

Samenvatting

Behoeften en aandachtspunten voorlichting en scholing COVID-19 en werk

Resultaten uit online sessies, groepsgesprekken en interviews in periode van juli-november 2021
Centrum Werk Gezondheid, 30 november 2021

Programma COVID-19 en werk

Het programma COVID-19 en werk ontwikkelt voorlichting en scholing rond COVID-19 en werk. Met als doel om zo bij te dragen aan werkbehoud en werkhervatting bij langdurige coronaklachten. De doelgroepen van het programma zijn werkgevers, werknemers, ZZP'ers, arbo- en zorgprofessionals.

Er is gedurende de periode juli-november 2021 bij een brede groep informatie opgehaald over wat belangrijke aandachtspunten zijn voor het ontwikkelen van voorlichting en scholing over COVID-19 en werk. Om goed de ervaringen en behoeften boven tafel te krijgen, waren de sessies interactief met een zodanig aantal deelnemers dat iedereen aan het woord kon komen. In totaal hebben negen online sessies plaatsgevonden:

- Twee sessies met ervaringsdeskundige werknemers, in totaal namen 16 mensen deel.
- Vijf sessies met een gemêleerd gezelschap van professionals (arbo, zorg, re-integratie), in totaal namen 30 mensen deel.
- Een sessie plaatsgevonden met acht nazorgadviseurs van C-support,
- Een sessie met zeven werkgeversvertegenwoordigers.

Het is niet gelukt om een aparte sessie met ZZP'ers en ondernemers te organiseren, ook niet middels een oproep via C-support en ZZP Nederland. Wel hebben twee interviews met ZZP'ers plaatsgevonden. En is er een ervaringsdeskundigenpanel opgericht waarvan zowel werknemers als ZZP'ers met langdurige coronaklachten deel uitmaken, zodat het perspectief van de zelfstandige werkende in ieder geval meegenomen wordt.

De uitkomsten nemen we mee in de ontwikkeling van voorlichting en scholing rond COVID-19 en werk. Ook zijn de uitkomsten gebruikt bij het updaten van de handreikingen COVID-19 en werk.

Centrum Werk Gezondheid en C-support geven samen vorm aan het programma COVID-19 en werk. Het programma krijgt steun van het ministerie van SZW en het ministerie van VWS. Voor meer informatie over het programma, een overzicht van tools, relevante websites, artikelen en webinars: www.werkcovid19.nl

Op deze website zijn ook de handreiking COVID-19 en werk te vinden: https://werkcovid19.nl/wp-content/uploads/2021/12/COVID_19_werk_handreikingen_nov2021.pdf

Belangrijkste uitkomsten

We beschrijven hier puntsgewijs en op hoofdlijnen de belangrijkste uitkomsten. Allereerst met kernwoorden in een tabel, daarna met korte toelichting.

Werknemers	ZZP'ers	Werkgevers	Arbozorgprofessionals	Zorgprofessionals
Ziektebeeld Begrip, erkenning Wetgeving Werkopbouw Hulp zoeken Gesprekshulp	Ziektebeeld Openheid Grenzen bewaken Ander(s) werk(en) Hulp zoeken AOV Financiële zaken	Ziektebeeld Maatwerk Werkopbouw Wetgeving	Ziektebeeld Werkopbouw	Ziektebeeld Rol bij werk Verwijsmogelijkheden Wetgeving

Ziektebeeld, begrip en erkenning

- Er is veel onbekendheid over langdurige coronaklachten. En daarmee mogelijk ook onbegrip. Ook omdat veel aspecten zoals cognitieve klachten, concentratieproblemen en vermoeidheid niet zichtbaar zijn.
- Meer aandacht en informatie is nodig rond grillig ziektebeeld met klachten die per persoon maar ook per dag kunnen verschillen.
- Er is specifiek meer aandacht nodig voor psychosociale klachten. Waaronder:
 - o Angstklachten door ziekenhuisopname of ziekte juist alleen thuis doorgemaakt zonder zorg en bezoek.
 - o Rouwen om verlies van 'eigen lichaam', verlies van kunnen doen wat je deed, en mogelijk verlies van werk.
 - o Financiële problemen en stressklachten door minder inkomen
- Het belang van steun zoeken: deskundig, maar ook sociale steun (lotgenoten, vrienden, familie, collega's etc).
- Van belang dat je huisarts erkent dat je langdurige coronaklachten hebt, ook voor juiste doorverwijzing naar zorgverleners (al dan niet vanuit regeling paramedische herstellzorg na COVID-19).

