

WERKEN MET REUMA? HET KAN!

Interview met Liesbet Van Elsacker over 'Werken met een reumatische aandoening'

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

Anja had een boeiend gesprek met Liesbet Van Elsacker. Liesbet heeft reumatoïde artritis en werkt bij de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten (VVSG).

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

Ik ben Liesbet, ik ben 46 jaar en ik woon in Schoten. Ik kreeg in 2016 de diagnose van reumatoïde artritis.

Ik werk als stafmedewerker thuiszorg bij VVSG, de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten. VVSG ondersteunt lokale besturen bij alles waar ze mee bezig zijn. Ik ben zelf deel van het team Zorg en Gezondheid, en volg daarbinnen vooral de lokale dienstencentra op. Concreet zorgen we ervoor dat zij mee zijn met alles van wetgeving, doen we aan belangenbehartiging, organiseren we vormingen, beantwoorden we hun vragen,...

Heb jij dan voornamelijk een administratieve job, of ga je ook ter plaatse?

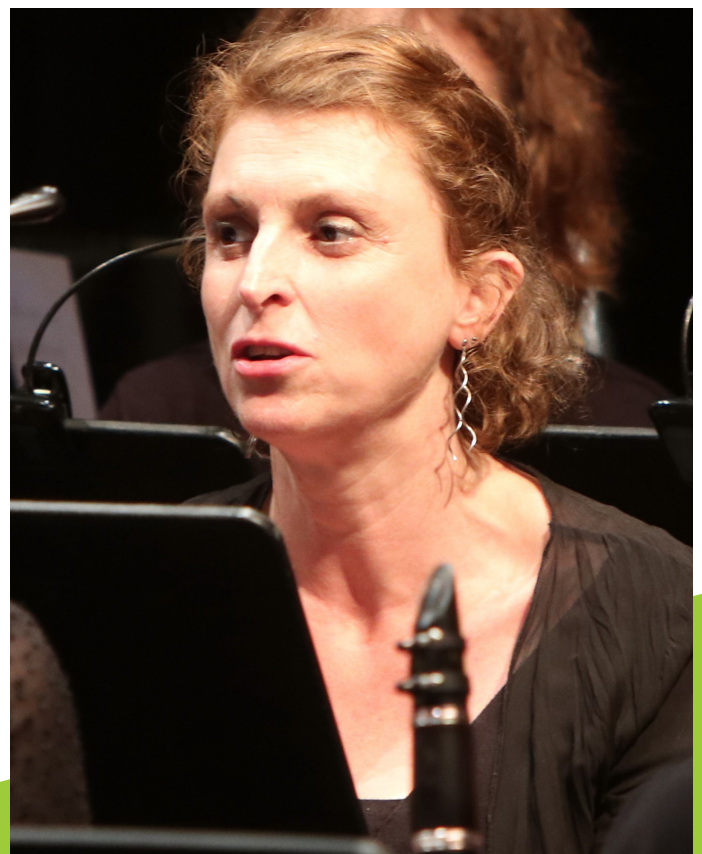
Een beetje beide. De voorbije twee jaar waren we veel thuis aan het werk en gebeurde er veel via de computer. Nu kunnen we gelukkig weer op werkbezoek ter plaatse en vormingen doen we ook zoveel mogelijk in real life. Het is rede-

lijk afwisselend. Het is vooral een denkjob: we ontwikkelen dingen, denken over dingen na en zoeken van alles uit.

We werken over heel Vlaanderen en ik ondersteun vooral in de provincie Antwerpen. Soms kan het verder weg zijn omdat we ons elk ook met specifieke thema's bezighouden over heel Vlaanderen. Voor de teamvergaderingen ga ik naar Brussel, waar ons hoofdkantoor is.

Verplaats jij je dan hoofdzakelijk met het openbaar vervoer?

Naar Brussel ga ik met de trein. Ik vertrek thuis met de auto, neem dan de tram tot in het sta-



tion, en ga dan verder met de trein en het laatste stukje te voet. Naar de dienstencentra verplaats ik me met de fiets, auto en soms met het openbaar vervoer.

Jij doet mee aan deze interviewreeks. Dat wil zeggen dat jouw werkgever op de hoogte is van jouw reumatische aandoening. Hoe heb je je werkgever op de hoogte gesteld van je reuma?

Ik weet niet exact meer hoe het gegaan is. Ik ben altijd open geweest over hoe het met me gaat. Toen ik mijn diagnose kreeg, moest ik medicatie nemen en ben ik heel snel fel vermoeid geworden. Omdat ik zo veel moe ben, heb ik dit redelijk snel verteld op het werk. Het ging zo niet meer verder; ik moest het anders gaan aanpakken waardoor ik op het werk gewoon heb verteld dat ik reumatoïde artritis heb.

