



Stapnu

leren van & **met** elkaar!



Ondernemend Emmen

20 april 2023

Even voorstellen



► **Mieke Gelderloos**

Re-integratiecoach / trainer bij Stap Nu

Regio Groningen & Drenthe

m.gelderloos@stap.nu

06- 10 90 34 71

Stap Nu

- ✓ Re-integratie specialist
- ✓ Landelijke dekking
- ✓ Ervaringsdeskundige coaches
- ✓ Gespecialiseerd in:
 - ▶ Kanker
 - ▶ Chronische ziekte
 - ▶ Post COVID-19
- ✓ Werkgevers & UWV
 - ▶ Spoor 1 / 2
 - ▶ Job Coaching
 - ▶ UWV
 - ▶ Maatwerk



Gericht op duurzame inzetbaarheid en mogelijkheden

Programma

- ▶ Cijfers en trends
- ▶ Ziektefases
- ▶ Re-integratie
- ▶ En vooral: In gesprek met elkaar

Cijfers in Nederland

- ▶ **124.000 nieuwe diagnoses in 2021**
- ▶ **Prognose nieuwe diagnoses in 2032: 156.000**
- ▶ **50.000 diagnoses in de beroepsbevolking per jaar (antwoord B)**
 - 192 mensen per werkdag
 - 1 op de 200 werknemers
- ▶ **Gemiddelde verzuimduur bij kanker: 10 – 24 maanden (antwoord C)**
- ▶ **20% van de medewerkers verliest zijn/haar baan (antwoord C)**

Trends: *ziekte* gerelateerd

- ▶ Meer (jonge) mensen gediagnosticeerd
- ▶ Inzet op vroegdiagnostiek
- ▶ Preventieve screening verbeterde bevolkingsonderzoeken
- ▶ Overlevingskansen verbeteren
- ▶ Minder ingrijpende behandelingen
- ▶ Minder bijwerkingen
- ▶ Vaker 'chronisch' (palliatief stabiel)

Trends: *werk* gerelateerd

- ▶ Pensioenleeftijd omhoog
- ▶ Vergrijzing
- ▶ Rol werkgever omvangrijker
- ▶ Werken bij kanker (nog) niet vanzelfsprekend
- ▶ Werken is meer dan aanwezig zijn, het is afleiding, sociale contacten, even niet ziek zijn

Ziektefases

1. Diagnosefase (acute fase)

“Wat is er met me aan de hand?”

2. Behandelfase

“Doen de behandelingen hun werk?”

