

# Werken met een chronische ziekte



# INHOUD

1	Terug naar werk bij (langdurige) ziekte .....	4
	1.1 Je blijft graag aan de slag bij je werkgever? .....	5
	1.2 Je bekijkt liever andere mogelijkheden? .....	6
2	Gedeeltelijke werkhervatting .....	8
3	Andere ondersteuning .....	10
	3.1 Tegemoetkomingen van de VDAB .....	10
	3.2 Loopbaan begeleiding .....	11

## Beste patiënt

Voor mensen met een (chronische) aandoening is het niet altijd eenvoudig om werk te zoeken of te behouden. Door hinderlijke fysieke en/of mentale klachten of ongemakken kun je vaak niet goed functioneren. Bepaalde symptomen en fysieke beperkingen kunnen leiden tot veranderingen in je prestaties en/of aanwezigheid op het werk. Soms gaat dit gepaard met gevoelens van schaamte, verminderd zelfvertrouwen en sociaal isolement. Het vraagt dan ook veel flexibiliteit van zowel werknemer als werkgever.

In deze brochure geven we info en tips over hoe je ziekte en werk kunt combineren. Werken garandeert immers niet alleen een inkomen, het geeft je ook een betekenisvolle rol in de samenleving.



# 1 Terug naar werk bij (langdurige) ziekte

**Hoe langer je arbeidsongeschikt bent, hoe moeilijker het is om opnieuw te gaan werken.**

Het is dan ook heel belangrijk om al in een vroeg stadium de kans te krijgen om weer aan de slag te gaan.

Hoe deze re-integratie verloopt en aangepakt wordt, hangt af van het feit of je op het moment van je ziekte nog een werkgever hebt of niet.



## 1.1 Je blijft graag aan de slag bij je werkgever

Als je een werkgever hebt, dan is het **belangrijk om het contact met je werk(gever) te onderhouden tijdens je ziekteperiode**. Je kan dit op verschillende manieren doen.

→ Denk vooraf al eens na over hoe, met wie en over wat je wil communiceren.

Wil je je werk graag houden, maar vind je het moeilijk om dit gesprek aan te gaan? Doe dan een beroep op de diensten die je hierbij hulp kunnen verlenen:

### » (Gespecialiseerde) jobcoaching op de werkvloer

Gratis dienstverlening. De werkgever moet wel akkoord gaan om deze jobcoaching te organiseren.

Scan de QR-code voor meer info.



### » Re-integratietraject

Als je rechtstreeks contact opneemt met je werkgever en een gesprek blijkt niet mogelijk, dan kan een re-integratietraject opgestart worden. Via dit traject wordt officieel bekeken wat de eventuele mogelijkheden voor een terugkeer bij je werkgever zijn.

Deze procedure kan zowel door de werkgever als door jou (de werknemer) opgestart worden.

→ De arbeidsarts speelt een belangrijke rol bij zowel de aanvraag, het verloop als de uitkomst van de procedure. Uiteindelijk zal gekozen worden uit drie mogelijke beslissingen.

Scan de QR-code voor meer info hierover.



## 1.2 Je bekijkt liever andere mogelijkheden

Het kan zijn dat je een terugkeer naar je werkgever niet ziet zitten of dat dit door je aandoening niet meer mogelijk is. Of misschien heb je geen werkgever, maar wil je wel stappen zetten richting werk of een activiteit.

Denk bij het bekijken van andere mogelijkheden goed na over wat je wil en (nog) kan doen. Op basis daarvan kan je een andere werkgever zoeken, ander soort werk gaan doen, een opleiding volgen, starten met vrijwilligerswerk ...

Het kan ook zijn dat je helemaal geen idee hebt wat je wil of kan.

### HEB JE NOOD AAN ONDERSTEUNING, DAN KUN JE STEEDS BIJ VOLGENDE PERSONEN OF DIENSTEN AANKLOPPEN:

#### » Een arts

Bespreek de inhoud van de activiteit goed met je behandelend arts, huisarts of specialist. Zij kunnen mee inschatten of de taken, de activiteiten en het werkregime uitgevoerd kunnen worden zonder nadelige gevolgen voor je medische situatie.

#### » Je mutualiteit

De terug-naar-werk-coördinator kan je mee helpen nadenken over mogelijke stappen die je kan zetten, rekening houdend met je medische situatie. Hij of zij werkt hiervoor nauw samen met de adviserend geneesheer en is verbonden aan je mutualiteit.

→ Als je een ziektestatuut hebt, moet de terug-naar-werk-coördinator vanuit de mutualiteit toestemming geven om verdere stappen te mogen zetten. Dat geldt voor zowel betaalde als onbetaalde activiteiten (bv. vrijwilligerswerk).

Scan de QR-code voor meer info.



#### » VDAB

De VDAB kan je helpen zoeken naar een job die bij je past en die aangepast is aan je gezondheid, ook als je nog bent ingeschreven bij je werkgever. Je behoudt je ziektestatuut bij inschrijving.

→ Ook als betaalde tewerkstelling niet onmiddellijk mogelijk is, kan via de VDAB al actie ondernomen worden om je mogelijkheden te bekijken (bv. via oriëntering, een stage, trajecten waar je kan uitproberen en opbouwen, ...). Dit wordt op maat bekeken.

