

## Tips en tools voor werken met chronische aandoening

Symposium MS en werk, MS vereniging - 29 september 2018



centrum  
werk  
gezondheid



fit for work

Dit zijn enkele suggesties voor tips en tools.

De volgende websites, bieden op meer thema's informatie en tools:

- [www.mswerkloket.nl](http://www.mswerkloket.nl)
- [www.werkenchronischziek.nl](http://www.werkenchronischziek.nl)

<p><b>Advies over werk</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Taken</li><li>• Werkplekaanpassingen</li><li>• Loopbaan</li><li>• Re-integratie</li><li>• Solliciteren</li></ul>	<p><b>Tips en tools:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ <b>MS-werkloket</b> <a href="https://mswerkloket.nl/werk-hebben-en-behouden/">https://mswerkloket.nl/werk-hebben-en-behouden/</a></li><li>○ <b>Mijn re-integratie plan</b> – online tool (gratis) <a href="https://www.mijnreintegratieplan.nl">https://www.mijnreintegratieplan.nl</a></li></ul> <p><b>Advies en ondersteuning:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ <b>MS-coach</b>, ervaringsdeskundige professional (ook voor zzp'ers) Gratis telefonisch advies voor leden, coaching tegen betaling <a href="https://msvereniging.nl/ms-coaches">https://msvereniging.nl/ms-coaches</a></li><li>○ <b>MS-anders</b>. Maatschappelijk werk voor ondersteuning bij het problemen, ook op het werk (ook voor zzp'ers) <a href="http://www.ms-anders.nl/maatschappelijk-werk">www.ms-anders.nl/maatschappelijk-werk</a></li><li>○ <b>Belsteun</b>: telefonisch advies (kosteloos) <a href="http://belsteun.nl/">http://belsteun.nl/</a></li><li>○ <b>Bedrijfsarts</b>. Ook als er geen sprake van verzuim is.</li><li>○ <b>Polikliniek Werken met MS</b> van IKA Ned en VUmc Met oa bedrijfsarts gespecialiseerd in MS. (ook voor zzp'ers) <a href="http://www.ika-ned.nl/specialismen/werken-met-ms/">www.ika-ned.nl/specialismen/werken-met-ms/</a></li><li>○ <b>Ergotherapeut gespecialiseerd in MS</b> (ook voor zzp'ers) via zorgzoeker van MS Zorg Nederland <a href="https://www.mszorgnederland.nl/zorgzoeker/">https://www.mszorgnederland.nl/zorgzoeker/</a></li></ul>
<p><b>Communicatie</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Gesprekken op het werk</li><li>• Opdrachtgevers (zzp'ers)</li></ul>	<p><b>Tips en tools:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ <b>MS-werkloket</b> <a href="https://mswerkloket.nl/werk-hebben-en-behouden/contact-met-werkgever-en-collegas/">https://mswerkloket.nl/werk-hebben-en-behouden/contact-met-werkgever-en-collegas/</a></li><li>○ <b>Fit for Work checklisten</b> met tips <a href="https://www.fitforworknederland.nl/werknemers">https://www.fitforworknederland.nl/werknemers</a></li><li>○ <b>MS heb je niet alleen</b> – online platform met verhalen <a href="http://www.mshebjenietalleen.nl">www.mshebjenietalleen.nl</a></li></ul>

<p><b>Communicatie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesprekken op het werk</li> <li>• Opdrachtgevers (zzp'ers)</li> </ul>	<p><b>Advies en ondersteuning:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>MS-coach</b>, ervaringsdeskundige professional (ook voor zzp'ers) Gratis telefonisch advies voor leden, coaching tegen betaling <a href="https://msvereniging.nl/ms-coaches">https://msvereniging.nl/ms-coaches</a></li> </ul>
<p><b>Inkomen en uitkering</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• UWV</li> <li>• Wet Poortwachter</li> <li>• WIA - arbeidsongeschikt</li> <li>• Werkeloosheid</li> </ul>	<p><b>Tips en tools:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Denkhulp werk en chronisch ziek</b> Online tool met informatie over werk, inkomen, uitkering <a href="http://www.denkhulpwerkenchronischziek.nl/">http://www.denkhulpwerkenchronischziek.nl/</a></li> <li>○ <b>Inkomensrisicoscan</b> online tool die inzicht biedt in gevolgen van arbeidsongeschiktheid en werkeloosheid <a href="https://levenmetkanker.groowup.nl/levenmetkanker#welkom">https://levenmetkanker.groowup.nl/levenmetkanker#welkom</a></li> </ul> <p><b>Ondersteuning:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>MS-coach</b>, ervaringsdeskundige professional (ook voor zzp'ers) Gratis telefonisch advies voor leden, coaching tegen betaling <a href="https://msvereniging.nl/ms-coaches">https://msvereniging.nl/ms-coaches</a></li> <li>○ <b>Belsteun</b>: telefonisch advies <a href="http://belsteun.nl/">http://belsteun.nl/</a></li> <li>○ <b>Voorlichting MS &amp; UWV</b> – kosteloos <a href="https://www.ms-anders.nl/ms-uwv-voorlichting">https://www.ms-anders.nl/ms-uwv-voorlichting</a></li> </ul>
<p><b>Juridische zaken</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• UWV</li> <li>• Ontslag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Juridisch loket</b>. Gratis onafhankelijk advies <a href="https://www.juridischloket.nl/werk-en-inkomen/">https://www.juridischloket.nl/werk-en-inkomen/</a></li> <li>○ Vakbond</li> <li>○ Rechtsbijstandverzekering – module arbeid</li> </ul>
<p><b>Hulpmiddelen en vergoedingen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Persoonlijke hulpmiddelen</li> <li>• Werkplekaanpassingen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Regelhulp</b> geeft inzicht bij welke organisatie u terecht kunt voor mogelijke vergoedingen <a href="http://www.regelhulp.nl">www.regelhulp.nl</a></li> <li>○ <b>UWV</b>: let op, eerst aanvragen bij UWV voordat u hulpmiddelen aanschaft <a href="https://www.uwv.nl/particulieren/voorzieningen">https://www.uwv.nl/particulieren/voorzieningen</a></li> </ul>
<p><b>Zelfstandig ondernemen/ zzp</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Starten van onderneming</li> <li>• Arbeidsongeschiktheid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>MS-werkloket</b> Starten van onderneming <a href="https://mswerkloket.nl/een-eigen-onderneming-starten/">https://mswerkloket.nl/een-eigen-onderneming-starten/</a></li> <li>○ <b>Broodfonds</b> 'financieel vangnet' <a href="http://www.broodfonds.nl">www.broodfonds.nl</a></li> <li>○ <b>SharePeople</b> 'financieel vangnet' <a href="http://www.sharepeople.nl">www.sharepeople.nl</a></li> <li>○ <b>UWV Vrijwillig verzekeren</b>: zonder medische keuring, wel binnen 13 weken na stopzetten dienstverband of uitkering <a href="https://www.uwv.nl/particulieren/verzekeren/">https://www.uwv.nl/particulieren/verzekeren/</a></li> </ul>

### Meer informatie

Centrum Werk Gezondheid

Tamara Raaijmakers [t.raaijmakers@centrumwerkgezondheid.nl](mailto:t.raaijmakers@centrumwerkgezondheid.nl)

Paul Baart [p.baart@centrumwerkgezondheid.nl](mailto:p.baart@centrumwerkgezondheid.nl)

[www.centrumwerkgezondheid.nl](http://www.centrumwerkgezondheid.nl)