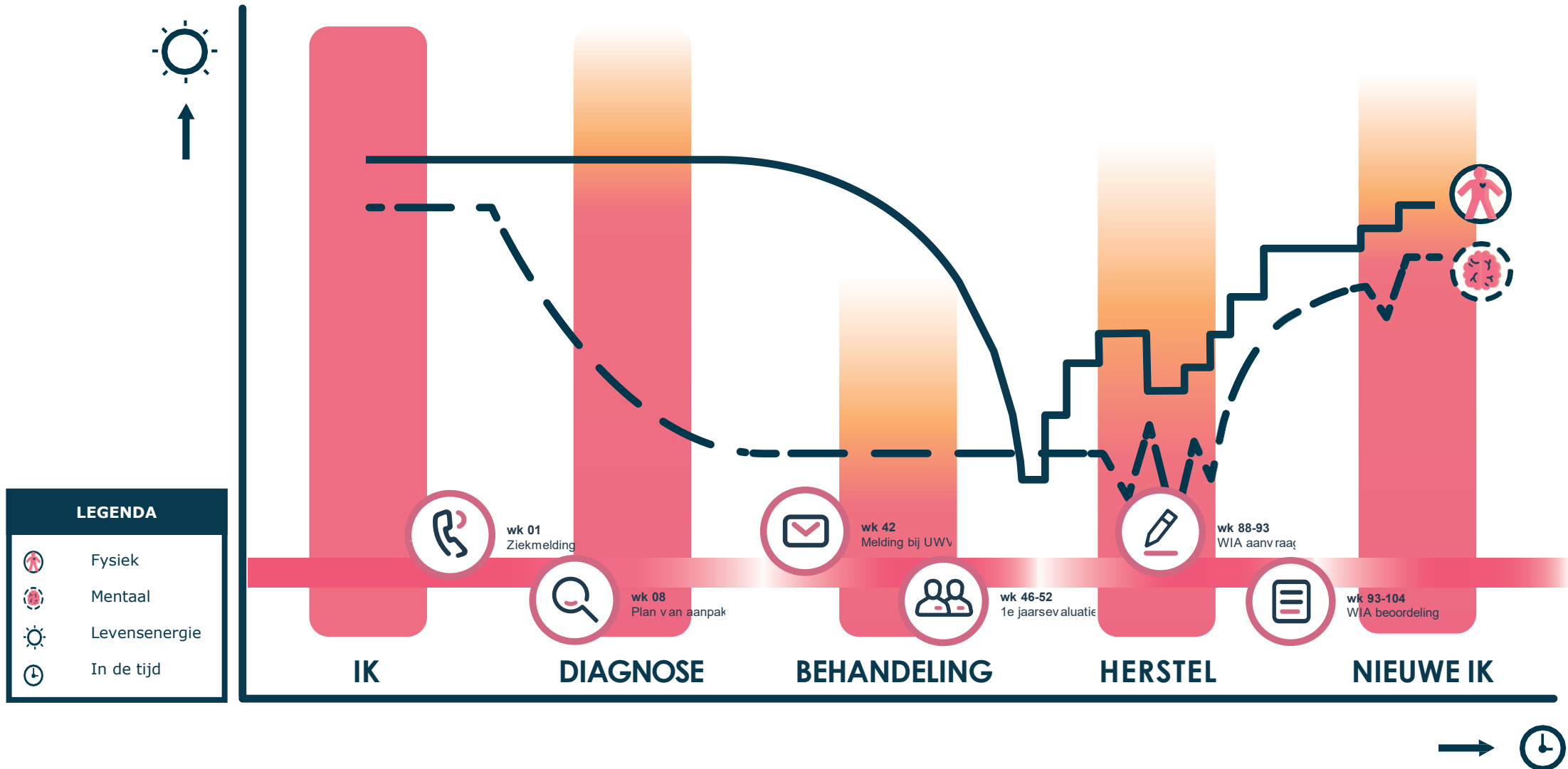
3. Nazorg en herstelfase(re-integratie)