Scan de QR-code voor meer info.



## 2 Gedeeltelijke werkhervatting



Sommige ziektes zijn chronisch maar door de behandeling na verloop van tijd wel onder controle. Hierdoor kan de stap naar deeltijdse tewerkstelling (ook wel **progressieve tewerkstelling** of **medische halftime** genoemd) overwogen worden. Heel wat mensen die ziek zijn kunnen toch een **aantal uren of dagen per week werken**. Werk gedeeltelijk hervatten biedt je de kans om je rol als werknemer opnieuw op te nemen.

→ Concreet ga je een aantal uren of dagen werken voor een loon, terwijl je voor de niet-gewerkte dagen een uitkering ontvangt.

### Je kan gedeeltelijke werkhervatting aanvragen voor:

- je vroegere beroepsactiviteit
- een andere job, bv. in een ander bedrijf
- een zelfstandige activiteit

- **Wie wil blijven werken, wordt beloond.** Een inkomen dat bestaat uit een ziekte-uitkering en een loon is hoger dan enkel een ziekte-uitkering.
- Elke (langdurig) zieke persoon kan toestemming vragen aan de adviserend arts van het ziekenfonds om een **gedeeltelijke werkhervatting** aan te vatten. Deze arts gaat na of de activiteit geen risico inhoudt voor je gezondheidstoestand.

Een toestemming voor deze toegestane activiteit heeft een **maximum duur van 2 jaar**. Na het verstrijken van deze termijn kan je een nieuwe aanvraag indienen.

➤➤ **Je werkgever moet akkoord gaan met een gedeeltelijke werkhervatting. Wettelijk gezien is de werkgever hier niet verplicht toe.**

Scan de QR-code om de geschatte impact van de gedeeltelijke werkhervatting op je uitkering te berekenen.



### 3 Andere ondersteuning

#### 3.1 Tegemoetkomingen van de VDAB

Een financiële tegemoetkoming is een ondersteunende maatregel waar je recht op hebt zodra de VDAB je arbeidsbeperking erkent. Deze tegemoetkoming kan ondersteuning bieden tijdens het zoeken naar ander werk of bij het uitvoeren van je job, ondanks je arbeidsbeperking.

#### DE VDAB BIEDT ONDERSTEUNING AAN IN DE VORM VAN O.A.:

##### » Individueel maatwerk

Dit is een premie die je werkgever krijgt om je extra te ondersteunen op de werkvloer. Deze premie omvat een loonpremie omdat je gezondheidsprobleem je functioneren op de werkvloer beïnvloedt. Bijkomend kan er ook worden gedacht aan een begeleidingspremie als er nood is aan begeleiding op de werkvloer.



##### » Tussenkost werkplekaanpassing

Als er omwille van je gezondheidsprobleem nood is aan aanpassingen aan je werkplek of aan aangepast werkmateriaal, dan kan VDAB hier in tussenkomen.

Scan de QR-code voor meer info over tegemoetkomingen.



#### 3.2 Loopbaanbegeleiding

- Als je een werkgever hebt en aan het werk bent op het moment van je vraag, en je beschikt over minstens 7 jaar werkervaring als loontrekkende of als zelfstandige, dan kan je **loopbaanbegeleiding** aanvragen. Dit kan vooral interessant zijn als je je loopbaan eens in ruimere zin onder de loep wil nemen (bv. wat geeft mij energie op een werk). Via een aantal gesprekken kan je geïnspireerd geraken of tot een loopbaankeuze komen.
- Je kan loopbaanbegeleiding volgen met **loopbaancheques**. Scan de QR-code om de loopbaancheques aan te vragen via de VDAB.



#### INTERESSANTE WEBSITES

[vlaamspatiëntenplatform.be](http://vlaamspatiëntenplatform.be)

[handicapenarbeid.be](http://handicapenarbeid.be)

[iknowhowvlaanderen.be](http://iknowhowvlaanderen.be)

[teruginhetzadel.be](http://teruginhetzadel.be)

[vdab.be](http://vdab.be)

check zeker ook de website van je mutualiteit en/of vakbond



Deze brochure is gedrukt op maxioffset.  
Papier afkomstig uit bossen die duurzaam  
worden beheerd.

VOLG ONS OOK OP:



[mariamiddelares.be](https://www.mariamiddelares.be)



Buitenring Sint-Denijs 30, 9000 Gent | 09 246 46 46 | [info@mijnziekenhuis.be](mailto:info@mijnziekenhuis.be)



Schutterijstraat 34, 9800 Deinze | 09 387 71 11 | [info.deinze@mijnziekenhuis.be](mailto:info.deinze@mijnziekenhuis.be)

AZ Maria Middelaes en AZ Sint-Vincentius Deinze hebben deze informatiebrochure met de grootste zorg opgemaakt.  
Deze brochure is indicatief en vervangt de raadpleging bij je arts niet. Mocht deze brochure vergissingen of onvolledigheden  
bevatten, dan zijn AZ Maria Middelaes, AZ Sint-Vincentius Deinze, hun medewerkers en artsen hiervoor niet aansprakelijk.

SAP 19643 - september 2024