



Weer aan het werk na kanker?

## Colofon

### *Uitgave*

De deputatie van de provincieraad van Limburg

Herman Reynders, gouverneur-voorzitter

Marc Vandeput, Walter Cremers, Gilbert Van Baelen, Frank Smeets, Jean-Paul Peuskens, Mieke Ramaekers, gedeputeerden en Renata Camps, provinciegriffier

### *Verantwoordelijke uitgever*

Tom Van Thienen, bestuursdirecteur Directie Mens, provincie Limburg, Universiteitslaan 1, 3500 Hasselt

### *Redactiesecretariaat*

Provinciale Dienst Preventieve Gezondheid

Universiteitslaan 1, 3500 Hasselt, 011 23 82 38

### *Eindredactie*

Mark Van Bogaert

### *Grafische vormgeving*

Cats&Dogs - [www.catsanddogs.com](http://www.catsanddogs.com)

### *Drukker*

drukkerij Vaes

Depotnummer D/2012/5857/49

Deze folder werd gefinancierd door de provincie Limburg.

### *Auteursrechten*

Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.

De provincie Limburg is rechthebbende voor deze folder en de hierin vervatte informatie.

### *Aansprakelijkheid*

De provincie Limburg kan niet aansprakelijk gesteld worden voor rechtstreekse of onrechtstreekse schade, geleden ten gevolge van het gebruik van eventueel onjuiste informatie in deze uitgave.

De provincie Limburg is niet verantwoordelijk voor de inhoud van in de brochure vermelde internetpagina's en andere informatiebronnen, noch voor de vermelde instanties.

De verwijzingen naar contactgegevens en internetpagina's zijn actueel op het moment van samenstellen van deze uitgave.

De provincie Limburg is dan ook niet verantwoordelijk voor wijzigingen die nadien gebeuren.



## WEER AAN HET WERK NA KANKER?

*“Ik wil absoluut terug gaan werken omdat ik mijn contacten niet wil verliezen. Mijn job is belangrijk voor mij. Mijn werk zorgt voor afleiding en een andere invulling om niet te piekeren.”*

Vandaag is uw belangrijkste opdracht: werken aan uw genezing. Terug gaan werken kan daarin een positieve en hoopvolle stap zijn. Werk is belangrijk voor uw sociale contacten, voor uw financiële zekerheid en voor uw zelfbeeld.

Door weer te gaan werken, voelt u zich onafhankelijk. U krijgt weer greep op uw leven. U kunt weer focussen op iets anders dan op de diagnose van kanker en op uw behandeling. Toch moet u misschien over een hoge drempel om weer aan de slag te gaan? Praat erover met uw dokter en met uw werkgever.

## Wanneer gaat u weer aan het werk?

*“Terug mijn werk opnemen gaf weer structuur in mijn leven, al is het dan in het begin halftijds. We zien wel hoe het gaat op termijn.”*

Het geschikte moment om weer te gaan werken, hangt af van welk soort kanker u hebt en welke behandeling u krijgt. Is uw werk fysiek zwaar of stresserend? Dan kan het langer duren vóór u in staat bent om weer te gaan werken. Bekijk samen met uw dokter wat voor u het best is.

## Ken uw rechten en laat u informeren

Denkt u dat u het werk gedeeltelijk kunt hervatten? Bel of mail dan even naar de medische dienst van uw ziekenfonds. Vraag een overleg met de adviserend geneesheer van uw ziekenfonds over uw mogelijkheden in verband met een "progressieve werkhervatting".

Zo lang u 50 % ongeschikt blijft van medisch oogpunt uit, kunt u toch deeltijds aan het werk gaan. Tot een bepaalde grens komt uw loon dan bovenop uw ziektevergoeding.

Uw werkhervatting kan wellicht voorzichtig beginnen met een lichter werk- rooster: bijvoorbeeld een paar uur werk per dag of per week. Daarna drijft u dat dan op tot een volledige werkrooster, als u dat weer aankunt. Progressieve werkhervatting is altijd vrijblijvend, zowel voor uzelf als voor uw werkgever.