“Hoe pak ik mijn leven weer op? “

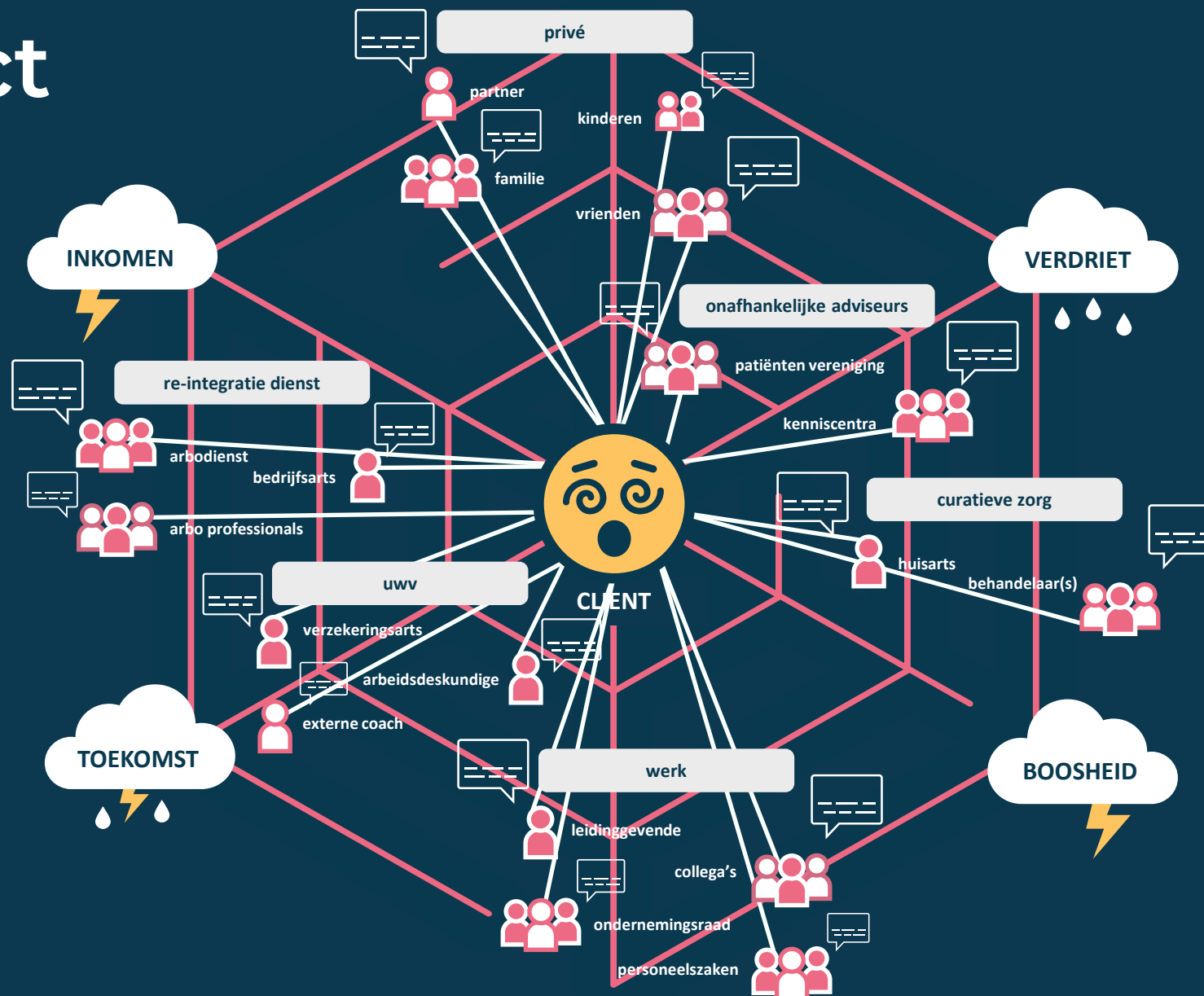
4. Duurzame inzetbaarheid

“Word ik weer de ‘oude’, of.... een ‘nieuwe’?”

Ziektefasen



Impact



Gevolgen diagnose werkgever

- Hoge kosten (eén verzuimdag kost de werkgever gemiddeld 250 euro)
- Verlies productiviteit/continuïteit
- Extra belasting leidinggevende en collega's
- Extra processen (werving, verzuimbegeleiding)
- Kennis rechten, plichten, rollen

Diagnosefase

Behandel werknemer als mens en niet als patiënt

Overleg over:

- werkuren
- inhoud van werk
- communicatie naar afdeling
- thuiswerken

Organiseer een gesprek met de bedrijfsarts.

Inzicht in de rolverdeling tussen bedrijfsarts en leidinggevende

Behandelfase

Afspraken maken hoe elkaar op de hoogte houden

Blijf in the lead

Afstemming met bedrijfsarts

Informeer werknemer over belangrijke zaken.
(bijv. reorganisatie, vertrek van collega, contractzaken)

