

## **Op 3 november: landelijke 'Dag van de Zwangere Vrouw', een initiatief van het Geboorte Event**

### **Een dag van respect, aandacht en waardering voor iedere vrouw die nieuw leven draagt**

Op 3 november vindt de landelijke **Dag van de Zwangere Vrouw** plaats, een initiatief van het Geboorte Event, de plek waar aanstaande ouders in contact komen met lokale professionals en diensten. Met deze bewustwordingsdag wil het Geboorte Event aandacht vragen voor de bijzondere periode van zwangerschap en voor wat deze lichamelijk, mentaal en sociaal van een vrouw vraagt.

*"In onze drukke maatschappij wordt vaak gedacht dat zwangere vrouwen hun dagelijkse leven probleemloos kunnen voortzetten. In de praktijk vraagt een zwangerschap echter zowel lichamelijk als mentaal veel van vrouwen. Met de Dag van de Zwangere Vrouw willen we meer bewustzijn creëren en aandacht vragen voor het welzijn van iedere vrouw die nieuw leven draagt. Een zwangerschap is bijzonder, maar vraagt ook veel van een vrouw. Daar mogen we met meer respect en begrip bij stilstaan,"* zegt Rieneke Kroon, initiatiefnemer van Dag van de Zwangere Vrouw.

### **Meer bewustwording en begrip voor zwangere vrouwen**

Zwanger zijn is een periode van grote verandering, groei, kracht en kwetsbaarheid. Het lichaam verandert ingrijpend en ook mentaal en sociaal kan een zwangerschap veel impact hebben. Toch wordt van zwangere vrouwen vaak verwacht dat zij hun dagelijkse leven zoveel mogelijk blijven voortzetten. Juist daarom is meer bewustwording en begrip vanuit de hele samenleving belangrijk. Een zwangerschap vraagt soms om iets meer ruimte, rust of hulp dan we gewend zijn. Dat kan zitten in kleine, alledaagse dingen: een zitplaats aanbieden in het openbaar vervoer, even helpen met een zware boodschappentas of rekening houden met iemand die minder lang kan staan. Het zijn kleine gebaren, maar ze laten zien dat we oog hebben voor wat een zwangere vrouw doormaakt.

Zwanger zijn is een fysieke én emotionele periode van verandering, kracht en kwetsbaarheid. Toch is er nog relatief weinig aandacht voor de uitdagingen die zwangere vrouwen ervaren. Uit [onderzoek](#) van bedrijfsarts Monique van Beukering blijkt dat minder dan 20% van de werkgevers oog heeft voor de werkomstandigheden van zwangere medewerkers. Van de 90% die tijdens de zwangerschap werkt, verricht de helft werkzaamheden die niet geschikt zijn, zoals lang staan, zwaar tillen of meer dan 40 uur werken. Dit vergroot het risico op vroeggeboorte.

Ook uit [onderzoek](#) van Amsterdam UMC blijkt dat de helft van de zwangere vrouwen risico loopt op complicaties tijdens het werk. Fysiek belastend werk, stress en lange of onregelmatige werktijden kunnen onder meer het risico op miskraam, vroeggeboorte, een laag geboortegewicht en hoge bloeddruk vergroten. Meer kennis en aandacht kunnen helpen om zwangere vrouwen beter te ondersteunen.

Een zwangerschap vraagt veel van een vrouw. Met de juiste ondersteuning, kennis en aandacht kunnen onnodige gezondheidsproblemen en stress grotendeels worden voorkomen. De Dag van de Zwangere Vrouw wil daarom bijdragen aan meer begrip voor wat een zwangerschap werkelijk betekent en aan een samenleving waarin zwangere vrouwen zich gezien, gesteund en gewaardeerd voelen.

**3 november is een dag om stil te staan bij iedere vrouw die nieuw leven draagt. Een dag van respect, aandacht en waardering.**

---

**Noot voor de redactie (niet geschikt voor publicatie)**

Voor meer informatie/interviewmogelijkheden kunt u contact opnemen met

Bedrijfsnaam: Geboorte Event

Naam: Rieneke de Kroon

Telefoon: 06 27373994

Email: [rieneke@geboorte-event.nl](mailto:rieneke@geboorte-event.nl)

**Over het Geboorte Event**

Het Geboorte Event, opgericht in 2022 door Rieneke de Kroon, organiseert kleinschalige informatiebeurzen voor zwangere vrouwen in 22 steden door heel Nederland. Tijdens de events brengt het Geboorte Event (aanstaande) ouders in contact met betrouwbare professionals en lokale diensten rondom zwangerschap, geboorte en beginnend ouderschap. Jaarlijks bezoeken ruim 5.500 bezoekers een Geboorte Event.