

# De TOP 12



Illustratie: [www.dokterisbezig.nl](http://www.dokterisbezig.nl)

26

Het thema van Wereld IBD-dag op 19 mei 2020 is *werk en IBD*; een onderwerp waar veel mensen met Crohn of colitis ulcerosa mee te maken hebben. Vooruitlopend op 19 mei, spraken wij met Robbert Janssen, oprichter van Centrum Ziek en Werk en met Simon Wever ervaringsdeskundige van de CCUVN. Wij legden hen de meest gestelde vragen in onze besloten Facebookgroep en aan de telefoon voor.

# vragen over werk beantwoord

## 1 Moet ik mijn werkgever vertellen dat ik een chronische ziekte heb?

Of je erover wilt vertellen hangt af van je persoonlijke situatie. Als het relevant is voor je werk, dan is het advies er open over zijn. Je ziekte kan bij de ene functie wel invloed op het werk hebben en bij een andere functie is dat weer minder het geval. Openheid kan begrip opleveren, maar dat is niet altijd zo. Benoem nadrukkelijk wat je wél kunt. Daarnaast speelt mee in hoeverre je zelf open over je ziekte wilt zijn. Het kan ook afhangen van je ziektelast: is jouw ziekte al tijden rustig of heb je regelmatig te maken met opvlammingen en moet je vaak naar het ziekenhuis voor een infuus?

## 2 En hoe zit het bij een sollicitatiegesprek?

Advies is om niet in je motivatiebrief te benoemen dat je een chronische ziekte hebt. Tijdens een sollicitatiegesprek vertel je het alleen als het relevant is voor je werk; dan is het advies om er open over te zijn. Mocht je het ter sprake willen brengen, vertel het in positieve termen en in mogelijkheden. Bijvoorbeeld: 'Ik heb een darmaandoening, ik kan er goed mee leven door de medicijnen die ik slik. Ik moet wel wat vaker naar het toilet, kan ik een werkplek krijgen dichtbij de toiletten?' Heb je vanwege je ziekte een gat in je cv

doordat je lange tijd niet hebt kunnen werken? Vertel dan dat je een periode uit de running bent geweest en veel hebt geleerd over jezelf. Misschien heb je gedurende je ziekte wel een studie of cursus gevolgd of heb je geleerd om prioriteiten te stellen en voor jezelf op te komen. Dat soort eigenschappen zijn ook belangrijk voor een bedrijf. Vergeet niet dat een chronische ziekte soms topsport is, het vergt heel wat kracht en energie om weer terug te komen op het niveau van voor een opvlamming.

## 3 Wat zijn je rechten en plichten als werknemer?

Je mag niets doen wat je gezondheid verder schaadt. Daarnaast moet je in geval van een ziekmelding meewerken aan je re-integratie. Merk je dat je ziek(er) wordt en dit begint je werk te beïnvloeden? Probeer dit dan bespreekbaar te maken bij je leidinggevende of bij een bedrijfsarts (de arts heeft geheimhoudingsplicht). Misschien kun je in overleg andere werkzaamheden doen of vaker een kleine pauze nemen.

## 4 Mijn werk is niet geschikt om snel naar een wc te kunnen als dat nodig is. Wat kan ik doen?

Bespreek dit met je leidinggevende en je bedrijfsarts, om te kijken wat de mogelijkheden zijn. Soms is ander werk beter, pas-

send bij je mogelijkheden. Bijvoorbeeld niet meer de hele dag voor de klas, maar een deel administratieve taken erbij. Het UWV heeft een regeling waarbij voorzieningen voor je ziekte op je werk kunnen worden vergoed.

27

## 'Soms is ander werk beter, passend bij je mogelijkheden'

## 5 Hoe kan ik mijn infusen zo inplannen dat het me geen vrije dagen kost?

Het krijgen van een infuus is een dagopname in het ziekenhuis. En een dagopname wordt weer gezien als een ziekenhuisopname en staat ook zo op jouw ziekenhuisdeclaratie. Werknemers krijgen verlof hiervoor. Het kost je dus geen vrije uren/dagen.

Werk je fulltime, dan krijg je ook verlof voor een bezoek aan de arts. Van parttimers wordt verwacht afspraken zoveel mogelijk op de niet-werkdagen in te plannen.