Nazorg en herstelfase / Duurzame inzetbaarheid



Afspraken maken hoe elkaar op de hoogte houden

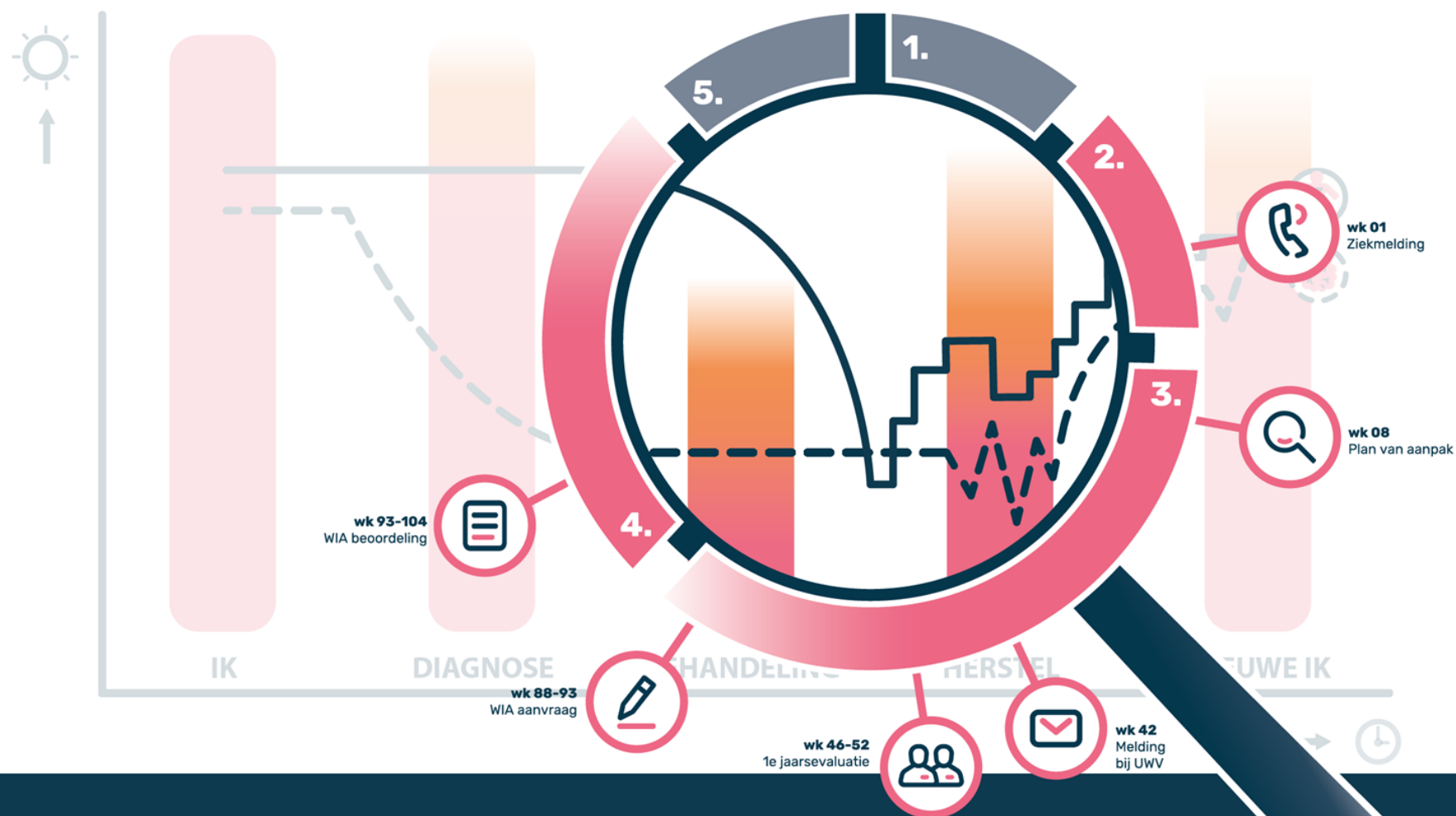
Bespreek de afgesproken taken in het werkoverleg, en de consequenties daarvan voor het team

Voortouw m.b.t. randvoorwaarden

Heb oog voor de dynamiek binnen het team

Welke ondersteuning in re-integratietraject?

Ziektefases en wetgeving



Korte en lange termijn gevolgen

- Algeheel onbehagen
- Haaruitval
- Misselijkheid/braken
- Slijmvlies aantasting
- Neuropathie
- **Lagere weerstand**
- Smaakverandering
- Allergische reacties
- **Emotionele belasting**
- **Vermoeidheid**
- Ziekenhuisbezoek
- **Angst voor recidive**

