschap Borstvoeding
	Het beoordelen van noodzakelijke persoonlijke beschermingsmiddelen op het comfort en bruikbaarheid tijdens de zwangerschap (met oog op de belastbaarheid). Dit kan in ieder geval een rol spelen bij ademhalingsbescherming en beschermende kleding.	Zwangerschap
Psychische belasting	Het vrijstellen van zwangere medewerksters van psychisch zeer belastende werkzaamheden, zoals het te woord staan van agressieve klanten.	Zwangerschap
	Het bevorderen van de zeggenschap in het werk, om zodoende de werkdruk te beperken.	Zwangerschap
	Het geven van sociale en psychologische ondersteuning van - voor de zwangere medewerkster - belangrijke functionarissen (zoals leidinggevend en collega's). Dit kan in de vorm van informele gesprekken of (frequenter) werkgesprekken.	Zwangerschap
Werk- en rusttijden	Het vrijstellen van zwangere en pas bevallen medewerksters van overwerk en nachtdiensten.	Zwangerschap Na bevalling
	Het geven van extra pauzes, een bestendig en regelmatig arbeids- en rusttijdenpatroon tijdens de zwangerschap en na de bevalling.	Zwangerschap Na bevalling
	Het geven van gelegenheid om zwangerschapsonderzoeken te ondergaan.	Zwangerschap
	Het geven van arbeidstijd aan de medewerkster die borstvoeding geeft of kolft.	Borstvoeding
Klimaat	Het vrijstellen van de zwangere medewerkster van het werken in onbehaaglijke klimaatomstandigheden.	Zwangerschap
Werken onder overdruk	Het verbieden van de zwangere medewerkster van het werken onder overdruk, waaronder duikarbeid en caissonarbeid.	Zwangerschap

BIJLAGE 3: AFSPRAKEN WERKZAAMHEDEN GEDURENDE DE PERIODE VAN ZWANGERSCHAP EN BORSTVOEDING

Voor de periode van tot uiterlijk 9 maanden na de bevalling.

Naam medewerkster:

Onderwerp	Knelpunten	Gemaakte afspraken
Voor de voortplanting giftige stoffen		
Fysiek zwaar werk		
Ioniserende straling		
Niet-ioniserende straling		
Trillingen		
Schadelijk geluid, Ultrasonie trillingen en ultrageluid		
Biologische agentia		
(Evt.) geven van borstvoeding		
Overig		

Voor akkoord leidinggevende:

(handtekening + datum):

Voor akkoord medewerkster:

(handtekening + datum):