

WERKEN MET REUMA? HET KAN!

Interview met Jahel Roels over 'Werken met een reumatische aandoening'

ReumaNet's patiëntexpert tewerkstelling en gecertificeerd Return To Work Coördinator Anja Marchal gaat op zoek naar positieve verhalen rond werken met reumatische aandoeningen.

Anja had het genoeg Jahel Roels te interviewen. Jahel werkt nu ongeveer twee jaar bij Hans Anders, een opticienketen die in België en Nederland ruim 400 winkels telt.

Hallo Jahel, mag ik je vragen om je even voor te stellen?

Mijn naam is Jahel, ik ben 37 jaar en heb sinds mijn 20 jaar spondyloartritis. Ik heb ook de ziekte van Crohn. Ik ben op vlak van werk en reuma eigenlijk heel vroeg moeten beginnen zoeken welke richting ik wou uitgaan. Ik wou echt een job die ik heel graag zou doen en waar ik voldoening in zou hebben en die ik kon combineren met mijn ziekte. Ik ben terug beginnen studeren en dat was eigenlijk moeilijk, zowel mentaal als fysiek, maar het is me gelukt. Ik heb een opleiding gevolgd als opticien. Waarom net deze opleiding, weet ik eigenlijk niet. Deze sprong me in het oog en ik ben er dan maar voor gegaan.

Ik ben drie jaar opnieuw naar school geweest, gecombineerd met werk. Ik vond dit tof. In 2018 ben ik afgestudeerd als officieel gediplomeerde 'opticien, optometriste'.

Sinds twee jaar werk ik bij de organisatie Hans Anders. Ik moet zeggen dat ik heel aangenaam verrast geweest ben door hen. Ik heb van in het begin aangegeven, op mijn CV, dat ik op zoek was naar een deeltijdse tewerkstelling en dat

ik in aanmerking kom voor een VOP-premie. Ik vond die vermelding toch wel een beetje een trigger en vroeg me af of ze gingen vragen waarom.

Bij Hans Anders is er een duidelijke sollicitatieprocedure. Eerst word je opgebeld door een recruiter die je vragen stelt om na te gaan waarom je bij Hans Anders wil komen werken. Vanaf het moment waarop deze me belde, heb ik onmiddellijk aangegeven dat ik op zoek ben naar een deeltijdse tewerkstelling omdat ik een chronische ziekte heb.



Ik heb mezelf dat altijd verplicht om dat te zeggen. Ik wil dat mijn werkgever weet dat ik ziek ben omdat ik ervan uit ga dat, als deze werkgever me dan nog steeds wil, ik goed zit.

Heb je dan aangegeven aan de werkgever wat je reumatische aandoening en de ziekte van Crohn op de werkvloer eigenlijk betekent? Hoe heb je dat aangebracht?

Ja. Na het telefonisch gesprek met de recruiter vond het volgende gesprek plaats met de shopmanager. Deze vroeg me waar rekening mee te houden op de werkvloer, naar wat me belemmert in mijn werk. Dat was voor mij al een teken dat ze graag rekening met me wilden houden. Ook het feit dat ze het principe van deeltijds werken en deeltijds invaliditeit kenden en de papieren die hiervoor in orde moeten gebracht worden, was voor mij een complete en positieve verrassing. Veel werkgevers kennen dit niet.

Bij de meeste sollicitaties die ik vroeger deed, kwam er altijd de vraag of ik veel afwezig zou zijn. Deze vraag hebben ze me nooit gesteld bij Hans Anders. Het is trouwens niet zo dat je veel afwezig bent omdat je chronisch ziek bent.

Wat heb je gevraagd op vlak van aanpassingen op de werkvloer?

Ik heb aangegeven dat het voor mij soms moeilijk is om brillen te monteren. Ik monteer heel graag, maar soms kan het moeilijker zijn om



de kleine handelingen met de handen te gaan uitvoeren. De laatste jaren slaat de reuma namelijk meer op mijn handen en hierdoor krijg ik meer problemen op vlak van kleine handelingen met de handen.

Als reactie zeiden ze me dat ik vooral gewoon moet aangeven wanneer het minder gaat, zodat collega's kunnen opvangen. En dat is ook zo.

Mijn collega's waren die eerste werkdag heel curieus. Ze vonden het raar dat je als opticien zou solliciteren voor een deeltijdse job. Ze hebben me dan ook direct gevraagd of ze mochten weten 'wat ik juist mankeer?', wat er precies aan de hand is.