Let wel: bent u arbeidsongeschikt en gaat u werken zonder het aanvraagformulier vooraf aan uw ziekenfonds te bezorgen? Dan kunt u uw ziekte-uitkering verliezen. U hoeft echter niet meer op de toelating van de adviserend geneesheer te wachten voordat u het werk deeltijds hervat

## Plan uw terugkeer

De de arbeidsgeneesheer - te bereiken rechtstreeks of via uw werkgever - helpt u graag zoeken naar redelijke aanpassingen waardoor u uw werk vlotter kunt hervatten.

*“Financieel heb ik het nodig om mijn job weer op te nemen, maar ik weet niet hoe mijn werkgever daarover denkt.”*

## Voor u weer gaat werken bespreekt u het best de volgende vragen met uw personeelsdienst

- Kan uw werk aangepast worden?
- Kunt u een flexibel werkschema krijgen?
- Kunt u in de loop van de dag kleine pauzes inbouwen?
- Kan uw bedrijf belangrijke taken of vergaderingen plannen op het moment van de dag waarop u zich het best voelt?  
Bijvoorbeeld 's namiddags of op vrijdag zodat u achteraf tijd hebt om te recupereren?
- Hoe passen controlebezoeken aan uw arts in uw werkschema?
- Welke taken kunt u realistisch aan?

Dit vooraf bespreken maakt uw terugkeer naar het werk gemakkelijker.

*“Kan ik na mijn kanker mijn werk nog wel hervatten?  
Bij wie kan ik terecht om daarover te praten?”*

Huisarts	Specialist
U kiest uw huisarts. Hij behandelt, informeert en adviseert u ook op vlak van uw mogelijkheden en beperkingen.	Bepaalt en organiseert uw oncologische behandeling en kan ook best inschatten of werkhervatting reeds aan de orde is.
Kan ook de gepaste informatie doorsturen naar adviserend geneesheer en arbeidsgeneesheer.	Houdt u en de andere artsen op de hoogte van de planning en evolutie van de behandeling.
Verdedigt uw rechtmatige belangen en ondersteunt aanvragen naar tussenkomsten waar u recht op zou hebben door uw ziekte.	Schat in of werkhervatting mogelijk en wenselijk is, in verband met de planning voor de behandeling of de evolutie van de ziekte.
Blijft uw toestand opvolgen, ook na afloop van de actieve behandeling en na hervatten van arbeid.	Kan oncologische revalidatie aanbevelen om de overgang naar activiteit en werk voor te bereiden of te vergemakkelijken.
Is gebonden door beroepsgeheim en springt dan ook erg behoedzaam om met medische informatie over u. Vertrouwensarts.	Is gebonden door beroepsgeheim en springt dan ook erg behoedzaam om met medische informatie over u. Vertrouwensarts.

Adviserend geneesheer	Arbeidsgeneesheer
<p>Is verbonden aan uw ziekenfonds. Neemt onafhankelijk zijn beslissing.</p>	<p>Is verbonden aan het bedrijf, maar geeft onafhankelijk advies.</p>
<p>Hij begeleidt naar werkhervatting toe.</p>	<p>Bemiddelt indien u dat wenst bij uw werkgever.</p>
<p>Evalueert of u voldoet en blijft voldoen aan de medische voorwaarden voor het ontvangen van ziekengeld (uitkering).</p>	<p>Anticipeert met u en uw werkgever op problemen die zich kunnen voordoen bij hervatting van het werk en herval in arbeidsongeschiktheid.</p>
<p>Geeft eventueel toestemming voor deeltijdse werkhervatting al dan niet als aanloop naar volledige werkhervatting</p>	<p>Helpt u om redelijke aanpassingen van uw werk te bekomen, nodig om werkhervatting toe te laten.</p>
<p>Is gebonden door beroepsgeheim en heeft toegang tot alle medische informatie nodig om te oordelen ivm het toekennen van recht op ziekengeld.</p>	<p>Is gebonden door beroepsgeheim. Geef de nodige medische informatie door zodat hij/zij neutraal kan bemiddelen naar aangepast werk bij de werkgever indien dit nodig is.</p>