Lees verder op pagina 28 

TIP

van **Robbert Janssen**

'Arbeid en ziekte blijft lastige materie. Wat wij als ervaringsdeskundigen met een achtergrond in dit werkveld ervaren is dat op het moment dat je langdurig ziek bent, er heel veel op je afkomt. Specialisten, bedrijfsartsen, UUV etc. Dat brengt allemaal veel spanning en onzekerheid met zich mee en het is soms moeilijk om nog positief te blijven. Contact met ervaringsdeskundigen via de CCUVN kan helpen om met gelijkgestemden te praten. Of zoek contact met Centrum Ziek en Werk, wij kunnen je helpen en je begeleiden in jouw ziekte-traject.

In Nederland krijg je de mogelijkheid om na een jaar Ziektewet, te zoeken naar mogelijkheden om ander werk te doen buiten je organisatie. Maak gebruik van je recht op re-integratie en bekijk welke werkzaamheden je wel kan en wilt doen. Dit geeft soms ruimte voor een frisse blik.'

**Meer informatie**

Centrum Chronisch Ziek en Werk werkt met en voor mensen met een (chronische) aandoening. De ervaringsdeskundigen kunnen je helpen op het gebied van arbeid en ziekte. Meestal betaalt de werkgever dit: [www.centrumchronischziekenwerk.nl](http://www.centrumchronischziekenwerk.nl)

De ervaringsdeskundigelin van de CCUVN wordt bemand door medewerkers die zelf de ziekte van Crohn of colitis ulcerosa hebben. Simon Wever beantwoordt (zie pagina 29) specifieke werk-gerelateerde vragen.

Bel op werkdagen (van 10.00 uur tot 14.30 uur) telefoonnummer: 0348 - 42 07 80.



## 6 Waar kan ik aankloppen met vragen over mijn werk?

Een bedrijf wil graag dat werknemers goed functioneren. Als je goed contact met je leidinggevende hebt, kun je deze in vertrouwen nemen. Een bedrijfsarts heeft medische kennis en kan adviseren welke maatregelen kunnen worden genomen om uitval op het werk te voorkomen. Een loopbaanadviseur of arbeidsdeskundige kan je helpen als het huidige werk niet langer geschikt voor je is en je een carrièreswitch overweegt. (Zie kader bovenaan deze pagina).

## 7 Ik moet minder gaan werken, want ik houd dit niet vol. Hoe pak ik dit aan?

Een werkgever kan niet zomaar eisen dat je minder gaat werken, maar hij mag dit wel vragen. Ga hier niet te snel mee akkoord. Je kunt natuurlijk zelf de keuze maken om minder te werken, maar het is belangrijk dat je goed weet wat dit inhoudt. Stel je gaat van 32 naar 24 uur. Je houdt ook de 24 uur niet vol en je wordt langdurig ziek. Veel berekeningen worden gemaakt op basis van het aantal uren dat je werkt. Bijvoorbeeld vakantiegeld en de opbouw van je pensioen, maar ook de vergoeding van 70 procent van je salaris in het tweede ziektejaar. Dan is een verschil tussen het salaris van 32 en 24 uur aanzienlijk. Laat je goed voorlichten voordat je de keuze maakt en bespreek dit ook goed met je bedrijfsarts. Misschien zijn er alternatieven mogelijk, bijvoorbeeld een ander takenpakket of thuiswerken, waardoor je het aantal uren niet terug hoeft te schroeven. Of je bent gedeeltelijk ziek en blijft de uren werken die je nog wel kunt werken.

## 8 Wat als mijn contract niet wordt verlengd, omdat ik vaak ziek ben?

Een werkgever mag je contract niet beëindigen omdat je veel ziek bent. Mensen in loondienst zijn volgens de Ziektewet 2 jaar verzekerd van behoud van werk, ook als ze ziek zijn. Echter, wil je daar nog wel blijven werken als je vermoedt dat het ziek zijn de werkelijke reden is? Het enige wat je kunt doen is overtuigen dat je een goede kracht bent, goed bent in oplossingen bedenken enzovoort. Als je langere periodes afwezig bent geweest, kan dit lastig zijn. Als je een vast contract hebt - ook al is dit maar voor een paar uur - dan hebben jij en je werkgever 2 jaar de tijd om te onderzoeken of er bij het bedrijf waar je werkt of elders, passend werk te vinden is.