Ik heb hen dat onmiddellijk volledig uitgelegd en verteld welke beperkingen ik hierdoor heb. Eigenlijk hebben ze dit aanvaard zonder problemen. Ze verwachten van mij dat ik erover praat als er iets is zodat ze kunnen zien of ze me met iets kunnen helpen. Ik kan aangeven wanneer ik goede en slechte dagen heb en ze houden hier altijd echt rekening mee.

Dus al je collega's zijn op de hoogte van je aanpassingen op de werkvloer. Zijn er nog andere aanpassingen dan deze van de fijne motoriek? Zijn er nog dingen die voor jou anders zijn?

Goh, het feit dat ik kan afwisselen tussen staan en zitten is belangrijk. Ik probeer zelf een evenwicht te vinden. De ene moment kan ik oogmetingen doen al zittend en als ik goed ben, doe ik oogmetingen al staande. Voor de fijne motoriek hebben mijn collega's een extra setje schroevendraaiers aangekocht waar ik een opzetstukje op heb geplaatst voor meer grip. Voor mij is zo'n opzetstukje al veel aangenaamer werken. Monteren kan nog wel bij metalen brillen, maar als het kunststoffen brilmonturen zijn is het moeilijker omdat ik teveel macht moet uitoefenen om de glazen hiervan in te duwen. Doe ik dit toch, dan is de kans er dat ik de rest van de dag mijn handen niet meer zal kunnen gebruiken.

Maar we zijn altijd met drie en op dat vlak vinden mijn collega's het ook niet erg dat ik maar heel af en toe een montage doe. Ik vind dit wel spijtig, maar ik weet dat mijn handen nog lang mee moeten...

Ik hoor je heel hard zeggen dat open communicatie met collega's en je leidinggevende echt belangrijk is. Ook tijdens de sollicitatieprocedure kwam al heel sterk naar voren dat er rekening met je gehouden zou worden. Is dat de succesfactor om zo content te zijn op je werk?

Ja, ik denk dat wel. Dat doet heel veel.

Ik werkte een heel jaar 18 uur per week, waarna ik zelf aan de areamanager aangegeven heb dat ik graag meer uren zou werken. Ik werk nu 21 uur per week, waardoor ik nu drie volle dagen werk. Mijn areamanager heeft me ook al gevraagd of dit lukt, of het niet te zwaar is, en dat vind ik wel tof.

Het is ook zo dat ik dit zelf allemaal heb kunnen kiezen. Ik heb in overleg met mijn collega's gevraagd op welke manier ik die drie volle dagen het beste kan werken. Voordien werkte ik elke maandag, dinsdag en zaterdag, waardoor ik tussen maandag en dinsdag geen recuperatiedag had. Ik heb nu na elke werkdag een recuperatiedag en dat scheelt enorm. Ook is het zo dat ik nu werk op elke vrije dag van mijn collega, zodat we steeds met voldoende zijn in de winkel. Dat is ook het voordeel als ze écht luisteren en dat ze zien waar je nood aan hebt en bekijken of dit past in de planning. Dat is echt ongelooflijk.

Wat zijn tips die je wil meegeven aan werkgevers, werknemers, werkzoekenden,... in kader van reuma en werk?

Ik weet dat er heel veel mensen bang zijn om open en eerlijk te communiceren. Maar het is zo belangrijk. Als je open communiceert over je ziekte en je werkgever reageert hier positief op, dan weet je dat je goed zit.

Natuurlijk zijn er heel wat werkgevers die nog te vaak denken dat wanneer je een chronische zieke in dienst neemt, die persoon veel ziek zal zijn. Een mentaliteitsverandering is hier wel nodig. Dat vooroordeel moet gewoon weg. Want uiteindelijk, als je een goede planning maakt zoals in mijn situatie, en je communiceert er goed over, dan kan je ervoor zorgen dat die chronische zieke zijn volledige dagen wel kan werken. Want ik weet dat mijn ziekteverzuim bijvoorbeeld lager is dan bij sommige andere collega's.

Ik weet ook dat niet iedereen volledige dagen kan werken omwille van hun aandoening. Het

draait vooral rond communicatie en het is werken op maat. Open communicatie vanuit zowel de werkgever als de werknemer. Het verzwijgen helpt niet. Als de werkgever weet hoe je ziekte in elkaar zit en waar zich beperkingen voordoen, waar op gelet kan worden tijdens het werk, dan kunnen dankzij een aantal kleine vragen heel wat oplossingen gegeven worden.

Dank je wel, Jahel!

Lees ook het interview met Jahel's HR manager Graziella Cali.



Dit verhaal is een onderdeel van een reeks interviews rond werken met reumatische aandoeningen:

www.reumanet.be/actueel

Meer weten?

Ook jouw verhaal vertellen?
anja@reumanet.be

www.reumanet.be/werken-en-reuma