## Wat vertelt u uw collega's?

*“Ik heb mijn collega's verteld dat ik kanker heb. Ze vragen regelmatig of het gaat. Als ik even pauze neem, is er niemand die daar vragen over stelt. Blijkbaar hadden ze genoeg aan mijn uitleg.”*

U kiest volledig zelf, wat u uw collega's vertelt over de diagnose of over de behandeling. Misschien circuleren er geruchten over waarom u afwezig bent. Sommige collega's zullen vragen stellen of zich ongemakkelijk voelen. Misschien denken ze dat u niet meer in staat bent om uw werk te doen. Andere collega's leven dan weer mee en bieden steun.

Beslis op voorhand wat u vertelt, aan wie en hoe. Het kan zeker vooroordelen en onbegrip tegengaan.

Beslist u uw collega's te informeren? Hou het dan eenvoudig. Vertel kort wat er gebeurd is en wat de plannen zijn voor uw terugkeer (wanneer u terugkomt en uw werkschema voor de volgende maanden).

## Wat vertelt u in een sollicitatiegesprek?

*“Mijn vorige job is fysiek niet meer haalbaar. Ik vind mezelf te jong om thuis te blijven. Misschien moet ik wel op zoek naar ander werk? Maar ik weet niet wat ik daar kan vertellen over mijn ziekte.”*

Als u als (ex-)kankerpatiënt een nieuwe job zoekt, bent u niet verplicht om in uw sollicitatiegesprek te vertellen dat u behandeld bent voor kanker. Behalve als laat-tijdige gevolgen van de ziekte of de behandeling uw werk nadelig kunnen beïnvloeden. Wek geen wantrouwen door geheimzinnig te doen, bijvoorbeeld als ter sprake komt dat u een periode geen werk had door uw behandeling.

## Meer informatie?

- *Vlaamse Liga tegen Kanker:*  
de Vlaamse Kankertelefoon: 078 15 01 51  
Elke werkdag van 9 tot 12 en van 13 tot 17 u. of via een mail naar [kankerlijn@tegenkanker.be](mailto:kankerlijn@tegenkanker.be)
- *Stichting tegen Kanker:*  
Kankerfoon: 0800 15 802  
Elke werkdag van 9 tot 13 u., op maandag van 9 tot 19 u.
- *Medische dienst van uw ziekenfonds:*
  - Christelijke Mutualiteit,  
Medisch Secretariaat: 011 28 04 93,  
[arbeidsongeschiktheid.limburg@cm.be](mailto:arbeidsongeschiktheid.limburg@cm.be)
  - De Voorzorg,  
dienst Maatschappelijk Welzijn: 011 24 99 11,  
[info@devoorzorg.be](mailto:info@devoorzorg.be)
  - Euromut: 02 444 42 22,  
[info@euromut.be](mailto:info@euromut.be)
  - Hulpkas voor Ziekte- en Invaliditeitsverzekering,  
Sociale Dienst: 0474 87 44 57,  
[gceunen@hziv.fgov.be](mailto:gceunen@hziv.fgov.be)
  - Liberale Mutualiteit,  
Dienst Maatschappelijk Werk: 011 29 10 28,  
[dmw@lml.be](mailto:dmw@lml.be)

- Onafhankelijk Ziekenfonds,  
Sociale Dienst Antwerpen: 03 201 84 80,  
socialiedienst@oz.be
  
- Partena,  
Dienst Vervangingsinkomen: 09 265 17 31,  
info.vi@partena-partners.be
  
- Securex,  
Team Uitkeringen: 078 15 93 01,  
ziekenfonds@securex.be
  
- Vlaams Neutraal Ziekenfonds,  
Dienst Maatschappelijk Werk: 089 35 67 53,  
limburg@vnz235.be

