



# Welkom bij de Webinar “MS en Werk”

# Tamara: “Leid het leven en leef niet het lijden”



- Counselor / Coach, RBCZ geregistreerd
- Oefentherapeut - Mensendieck
- Coach voor MS Vereniging Nederland, voor MS en Werk
- Examinator bij ‘Centrum voor Chronisch Ziek en Werk’
- Praktijk ‘Coaching voor Chronisch Zieken’  
‘Chronisch Werkt’

## **Mijn doel coach;**

Mensen met een chronische aandoening begeleiden en te ondersteunen om de regie over het leven te herpakken en mede richting te geven hoe om te gaan met de nieuwe situatie, zowel privé alsook op werk, altijd met behoud van kwaliteit van leven.



# Onderwerpen vandaag:

---



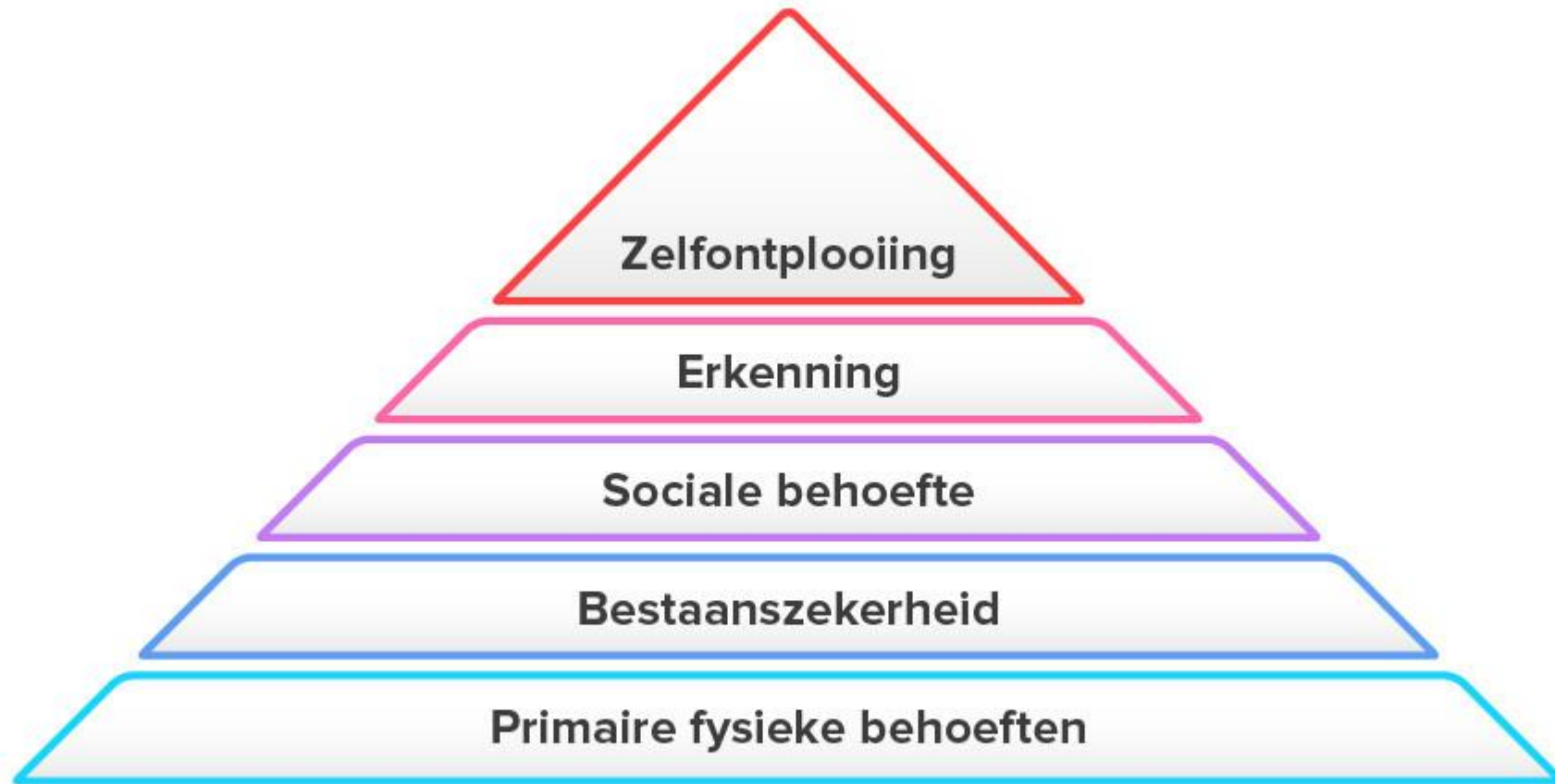
1. MS en Werk
2. Procedure eerste 2 zieke jaren (Wet poortwachter)
3. Re-integratie
4. Waarom Coaching of counseling

# Ad 1: Wat betekent werken voor jou



- Structuur
- Deelname aan maatschappij
- Financiële bijdrage / economisch onafhankelijk
- Persoonlijke ontwikkeling
- Sociale contacten
- Bijdrage tot persoonlijk welbevinden
- Eigenwaarde en status
- Werken maakt mensen gelukkiger over het algemeen
- !