Herstel, werkopbouw en maatwerk

- Herstel duurt lang en is grillig, iedereen is nog zoekende wat het beste werkt.
- Er is veel sprake van overschatting van iemands mogelijkheden, juist omdat veel klachten niet zichtbaar zijn maar wel grote invloed op het werk hebben, zoals cognitieve klachten.
- Belangrijk is dat:
 - o Werkgever en werknemer in gesprek met elkaar blijven en kijken naar opbouw van werk in kleine stappen, aansluitend bij wat werknemer aangeeft wat kan (maatwerk).
 - o Bedrijfsarts maar bijvoorbeeld ook ergotherapeut, bedrijfsmaatschappelijk werk en psycholoog kunnen werkgever en werknemer ondersteunen. Juist omdat klachten per medewerker kunnen verschillen en de situatie anders is.
 - o Zorg- en hulpverleners kunnen werkgever en werknemer ook meer informatie geven over ziektebeeld en proces.
- Grenzen bewaken is genoemd als aandachtspunt:
 - o Veel ondernemers moeten wel doorwerken vanwege hun inkomen, zeker als ze niet verzekerd zijn of een financieel vangnet hebben.
 - o Werknemers kunnen druk voelen vanuit werkgever, bedrijfsarts en wetgeving.
 - o En het punt is van belang bij mensen die van nature maar doorgaan.
- Combinatie werk, zorg en privé is zwaar. Zeker als daar reistijden bij komen:
 - o Op (gedeeltelijke) werkdagen vaak geen energie voor huishoudelijke taken of sociale contacten.
 - o Dit aspect meenemen in opbouw van werk, zodat er energie overblijft voor andere zaken naast werk.
- Vermoeidheid speelt grote rol. 'Mensen met langdurige coronaklachten hebben een slecht oplaadbare batterij die ook snel leeg is'.
- Termen als 'doseren', 'balanceren' en 'rust inbouwen' komen naar voren.
- Bij COVID werken zaken soms anders, komt uit de praktijk naar voren. Eerst aan spierkracht werken lijkt handiger dan starten met conditie opbouw.

Wetgeving – wet verbetering Poortwachter

- Door grillig verloop en herstel passen termijnen wetgeving niet 1 op 1 op iemand met langdurige coronaklachten.
- Het risico bestaat dat mensen terugvallen in herstel of juist uitvallen doordat de wetgeving veel van hen vraagt. Zoals solliciteren in spoor 2 bij andere werkgever terwijl iemand nog volop bezig is met herstellen.
- Werknemer (zich) goed (laten) informeren over wetgeving: wat kan werknemer verwachten over de tijd heen en hoe kan werknemer zich goed voorbereiden op elke stap.

- Ook is van belang dat in het proces duidelijk is wie welke rol heeft, zoals bedrijfsarts, verzekeringsarts en arbeidsdeskundige.
- Ook niet alle werkgevers zijn goed op de hoogte van wetgeving. Zoals MKB werkgevers.

Werknemers

- Mensen missen bij wegvallen van het werk de structuur die werk biedt.
- Werk biedt wel veel prikkels, zeker bij werken op locatie met collega's. Zoals veel vragen tijdens het werk krijgen. En ook de gesprekken met collega's tijdens pauzes kosten energie. Er is de wens om meer 'stille/ongestoorde werkmomenten' en pauzes in te bouwen.
- Vaak is er de voorkeur voor werk zonder deadlines, met afgebakende taken, die iemand in eigen tempo kan doen, met flexibele werktijden. En bijvoorbeeld het spreiden van werk over de week heen, met voldoende pauzes op een dag.
- Zoek hulp, zoek steun, zorg voor een vangnet. Dit vormt een belangrijk advies aan andere lotgenoten. C-support, ergotherapeut en fysiotherapeut worden onder meer daarbij genoemd als belangrijke bronnen van steun en advies.
- Er is aandacht nodig voor mensen die via het werk COVID-19 besmet zijn geraakt en nu langdurige coronaklachten hebben. In deze situaties speelt ook mogelijk risico op conflict met werkgever bij COVID-19 als beroepsziekte.

ZZP'ers

- Naast inkomen, vinden ZZP'ers net als werknemers de structuur die werk aan een dag biedt belangrijk. Ook in kader van herstel.
- Als je eigen grenzen overgaat qua werk, is het van belang dat er iemand is die je handrem kent. En door wie je je laat afremmen.
- Hoe open ben je richting opdrachtgevers? Het advies is om open te zijn omdat je dat vaak het verste brengt. En de realiteit is dat je ziek bent en daardoor mogelijk je afspraken niet kunt nakomen.
- Een arbeidsongeschiktheidsverzekering (AOV) biedt niet alleen een vangnet: het kost ook energie, het is een taak erbij, is de ervaring. En er spelen vergelijkbare zaken als bij werknemers en wetgeving Poortwachter:
 - o Weten wat verzekering en voorwaarden inhouden,
 - o Wat rol van verzekeringsarts is,
 - o Zich goed voorbereiden op gesprek en,
 - o Deskundige hulp inschakelen in het traject om je bij te laten staan
 - o Ook hier is er vaak 'druk' vanuit de verzekeraar om snel weer aan de slag te gaan
- ZZP'er heeft meer mogelijkheden om zelf te spelen met aantal werkzaamheden/uren per werk.
- Maar ook: het is lastig om te re-integreren naar ander werk: hoe vindt je dat?
- Een tip is dat een verzekeraar ook een netwerk van deskundigen heeft die je als ZZP'er kunt inzetten. Zoals een arbeidsdeskundige voor omscholing als eigen werk door ziekte niet meer lukt.
- Verder zijn er mogelijkheden vanuit paramedische herstellzorg na COVID-19 die ZZP'ers ook bij werk kunnen helpen. Vooral goede ervaringen met ergotherapeut voor dagstructuur, energiemangement en balans komen naar voren. Verder is C-support genoemd als belangrijke speler voor advies aan ZZP'ers.
- ZZP'ers zijn niet gewent om hulp te zoeken. Als kanalen om ZZP'ers te wijzen op hulp en informatie rond COVID-19 en werk zijn de huisarts, arbeidsongeschiktheidsverzekeraars en Kamer van Koophandel onder meer genoemd.

