

# WERKWIJZER – WERKEN MET EEN CHRONISCHE AANDOENING



## Toelichting

Met de werkwijzer kunt u de mogelijkheden van ondersteuning bekijken bij werkgerelateerde vragen of problemen waar u tegen aan loopt. De genoemde partijen betreffen een selectieve keuze, zoveel als mogelijk gebaseerd op een activerende, doelgerichte werkwijze gericht op werkbehoud en werkhervatting.

Vraag / probleem	Ondersteuning
<b>Arbeidsgerelateerd advies</b>  – Werkzaamheden – Werkplekaanpassingen	Bedrijfsarts via de arbodienst van uw werkgever (betaald door werkgever) Arbeidsdeskundige via de arbodienst van het bedrijf of via het UWV (betaald door werkgever of via UWV) Ergotherapeut <a href="http://www.ergotherapie.nl">www.ergotherapie.nl</a> (basiszorgverzekering)
<b>Arbeidsrevalidatie</b> Re-integratie	Advies en begeleiding zie mogelijke bureaus op <a href="http://www.werkenchronischziek.nl">www.werkenchronischziek.nl</a> (tegen betaling, soms vergoed)
<b>Bewegingsbeperkingen</b> Ochtendstijfheid	Fysiotherapie (basiszorgverzekering) Oefentherapie (aanvullende verzekering) <a href="http://www.zorgkaartnederland.nl/overzicht/beroepen">www.zorgkaartnederland.nl/overzicht/beroepen</a>
<b>Juridische steun</b>	Maatschappelijk werk via medisch centrum of gemeente waar u woont Juridisch Steunpunt Regelrecht (gratis info, betaald advies) <a href="http://www.juridischsteunpunt.nl">www.juridischsteunpunt.nl</a> Juridisch loket <a href="http://www.juridischloket.nl">www.juridischloket.nl</a> (gratis info, betaald advies)
<b>Omgaan met ziekte in relatie tot het werk</b>  Hulp bij onder meer: – communicatie – energiemangement – leefstijl – onbegrip – regie / zelfmanagement	<b>Informatie en tips (gratis)</b> Checklisten Fit for Work (digitaal) <a href="http://www.fitforworknederland.nl">www.fitforworknederland.nl</a> Communiceren op het werk met een chronische aandoening, e-learning (gratis) <a href="http://www.workshops.nfk.nl">www.workshops.nfk.nl</a> Werknemersinfo <a href="http://www.werkenchronischziek.nl">www.werkenchronischziek.nl</a> Zelfmanagement algemeen <a href="http://www.zelfmanagement.com">www.zelfmanagement.com</a>  <b>Begeleiding vanuit de werkgever</b> Bedrijfsmaatschappelijk werk Bedrijfsarts A&O psycholoog (arbeid & organisatie)  <b>Begeleiding tegen betaling</b> Ervaringsdeskundige coaches (ook voor ZZP'ers) <a href="http://www.centrumchronischziekenwerk.nl">www.centrumchronischziekenwerk.nl</a>

Vraag / probleem	Ondersteuning
Pijn Vermoeidheid	<p><b>Informatie (gratis)</b> Pijn toolkit (digitaal) <a href="http://www.change-pain.nl">www.change-pain.nl</a> en <a href="http://www.werkenchronischziek.nl">www.werkenchronischziek.nl</a></p> <p><b>Begeleiding (tegen betaling, deels zorgverzekering)</b> Ergotherapeut <a href="http://www.ergotherapie.nl">www.ergotherapie.nl</a> Eerstelijns psycholoog <a href="http://www.lvvp.info">www.lvvp.info</a> Psychotherapeut <a href="http://www.psychotherapie.nl">www.psychotherapie.nl</a></p>
Psychische klachten	<p><b>Begeleiding (tegen betaling, deels zorgverzekering)</b> Maatschappelijk werk (eventueel via medisch centrum) Psycholoog (eventueel via medisch centrum)</p> <p>Eerstelijns psycholoog <a href="http://www.lvvp.info">www.lvvp.info</a> Psychotherapeut <a href="http://www.psychotherapie.nl">www.psychotherapie.nl</a></p>
Solliciteren	<p><b>Informatie en tips (gratis)</b> UWV Perspectief <a href="https://perspectief.uwv.nl">https://perspectief.uwv.nl</a></p> <p><b>Begeleiding tegen betaling</b> Ervaringsdeskundige coaches <a href="http://www.centrumchronischziekenwerk.nl">www.centrumchronischziekenwerk.nl</a></p>
Wet- en regelgeving bij ziekte en werk	<p>Denkhulp Werk en Chronisch ziek (online) <a href="http://www.denkhulpwerkenchronischziek.nl">www.denkhulpwerkenchronischziek.nl</a></p> <p>UWV <a href="http://www.uwv.nl">www.uwv.nl</a></p> <p>Gemeente waar u woont</p>
ZZP'ers  zelfstandig werkenden starten als ondernemer	<p><b>Informatie en tips (gratis)</b> Informatie voor ZZP'ers <a href="http://www.werkenchronischziek.nl">www.werkenchronischziek.nl</a> Starten als ZZP'er met een chronische aandoening, e-learning (gratis) <a href="http://www.workshops.nfk.nl">www.workshops.nfk.nl</a></p> <p><b>Begeleiding tegen betaling</b> Ervaringsdeskundige coaches <a href="http://www.centrumchronischziekenwerk.nl">www.centrumchronischziekenwerk.nl</a></p>

## Over Fit for Work

Fit for Work maakt zich sterk voor werkbehoud voor werkenden met een chronische aandoening. Met praktische ondersteuning voor werknemers en werkgevers, aandacht voor arbeidsparticipatie vanuit de zorg en ondersteunend overheidsbeleid.

Fit for Work wordt geleid door het Centrum Werk Gezondheid en ondersteund door AbbVie.

[www.fitforworknederland.nl](http://www.fitforworknederland.nl)  
[info@fitforworknederland.nl](mailto:info@fitforworknederland.nl)

december 2015