# Pyramide van Maslow

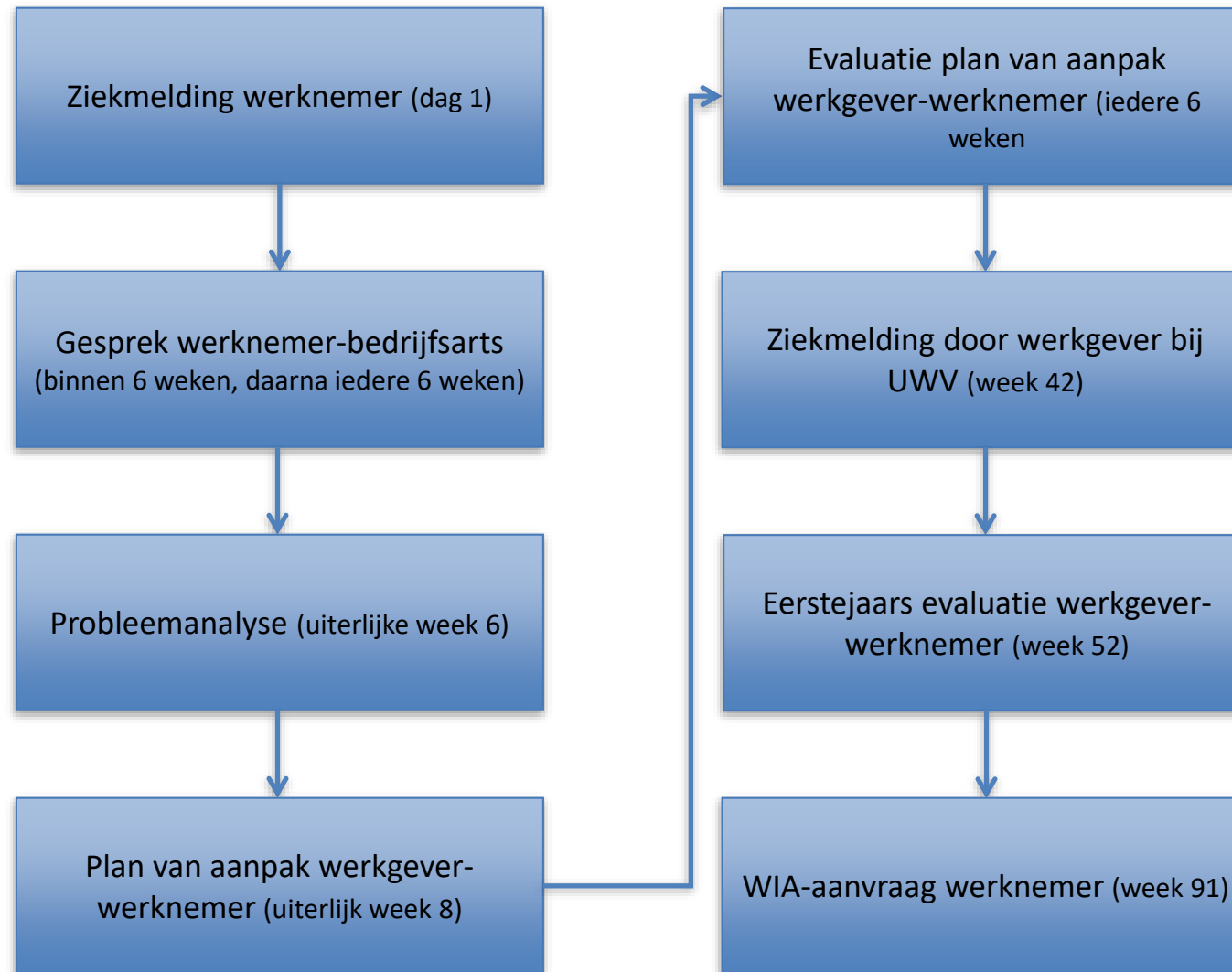


# Ad2: Procedure eerste 2 ziekte jaren



- Na ziekmelding treedt de Wet verbetering Poortwachter in werking.
- Er is een verzuim protocol
- Op basis van deze wet dient een wettelijke vastgestelde procedure in acht genomen te worden.