Ik vertelde het aan mijn collega's van mijn team en aan mijn diensthoofd. In overleg met de personeelsdienst ben ik minder gaan werken en hebben we een aantal praktische zaken in orde gebracht. Ik heb ook het werk progressief hervat [deels ziekte-uitkering, deels loon].

Hoe was de reactie van je collega's en je lei-

dinggevende toen je vertelde dat je een reumatische aandoening hebt?

Mijn collega's en leidinggevende reageerden begripvol. Ik heb hen altijd op de hoogte gehouden van de pijn voordat ik wist dat ik reuma had en ze waren dus eigenlijk een beetje mee in het proces. Er zijn collega's die er weinig achter vragen en er zijn collega's die er regelmatig achter vragen. Dat is allemaal oké. Ik heb eigenlijk nooit negatieve reacties gehad.

Zijn er nog andere aanpassingen naast de progressieve hertewerkstelling?

Nee, niet echt. Het is vooral de vermoeidheid die bij mij een rol speelt. De laatste twee jaar heb ik ook wel wat meer ontstekingen en pijnen. Die komen en gaan, dat zijn geen dingen die blijven en waar aanpassingen voor nodig zijn.

Hoe heb je de progressieve hertewerkstelling aangepakt?

Ik ben gestart met 50%, dat was ongeveer 18 uur per week. Ik dacht toen dat halftijds het maximum aantal uren was dat ik zou mogen werken van de adviserend arts van het ziekenfonds. Dit halftijds werken heb ik een aantal



maanden aangehouden en ben dan 60% gaan werken en heb dit zo opgebouwd naar 70%. Dit was echter teveel en toen ben ik terug aan de slag gegaan voor 60%. Zo werk ik nu zo'n jaar of vier. Ik voel dat dit voor mij lukt: heb ik een mindere dag of week dan kan ik nog wel aan het werk blijven; ik heb dan voldoende ruimte om te rusten. Er zijn ook weken dat het beter gaat. Dit is voor mij een balans die ik goed kan aanhouden en waardoor ik me niet moet ziek melden wanneer ik een mindere periode heb.

Betekent dit dat je je eigen agenda kan inplannen? Of heb je een contract met vaste werkdagen?

In principe heb ik een vast uurrooster: ik werk maandag een hele dag en de andere dagen werk ik halve dagen. Voor mij is het belangrijk om halve dagen te werken zodat ik voldoende kan recupereren. Een hele dag werken is voor mij zwaar; één volledige dag per week is zeker genoeg.

Als het nodig is voor het werk, kan het zijn dat ik eens wissel, bijvoorbeeld als ik een volledige dag naar een vorming moet of een vorming moet geven op een andere dag dan maandag, dan schuif ik mijn uren en zorg voor voldoende recuperatietijd. Ook als ik het zelf nodig heb, kan ik mijn agenda anders inplannen. Op het werk zijn ze hier redelijk flexibel in: ik hoef niet altijd eerst toestemming hiervoor te vragen. Zo kan ik overdag naar specialisten en dokters en nadien gewoon verder werken bijvoorbeeld.

Wat stip jij aan als de succesfactor die je werk het meest aangenaam maakt?

Naast die vrijheid en die flexibiliteit die ik daarnet aanhaalde, is ook de mogelijkheid tot thuiswerken belangrijk. We mogen veel thuis werken en dat maakt een groot verschil. Als je die verplaatsingen niet moet maken, bespaar je hierdoor energie.

Daarnaast krijg ik ook best veel begrip van mijn direct leidinggevende, Tine. Ze vraagt regelmatig hoe het met me gaat en vraag me aan te geven wanneer het me te veel wordt. Dit doet ze niet alleen bij mij, maar ook bij de andere collega's. Het is niet omdat ik chronisch ziek ben dat ook andere mensen niet met iets kunnen zitten. Ik wil niet per sé speciale behandelingen krijgen of een uitzondering zijn. Het is fijn te weten dat die bezorgdheid en aandacht er is voor iedereen.

Zijn er nog tips die je wil meegeven aan andere werknemers en werkgevers?

Ik denk dat het belangrijk is als werkgever om vooral te kijken naar wat nog wel kan en niet zozeer wat er niet meer kan. Het is belangrijk om kansen te geven.

In het begin dat ik 60% ging werken, kreeg ik de boodschap op het werk dat dit niet zou lukken voor een langere termijn. In realiteit werd dit echter steeds verlengd en het is dan ook fijn dat de werkgever hierin is meegegaan.

Ik ben iemand die vrijuit over haar gezondheid babbelt. Wanneer mijn gezondheid ter sprake komt, ben ik daar open en eerlijk over en ik merk dat ik daar best veel begrip voor krijg.

Dank je wel, Liesbet, voor dit fijne interview.

Lees ook het interview met Tine De Vriendt, diensthoofd van Liesbet



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

