

INTERVIEW RIENEKE DE KROON UIT BREDA LANCEERT DE DAG VAN DE ZWANGERE VROUW

'Zwangerschap vraagt veel'

Ze wil dat er meer aandacht komt voor zwangere vrouwen en de ongemakken waar zij mee te maken krijgen. Daarom heeft Rieneke de Kroon uit Breda de Dag van de Zwangere Vrouw gelanceerd. „Veel mensen denken dat je een zwangerschap er even bij doet.”

Anne Janson
Breda

Rieneke de Kroon (44), zelf moeder van een dochter (10) en twee zoons (7 en 4), roept deze dag niet zomaar in het leven. Zij is eigenaresse van Geboorte Event, een platform voor zwangere vrouwen - of vrouwen die net een kindje hebben gekregen.

Hoe dat begon? „Tien jaar geleden beviel ik van mijn dochter en dat was een fijne bevalling. Ik wilde die ervaring graag delen met anderen, dus ik besloot een boek te schrijven. *Natuurlijk Bevalen* heet het.”

Ze kwam tijdens het schrijven veel in contact met geboorteprofessionals: van coaches tot masseurs tot doula's. „Ik merkte vooral dat zij meer verbinding zochten om de doelgroep te bereiken. Daarom besloot ik het Geboorte Event op te richten, waarbij professionals samenkomen en zwangere kennis kunnen maken met deze disciplines. Eerst deed ik dat alleen op een online platform, maar later ben ik ook evenementen gaan organiseren.”

Kleine ondernemers

Ze begon in Breda en bracht allerlei geboorteprofessionals samen. Denk aan geboortecoaches, fotografen, masseurs. Ook zijn er professionals aangesloten die werken rond mis-kraam- en traumabegeleiding.

Ze merkte na het eerste evenement



in haar woonplaats Breda al snel dat er veel vraag was. Ondertussen organiseert ze geboorte events in 22 plaatsen en heeft ze daar haar fulltime werk van gemaakt.

Naast de geboorte events heeft De Kroon nu nog iets anders in het leven geroepen: de Dag van de Zwangere Vrouw. Ze wil met die dag meer bewustwording creëren voor zwangere vrouwen en de ongemakken waar ze mee te maken krijgen. „Ik merkte toen ik zwanger was dat er weinig begrip was, terwijl het veel van je lichaam vraagt.”

Volgens onderzoek van het Trimbos Instituut ervaart 22,7 procent van de zwangeren tijdens de zwangerschap mentale klachten. Ook blijkt uit onderzoek van de NVAB (Nederlandse Vereniging voor Arbeids- en

Bedrijfsgeneeskunde) dat werkgevers te weinig op de hoogte zijn van wat zwanger zijn betekent. „Daardoor doen vrouwen vaak te zwaar werk. Maar dat heeft vrijwel altijd gevolgen voor henzelf en de baby.”

Zichtbaar

Niet alleen werkgevers hebben te weinig aandacht voor zwangeren, maar eigenlijk de hele maatschappij, stelt De Kroon. „In het OV staan bijvoorbeeld maar weinig mensen op voor een zwangere vrouw. Maar het is helemaal niet fijn om dan lang te moeten staan.”

Ook de andere professionals waar De Kroon nu vaak mee te maken heeft, merken dat er te weinig aandacht is voor dit aspect van de zwangerschap, stelt ze. „Daardoor geven

▲ Rieneke de Kroon lanceert de Dag van de Zwangere Vrouw.

FOTOGRAFIE: WIKIMEDIA

Zwangere vrouwen geven vaak zelf niet aan waar zij tegenaan lopen

– Rieneke de Kroon

zwangere vrouwen vaak zelf ook niet aan waar zij tegenaan lopen. Ze willen altijd maar door, maar dat gaat niet altijd.”

De Dag van de Zwangere Vrouw staat nu voor het tweede jaar op de agenda op 3 november en is nog klein, maar De Kroon hoopt dat die nog veel bekender gaat worden. Wat ze daarnaast ook hoopt? „Dat vrouwen meer vertrouwen in zichzelf krijgen. We worden ontzettend bang gemaakt voor de bevalling.”

„De meeste bevallingen gaan goed, maar toch willen veel mensen uit voorzorg in een ziekenhuis bevallen, ook zonder medische noodzaak. Dat is niet altijd nodig.”

Op 16 oktober is er weer een Geboorte Event in De Vlieren, Breda