KORTE TERMIJN



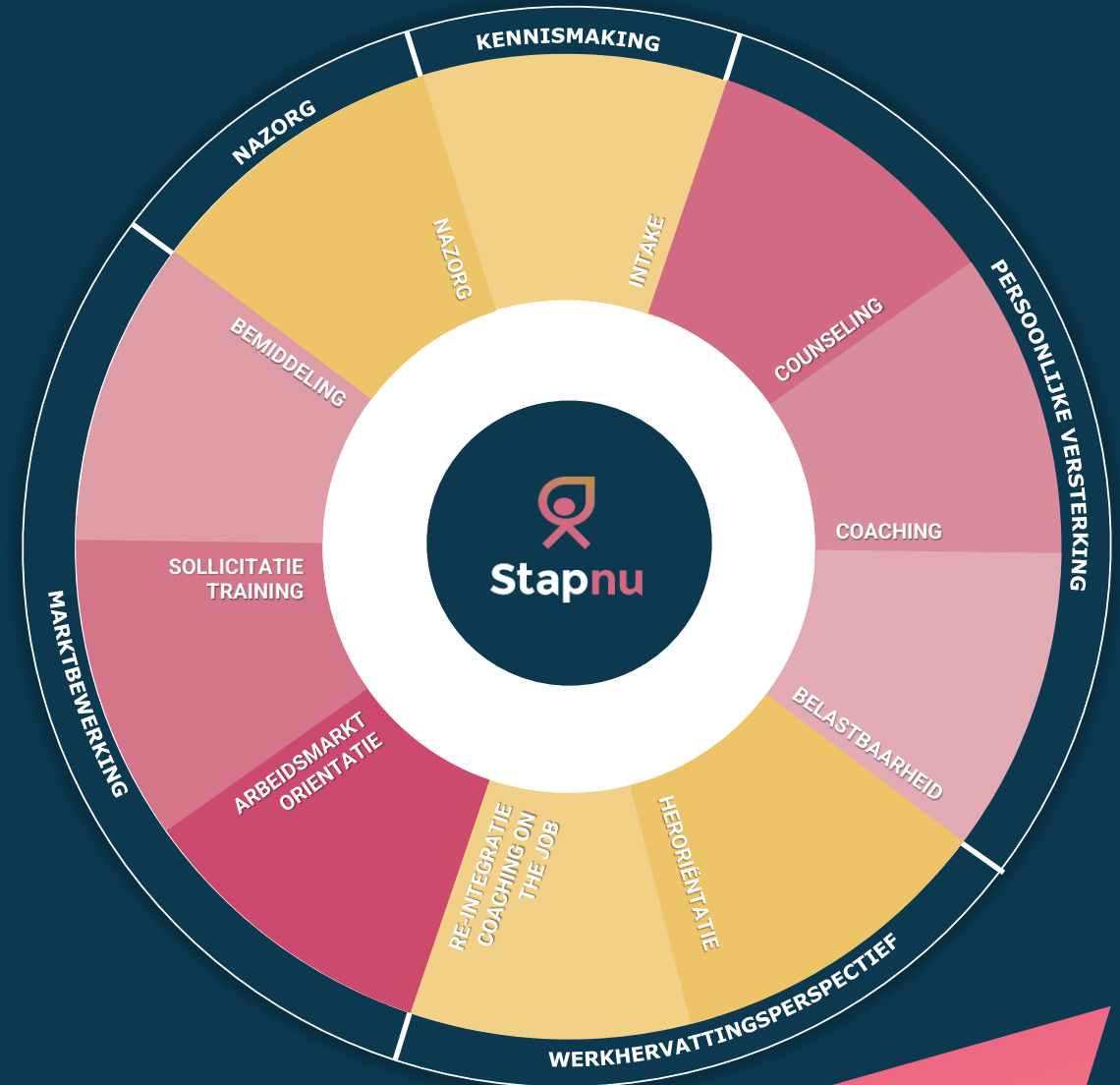
- **Lichamelijke klachten, pijn**
- Overgang/onvruchtbaarheid
- Hart-, nier-, long- en gehoorschade
- Bloedarmoede
- Schildklierproblemen
- Depressieve klachten, angst
- Bijwerkingen medicijnen
- **Neuropathie**
- Emotionele impact
- **Vermoeidheid**
- **Cognitieve beperkingen**
- Verlies van werkvermogen
- **Verslechterde kwaliteit van leven**
- Angst voor recidive

LANGE TERMIJN



Gespecialiseerde begeleiding

- ▶ Modulaire opbouw
- ▶ Maatwerk
- ▶ Bedrijfsarts consulent oncologie
- ▶ Advies oncologisch verpleegkundige
- ▶ Sportprogramma op maat
- ▶ Arbeidsdeskundig onderzoek
- ▶ Haalbaarheidsonderzoek