Werkgevers

- Het is goed om te realiseren dat niet iedere werkgever te maken krijgt met medewerkers met langdurige coronaklachten. De grootste groep herstelt.
- Verder mogen werkgevers vanwege privacy niet vragen wat iemand heeft. En is het ook niet nodig om de medische achtergronden te weten om een medewerker goed te begeleiden.

- Ongeacht wat iemand heeft, zijn de structuren hetzelfde. Zoals gesprek tussen werkgever/leidinggevende en medewerker, adviserende rol van bedrijfsarts en de wettelijke structuren zoals wet poortwachter en kaders vanuit Autoriteit Persoonsgegevens.
- Het meest van belang is het gesprek tussen leidinggevende en medewerker over wat kan en mogelijk is. Waarbij maatwerk bieden het uitgangspunt zou moeten zijn.
- Het signaal is afgegeven dat door thuiswerken medewerkers met langdurige coronaklachten buiten beeld kunnen zijn of raken. Letterlijk. Maar ook figuurlijk doordat ze door het thuiswerken het werk nét vol kunnen houden maar wel op hun tenen lopen.

Arbozorgprofessionals

- Het belangrijkste wat we willen meegeven uit de gesprekken dat naar voren komt is het werk opbouwen op basis wat iemand kan qua energie, met korte afgebakende taken, zonder tijdsdruk. En dat tijdcontingent opbouwen met uren minder voor de hand ligt bij langdurige coronaklachten door lang en grillig herstel.

Arbo/zorgprofessionals

- Arbo- en zorgprofessionals hebben een belangrijke bijdrage in het verhogen van de kennis over langdurig coronaklachten.
- Professionals kunnen werkende cliënt/patiënt steunen in het kunnen nemen van regie en het zoeken naar hulp. Doorvragen en luisteren zijn daarbij handige werkwijzen, maar ook alert zijn op signalen die vermoeidheid aangeven (zoals stemgeluid).
- Onderlinge afstemming over behandeling en gewenste uitkomsten tussen professionals is wenselijk. Zeker om dat er nog zoveel onbekend is wat goed kan uitpakken. En het voor patiënten extra belastend is om zoveel zorgverleners te hebben en de patiënt het verhaal steeds opnieuw moet vertellen.
- Patiënten kunnen ook vragen aan hun zorgverlener dat ze graag willen dat deze met die andere zorgverlener contact opneemt.
- Een zelfde taal spreken rond werk, is ook genoemd: wat is van belang dat patiënt weet rond werk en welke rol heb ik daarin als zorgverlener.

Zorgprofessionals

- Zorgverleners kunnen werkende patiënten/cliënten op juiste spoor zetten om zich te informeren over wetgeving bij ziekte en wijzen op werkgerelateerde hulp.
- Van belang dat zorgprofessionals oog hebben of iemand zijn eigen mogelijkheden overschat en of zichzelf overvraagt. Ook het regelen van zorgafspraken en de behandeling kunnen intensief zijn en veel energie vragen. Een groepstraining geeft bijvoorbeeld veel prikkels.

Overige zaken

- Zoek 1-2 kanalen waar systematisch en goede informatie over COVID-19 en werk te vinden is, zodat je daarnaar toe kunt verwijzen
- Op dit kanaal kan ook informatie komen over beleid en onderzoek dat loopt.
- Er is meer aandacht nodig voor specifieke groepen: zoals werkzoekende jongeren met langdurige coronaklachten, werkenden met andere taal/migratie achtergrond

Verder is opgemerkt dat filmmateriaal of anders niet talig materiaal de voorlichting aan werkenden met langdurige coronaklachten goed kan ondersteunen. Omdat juist vanwege cognitieve klachten veel teksten niet handig zijn.

--

De bijeenkomsten waarvan in deze samenvatting de belangrijkste zaken zijn besproken, maken deel uit van het programma COVID-19 en werk: www.werkcovid19.nl