# Wet Verbetering Poortwachter



# Doel van de Wet verbetering Poortwachter



- Zoveel mogelijk (zieke) werknemers aan de slag houden bij eigen werkgever
- Zoveel mogelijk arbeidscapaciteit benutten
- Werkgever moet zijn best doen voor de werknemer
- Voorkomen dat mensen onterecht in en uitkeringssituatie belanden
- Voorkomen van ontslag bij de eigen werkgever



# Rechten en plichten werkgever en werknemer



- Werkgever dient aanpassing te maken in de arbeidsomstandigheden / arbeidsduur, (bijhouden dossier)
- Werknemer dient een pro actieve houding te hebben, (bijhouden dossier)



# Ad 3. Met wie krijgt een arbeids- ongeschikte/zieke medewerker te maken?



- Behandelars van de MS-Patiënt
- Bedrijfsarts of verzekeringsarts
- Casemanager (vertrouwenspersoon aangesteld door de werkgever)
- Deskundigen, begeleiders en adviseurs
- Leidinggevende
- UWV
- !

# Ad 3. re-integratie

---



Eigen functie bij eigen werkgever (eerste spoor)

Eigen werkgever maar in andere functie (eerste spoor)

Bij andere werkgever in andere functie (tweede spoor)

# Oplossingsrichtingen Re-integratie in eigen functie



- In-of externe hulp psycholoog, fysiotherapeut, ergotherapeut, klinisch psycholoog i.v.m. cognitieve problemen. Sommige bedrijven hebben een eigen arbodienst.
- Aanpassing werkplek
  - andere stoel
  - spraakherkenning op computer
  - rustigere werkomgeving

Denk aan voorzieningen via UWV

- (Tijdelijk) verlagen werkuren
- (Tijdelijk) aanpassing werktijden
- (Tijdelijk) werken met ondersteuning

- Vervoersregeling treffen
- Meer thuis werken

## 4.2 Re-integratie bij eigen werkgever maar in **een andere functie** (eerste spoor)



- Bekijk andere functies
- Om-, her-, of bijscholing
- Denk aan voorzieningen van uww(computer ondersteuning, vervoersondersteuning, voorzieningen werkplek.
- Andere functie moet qua omstandigheden, werkpatroon, niveau aansluiten bij huidige functie.
- nn

# Aandachtspunten bij de verslaglegging van de re-integratie

---



- Om de zes weken evalueren/ en zorgvuldig bewaken.
- Plan van Aanpak wordt vastgelegd en zo nodig bijstellen
- Bij stagnatie: Deskundigenoordeel aanvragen bij UWV(werkgever/werknemer,)
- Vraag altijd juridisch advies

# Wat vertel je over je aandoening bij het solliciteren?

---



- Gedragscode NVP (Nederlandse vereniging voor personeel management)
- Indien op het moment van sollicitatie er geen klachten zijn die je functioneren beïnvloeden, geen noodzaak om aandoening te melden.
- Werkgever mag geen vragen stellen omtrent gezondheid **tenzij**

# 4. Waarom counseling/coaching



- Biedt ondersteuning op psychosociaal vlak
- Biedt ondersteuning bij het behouden van je zelfstandigheid
- Het helpt je regie over je leven te herpakken
  
- Ondersteuning bij verwerking en acceptatieproces van het leren leven met een chronische aandoening / coping
- Altijd maatwerk, gericht op “Behoud van Kwaliteit van leven”



# Tips en Adviezen voor een MS patiënt.



## Tips

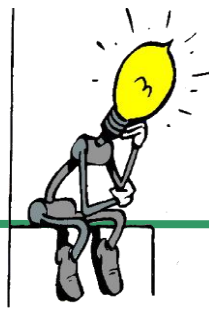
- Reëel werk belasting stellen
- Urenverdeling
- In kaart brengen van belasting en belastbaarheid
- Balans tussen draagkracht en draaglast



## Adviezen

- Arbeidsaanpassingen (prikkelarme omg, ingewikk dingen begin vd dag, temp regulatie)
- Goed energie herstel balans
- Lifestyle en voeding
- Taakaanpassingen
- Weerbaarheid vergroten
- Is er sprake van feitelijke werkdruk of opgelegde werkdruk?

# Helpende gedachten



- Leer om hulp vragen
- Grenzen leren stellen
- Durf nee te zeggen
- Je hebt MS je bent het niet





# Relevantie websites suggesties

---

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

MS coaches voor MS en werk, bereikbaar via 088 - 3748555 (kijk voor spreekuurtijden op onze site) en per mail naar [mscoaches@msvereniging.nl](mailto:mscoaches@msvereniging.nl)

[www.uwv.nl](http://www.uwv.nl) [www.centrumchronischziekenwerk.nl](http://www.centrumchronischziekenwerk.nl). [www.mswerkloket.nl](http://www.mswerkloket.nl)

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

[www.juridischloket.nl/werk-en-inkomen/ziekte-en-zwangerschap/re-integratietraject/](http://www.juridischloket.nl/werk-en-inkomen/ziekte-en-zwangerschap/re-integratietraject/)

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

# Contact gegevens

---



Praktijk: “Coaching voor Chronisch Zieken”

Tamara Bijleveld-Coene  
06-4132-1715

ABvC geregistreerd.

Licentie nr: RBCZ 170818r

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

[tbijleveld@coachingvoorchronischzieken.nl](mailto:tbijleveld@coachingvoorchronischzieken.nl)