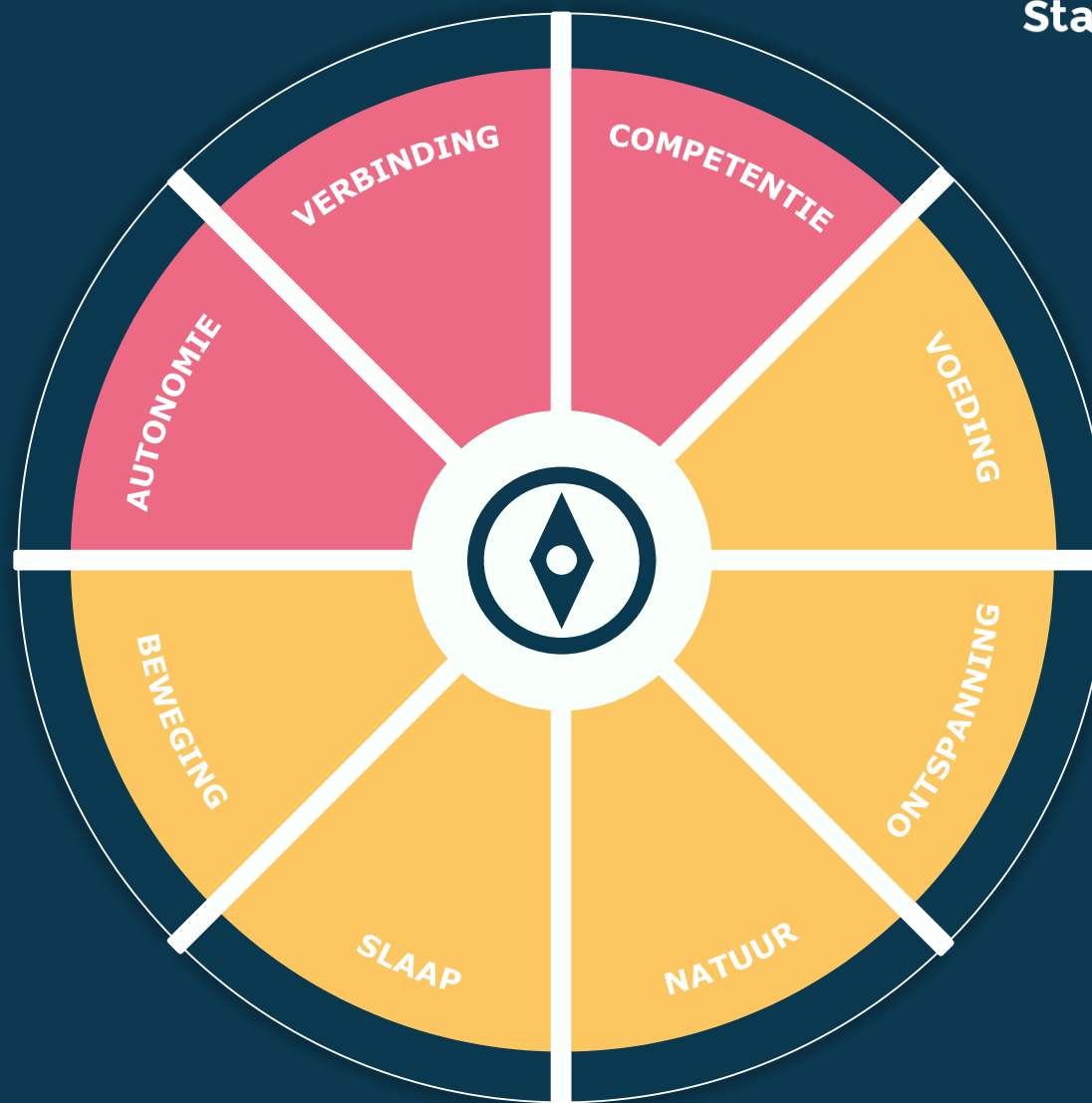
Specifieke interventies

- ▶ Vitaliteitskompas
- ▶ ODC drijfverenmeting
- ▶ Cogmed Werkgeheugen training
- ▶ VAR-2

Vitaliteitskompas

Basisbehoeften:

