



26 mei 2026 – Congreszaal Zilveren Kruis Hoofdkantoor | Leiden

Lerend Netwerk Vrouwengezondheid

Hoe kunnen organisaties taboes doorbreken en afrekenen met zwijgverzuim?

Event in context

Doelgroep: HR-leads, leidinggevend en vitaliteitsmanagers uit diverse sectoren (waaronder overheid en onderwijs).

Keynote sprekers: Anneke Valk en Filip de Groeve, auteurs van het boek *Zwijgverzuim*.

Focus: Vrouwengezondheid (waaronder cyclus, zwangerschap en menopauze) als integraal onderdeel van het vitaliteitsbeleid.

Doel: Zwijgverzuim stoppen door taboes op te heffen en organisaties handvatten te bieden voor inclusieve ondersteuning.

De setting: De deelnemers aan dit Lerend Netwerk kwamen samen op het hoofdkantoor van Zilveren Kruis in Leiden. Zij gingen aan de slag met harde data en abstracte theorie en koppelden dit aan HR praktijk en ervaringen op de werkvloer.

Wat we hebben gedaan

Break-outsessies: We leerden onder begeleiding van Anneke en Filip waarom we onnodig veel talent en onmisbaar arbeidspotentieel verliezen. De werkplek is van oudsher lineair ingericht, wat vaak wringt met de cyclische (hormonale) dynamiek van vrouwen. In de sessies kwam ook de **structurele ongelijkheid** aan bod. Door onbesproken klachten vallen vrouwen onnodig langdurig uit. Managers passen hen bij promoties en salarisverhoging; de zogenaamde zwangerschaps- en menopauzeboetes. En we werkten in de gesprekken toe naar **de oplossing**: Een veilige cultuur faciliteert een omgeving die alle medewerkers ondersteunt met hun werkplek, de cultuur en de toekomstplanning.



Waarom is aandacht voor vrouwengezondheid urgent?

Onbenut leiderschapstalent: Vrouwen zijn ná de overgang effectievere leiders dan mannen, maar door gebrek aan steun in de perimenopauze loopt de organisatie dat toptalent mis.

Zwijgverzuim bestrijden voorkomt erger: Taboes & zwijgen maken het curatieve traject zwaarder en kostbaarder dan bij een tijdige, juiste diagnose.

De verzuimkloof groeit: Vrouwen verzuimen vaker en langer door stapeling van rollen (werk, huishouden, mantelzorg, kinderen) gecombineerd met hormonale schommelingen.

Medische blinde vlekken: Onkunde en onbegrip rondom vrouwengezondheid bij huis- en bedrijfsartsen leiden tot verkeerde diagnoses en nutteloze interventies.

Inzichten en acties vanuit het Lerend Netwerk

De 3 kerninzichten uit de data en dialoog



De manager is de belangrijkste steunpilaar

Vrouwen zoeken voor steun op het werk **primair** naar hun direct leidinggevende. Ze hebben hierbij vooral **behoefte aan empathie** en afspraken over **werklast en flexibiliteit**, niet aan een manager die de rol van een dokter aanneemt om het direct op te lossen.



Flexibiliteit vereist structuur

Om overbelasting te voorkomen is **flexibiliteit** essentieel, maar dan wel binnen heldere **kaders en afspraken** die door het hele team worden gerespecteerd. **Structuur biedt de veiligheid** om die benodigde flexibiliteit ook écht in te vullen – zonder schuldgevoel.



Haal de aanvraagdrempel omlaag

Medewerkers ervaren vaak een drempel om voor **interventies**, zoals een overgangsconsulent of Preventief Medisch Onderzoek (PMO) via de leidinggevende **goedkeuring** te moeten vragen. Een autonoom en anoniem te benaderen aanbod is vele malen **effectiever**.

Begin morgen al met deze 3 concrete acties

Zet de opgedane kennis direct om in resultaat:



Faciliteer op de werkplek

Onderwijs je organisatie in vrouwengezondheid. Zorg voor gratis **menstruatieproducten**, goede klimaatbeheersing en flexibiliteit voor het plannen en **spreiden van werkdruk**.



Train het goede gesprek

Train managers met **gespreksmodellen** zoals RAAK. Leer ze **objectief** te **benoemen** wat ze zien aan prestaties of gedrag en **actief** te **luisteren** zonder klachten te bagatelliseren.



Borg vrouwenwelzijn in je organisatie

Zie zwangerschapsverlof niet als onderbreking, maar als intensieve training voor het probleemoplossend vermogen. Erken de menopauze als onderdeel van het leven én de werkplek.

De Vrouwengezondheid-check

Wil je weten hoe vrouw-inclusief jouw organisatie al is?

Neem de **Greene Climacteric Scale** op bij het PMO, of zet een soortgelijke enquête in om inzicht te krijgen in behoeftes, knelpunten en **inclusiviteit van het leiderschap**. Neem het bestuur mee in elke stap om draagvlak te creëren.

Wat ga jij morgen anders doen?

Erken de vrouwen in jouw organisatie en houd hun onmisbare talent aan boord!

Meer weten of direct starten?

Lees meer op onze [website](https://www.zilverenkruis.nl). Of neem contact op met Alexandra.Bemelmans@zilverenkruis.nl of Danielle.van.Tongeren@zilverenkruis.nl.

Lerend Netwerk

Word lid van ons netwerk voor alle aspecten van wellbeing, waar we **kennis delen, inzichten opdoen en best practices ontwikkelen**.