**'Doe je niet beter voor dan je je voelt'**



## 'Als je zelf ervoor kiest om minder te werken, is het belangrijk dat je goed weet wat dit inhoudt'

### Meer informatie

over werk en IBD tijdens Wereld IBD-dag 2020 lees je op pagina 7.

### De ervaringsdeskundige Simon Wever

'Als mensen bellen met de ervaringsdeskundigenlijn, komen vragen over werk en IBD bij mij terecht. Ik bel de persoon terug en samen graven we wat dieper. Wat is de situatie en op welke manier kan ik daarbij helpen?

De meest gestelde vragen gaan over de combinatie vermoeidheid en minder gaan werken. Wat zijn de ervaringen met het UWV, wat valt te verwachten van verschillende onderdelen in het traject? Waar vind je een goede arbeidsdeskundige?'

#### 9 Wat zijn mijn rechten als ik vanwege mijn ziekte word ontslagen?

In principe kan ontslag met ziekte pas na 2 jaar plaatsvinden bij een vast contract. Heb je een tijdelijk contract dat niet verlengd wordt, dan loopt je ziekte-traject verder via het UWV. Gedurende je ziekteperiode krijg je meestal hulp van bijvoorbeeld re-integratie adviseurs, die samen met jou kijken naar nieuw passend werk. Mocht je na 2 jaar ziek zijn nog geen werk hebben gevonden, dan kom je bij het UWV voor een WIA-keuring (WIA betekent Wet werk en inkomen naar arbeidsvermogen). Zij beoordelen of je arbeidsongeschikt bent.

#### 10 Hoe vraag ik een WIA-uitkering aan bij het UWV en hoe zorg ik dat ze alle informatie hebben?

Na 2 jaar arbeidsongeschiktheid kom je in aanmerking voor een WIA-uitkering. Hier gaat een heel traject aan vooraf. Na 1 jaar en 9 maanden ziektemelding worden de papieren voor de WIA-uitkering opgestuurd. Jouw persoonlijke verhaal en de medische verslagen van je behandelend arts zijn van groot belang. Alle informatie van het hele ziekte-traject van je leidinggevende en de bedrijfsarts, worden hiervoor ook aangeleverd.

### TIP

#### van Simon Wever

'Ga het ziekte-traject niet alleen aan, praat erover met anderen en bereid je goed voor op de gesprekken met je leidinggevende, arbeidsdeskundige of UWV. Neem contact met ons op als je vragen hebt, blijf er niet mee zitten. Neem hulp van anderen aan. Neem bij gesprekken met bijvoorbeeld het UWV iemand mee uit je naaste omgeving die goed een zakelijk gesprek kan voeren. Dan heb je ook meteen een getuige van het gesprek. Want misschien ben je zelf wat emotioneel tijdens het gesprek, waardoor je dingen anders zegt dan je bedoelt. Een tweede persoon kan jouw verhaal aanvullen en ook een objectieve weergave geven van jouw functioneren vroeger en nu.'



#### 11 Ik heb een gesprek met de verzekeringsarts bij het UWV, wat moet ik doen?

Jouw eigen verhaal is heel belangrijk. Doe je niet beter voor dan je je voelt tijdens een gesprek. Vertel over je mindere dagen, en over de impact van je werk op je privéleven (wat kun je wel en wat niet meer). Geef inzicht in jouw totaalplaatje. Hoe is de balans in je leven, dat wil je arts weten. Vaak lopen mensen op hun tenen op hun werk en kunnen ze vervolgens thuis niks meer. Neem iemand mee naar dit gesprek, deze kan de situatie ook toelichten. Ben je het niet eens met het rapport dat naar aan-

leiding van het gesprek wordt gemaakt? Dan kun je hierop bezwaar aantekenen. Dan kijkt UWV er nogmaals naar. En mochten jullie dan nog van mening verschillen, dan kun je ook nog naar de rechter stappen.

#### 12 Ik zit in de Ziektewet en ik moet weer aan het werk. Maar ik ben daar nog helemaal niet aan toe. Hoe pak ik dit aan?

Indien je denkt dat het echt niet mogelijk is om te werken, dan kan je een oordeel van het UWV vragen, een soort second opinion. Dit kan ook via een bedrijfsarts. ■