- ▶ Psychologisch
- ▶ Fysiek



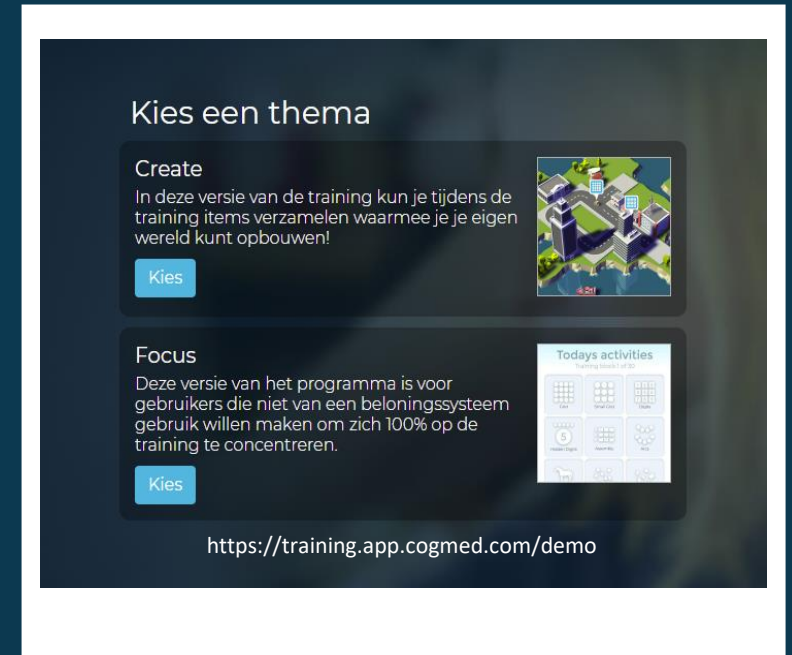
ODC Drijfverenmeting

- ▶ Inzicht in drijfveren, natuurlijke kracht, onbenutte talent en valkuilen
- ▶ Energiegevers VS energienemers → belangrijk bij re-integratie
- ▶ Daarnaast ingezet bij heroriëntatie (wie ben ik?, wat kan ik?) en persoonlijke ontwikkeling



Cogmed geheugentraining

- ▶ Cognitieve beperkingen
- ▶ Online training: 6 -13 weken
- ▶ Cogmed coaches
- ▶ Werkgeheugen verbetert ca. 23%
- ▶ Zelf uitproberen?



<https://training.app.cogmed.com/demo>

VAR-2



- ▶ Diagnostiek voor inzicht in werk en welbevinden
- ▶ Inzicht in psychosociale belastbaarheid
- ▶ Hulpbronnen – stressoren – persoonskenmerken – klachten - beperkingen
- ▶ Inzet: preventie, coaching, re-integratie, revalidatie

Inzet Bedrijfsarts Consulent Oncologie (BACO)



- ▶ Bedrijfsarts met extra expertise in de problematiek rondom kanker en werk(hervatting)
- ▶ Adviseur bij specifieke vragen en problemen
- ▶ Tijdens en (kort tot lang) na de behandeling

Kanker en Werk: wat werkt?

Tips voor re-integratie

- ▶ Werken tijdens of tussen behandelingen mag (als je kunt en als je wilt)
- ▶ Ga en blijf in gesprek met je werkgever/leidinggevende en maak afspraken over de wijze van informeren van collega's
- ▶ Zorg dat je in een vroeg stadium voorlichting en begeleiding krijgt (o.a. bedrijfsarts)
- ▶ Bespreek, bij het opstellen van het behandelplan, de impact op het werk ook met je behandelaar
- ▶ Laat je geen rust voorschrijven en blijf in beweging
- ▶ Houd, zo veel mogelijk, zelf de regie

Kanker en werk: wat werkt?

Tips voor terugvalpreventie

- ▶ Ga ook na - al dan niet volledige - werkhervatting, regelmatig met elkaar in gesprek, evalueer de stand van zaken, pas de afspraken aan, etc.
- ▶ Heb aandacht voor de gevolgen van blijvende en in ernst wisselende belastbaarheid bij wisselende beperkingen
- ▶ Vraag ook in deze fase de bedrijfsarts om advies voor interventies gericht op herstel van de belastbaarheid



Werk en kanker

Gesprekshulp
voor medewerker
en werkgever



Informatie



- **Informatie | ervaringen | hulp**

www.kanker.nl

- **Gesprekshulp Werk en Kanker**

www.kenniscentrumwerkenkanker.nl

- **Gratis app gesprekshulp bij kanker**

www.kanker.nl/gesprekshulp

- **Richtlijn Kanker en Werk**

www.nvab-online.nl/richtlijnen/kanker-en-werk

Telefonisch spreekuur



Elke donderdag

van 15.00 tot 17.00 uur



Vrijblijvend telefonisch spreekuur

~ 085 - 400 01 87 ~