

Kenniskaart

Informatie over re-integratie voor naasten



Deze kenniskaart is voor naasten van werknemers

Versie 15-04-2025

Ontwikkeld door onderzoekers van de afdeling Gezondheidswetenschappen van het UMCG

Passend • werk

Hulp bij ziekte en re-integratie

Is iemand die je kent lange tijd ziek geweest? En wil deze persoon graag weer gaan werken? Dan kan re-integratie helpen. Re-integratie helpt mensen om weer mee te doen op het werk, op een manier die bij hen past.

Wat is re-integratie?

Re-integratie betekent: stap voor stap weer aan het werk gaan. De zieke persoon en de werkgever zoeken samen naar manieren om dit mogelijk te maken. Het doel is dat de persoon weer kan werken. Hierbij wordt goed gekeken naar:

- Wat de persoon aankan met zijn of haar gezondheid
- Welke taken de persoon goed kan doen

Wetten en regels

Als iemand lang ziek is en weer wil werken, zijn daar verschillende regels voor. In Nederland zijn deze regels verzameld in een wet. Deze heet "Wet verbetering poortwachter". De regels in deze wet zorgen ervoor dat de terugkeer naar werk goed gaat.

Er zijn veel mensen die bij de terugkeer naar werk kunnen helpen:

- De baas (de werkgever)
- De zieke persoon zelf (de werknemer)
- Iemand die helpt bij ziekteverzuim (ook wel casemanager of verzuimbegeleider of coach genoemd)
- Het UWV
- Een bedrijfsarts
- Een arbeidsdeskundige
- Soms ook een loopbaancoach

Er zijn daarnaast verschillende manieren om weer te gaan werken. Terugkeren naar werk kan bij de eigen werkgever of bij een andere werkgever zijn. Dit heet eerste spoor en tweede spoor re-integratie:

- Re-integratie eerste spoor: iemand gaat weer aan het werk bij zijn/haar huidige werkgever. Eventueel met werkaanpassingen of in een nieuwe of aangepaste functie.
- Re-integratie tweede spoor: iemand kan niet meer aan het werk bij zijn/haar huidige werkgever en gaat op zoek of vindt werk bij een andere werkgever.

Wat kun je als naaste doen?

Als iemand lang ziek is geweest, is het weer gaan werken moeilijk. De persoon kan zich zorgen maken of verdrietig zijn. Zeker als deze persoon niet meer hetzelfde werk kan doen als vroeger. Jij kunt als partner, familielid of vriend(in) veel betekenen. Hier lees je hoe:

Luister naar de persoon

Het is fijn als iemand weet dat hij of zij niet alleen is. Luister goed en zeg niet meteen wat de persoon moet doen. Begrijp dat het moeilijk is. Gewoon er zijn voor de persoon helpt al veel.

Help met praktische dingen

Je kunt op veel manieren helpen:

- Ga mee naar gesprekken met de baas of de bedrijfsarts
- Praat samen na over deze gesprekken
- Help zoeken naar werk dat past
- Kijk samen naar vacatures
- Geef moed voor een sollicitatiegesprek
- Vraag aan mensen die je kent of zij weten waar werk is

Help met geld (als dat mogelijk en nodig is)

Soms heeft iemand die ziek is minder geld. Geldzorgen bij dreigend baanverlies kunnen voor veel stress zorgen. Als je kunt helpen, kan dat veel zorgen wegnemen. Maak wel goede afspraken hierover. Als je niet in staat bent om met geld te helpen, misschien kun je iemand wel helpen bij het omgaan met hun geld. Kijk bijvoorbeeld ook op www.wijzingeldzaken.nl voor tips over het omgaan met geld bij geldzorgen.

Geef moed

Moedig de persoon aan om door te gaan, ook als het moeilijk is. Help om nieuwe doelen te vinden of bij het doen van een nieuwe opleiding of omscholing als dat nodig is. Praat over de goede dingen die kunnen gebeuren.

Doe dingen samen

Zorg dat de persoon mensen blijft zien. Samen leuke dingen doen is belangrijk. Praat ook over andere dingen dan werk en ziekte.

Professionele hulp vragen

Als laatste is het soms goed om hulp te krijgen van mensen die hiervoor geleerd hebben. Een coach of therapeut kan goed helpen bij stress. De werkgever kan hier soms bij helpen.

Het is niet makkelijk als iemand lang ziek is. Maar jouw hulp kan veel betekenen. Door te luisteren en te helpen, maak je het minder zwaar voor de persoon.