

Opnieuw (goed) aan de slag na je afwezigheid

Zó verloopt jouw
re-integratietraject

Inhoud

Weer aan het werk in 5 stappen	5
Opstart	7
Beoordeling	8
Overleg	10
Plan	10
Uitvoering en follow-up	11
Werken helpt bij je herstel	12
Nuttige bronnen	13

Als je (al) even uit bent door ziekte of een ongeval, heb je vast vragen over de **mogelijke terugkeer** naar je werk:

- Wat zijn mijn opties, en bij wie klop ik aan voor hulp?
- Moet ik helemaal genezen zijn om mijn werk te hervatten?
- Mag mijn werkgever mij ontslaan of net verplichten om terug te keren?

Weet dat je er niet alleen voor staat met je bezorgdheden. Je kunt op elk moment terecht bij je arbeidsarts, je leidinggevende of een vertrouwenspersoon. Voor een antwoord op je vragen én ondersteuning bij je **re-integratie**.

Wat betekent re-integratie? Dat we samen kijken **hoe je je werk zo goed mogelijk kunt hernemen**, nadat je door gezondheidsproblemen afwezig bent geweest.

Wist je trouwens dat opnieuw aan de slag gaan **vaak goed is voor je herstel**? Je voelt je nuttig, krijgt meer zelfvertrouwen, maakt deel uit van een groep ...

Er is wel een 'maar': je terugkeer moet gebeuren op het juiste moment en op de juiste manier. Een **re-integratietraject** helpt je om in de beste omstandigheden je werk op te pikken.

Sinds 1 januari 2026 geldt een nieuw re-integratietraject.

In deze brochure ontdek je:

- de vijf stappen van het re-integratietraject¹
- een overzicht van websites met nuttige informatie

¹ De details van het nieuwe re-integratietraject vind je in artikel I.4-VI. van de codex over het welzijn op het werk.

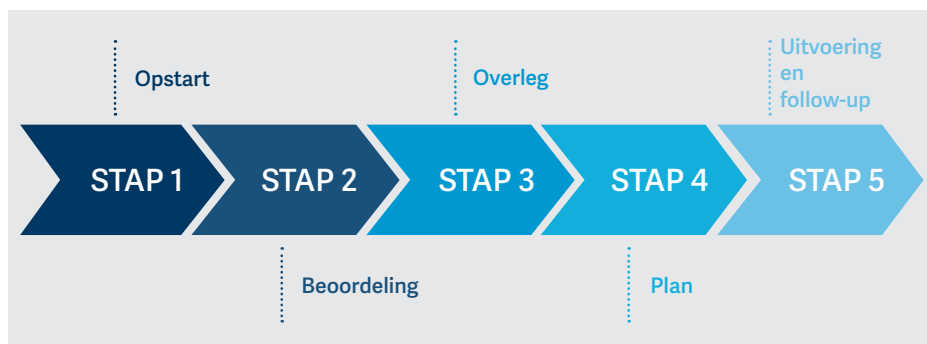
Weer aan het werk in 5 stappen

Hoe sneller je begeleiding krijgt, hoe groter de kans dat je in optimale omstandigheden je werk kunt hervatten. Je hoeft trouwens niet te wachten tot de arbeidsarts je contacteert. Vraag dus gerust zelf aan je werkgever naar de mogelijkheden voor aangepast werk. Dat kan trouwens al als je nog niet arbeidsongeschikt bent, maar door gezondheidsproblemen dreigt uit te vallen. En **focus vooral op wat je nog kunt** in plaats van wat (nog) niet kan.

Wacht je liever af? Dan informeert de arbeidsarts je na een paar weken afwezigheid over de opties rond re-integratie. Onthoud: de arbeidsarts is er om jou **te helpen, adviseren en begeleiden** bij je herstel.

Vanaf acht weken arbeidsongeschiktheid kan je werkgever de arbeidsarts vragen om in te schatten of je nog arbeidspotentieel hebt. Dat is het veronderstelde vermogen van een arbeidsongeschikte werknemer om aangepast werk of ander werk te doen.

Je krijgt daarvoor van ons een vragenlijst. Onder andere op basis van die vragenlijst, schat de arbeidsarts in in welke mate aangepast of ander werk voor jou mogelijk is.



STAP 1 Opstart

Je kunt je aanvraag tot re-integratie zelf doen. Of je kunt de aanvraag overlaten aan je werkgever:

- **Jij of je behandelend arts** vult het formulier 'verzoek om re-integratietraject' in. Download dat document op www.idewe.be/nl/downloads. We nodigen je met een aangetekende zending uit voor stap 2: de beoordeling van je re-integratie. We brengen je werkgever en de adviserend arts van je mutualiteit op de hoogte.
- **Je werkgever** start het re-integratietraject op. Dat kan enkel met jouw akkoord, of wanneer je arbeidspotentieel hebt (zie hoger). De klantenservice van Groep IDEWE informeert je daarover en nodigt je via aangetekende zending uit voor een afspraak bij de arbeidsarts.

Reageer je niet op de uitnodiging? Dan volgt een tweede en eventueel derde uitnodiging, telkens met veertien dagen ertussen. Ga je niet in op die uitnodigingen? De adviserend arts van de mutualiteit wordt op de hoogte gebracht als je twee keer afwezig bent. Je wordt dan nog een derde keer uitgenodigd. Als je opnieuw afwezig bent, dan eindigt het traject. Dat wordt zowel aan je werkgever als aan de adviserend arts gemeld (wettelijke verplichting).

STAP 2

Beoordeling

De arbeidsarts bekijkt samen met jou of en hoe je het werk kunt hervatten. Mét aandacht voor je gezondheidstoestand. De arbeidsarts vraagt jouw akkoord om contact op te nemen met je behandelend arts, de adviserend arts, andere preventieadviseurs en personen die kunnen bijdragen tot een succesvolle re-integratie. Op jouw verzoek kan de arbeidsarts ook contact opnemen met je werkgever.

De arbeidsarts bezoekt eventueel je werkpost om mogelijke aanpassingen te bekijken. Tijdens het hele re-integratietraject mag je je **laten bijstaan door een afgevaardigde** uit het comité voor preventie en bescherming op het werk, of door een afgevaardigde van de vakbond.

De arbeidsarts gaat deze vragen na:

- Kun je op termijn je oude taken weer opnemen, eventueel met aanpassingen?
- Zijn andere wijzigingen aangewezen: (tijdelijk) ander werk, een aangepaste werkpost of je werkuren geleidelijk aan opbouwen?

Tip: breng naar elke afspraak je **medische verslagen**, onderzoeksresultaten en andere relevante documenten mee. Hoe meer gegevens de arbeidsarts heeft, hoe beter die jouw situatie kan beoordelen.



Noteer in het '**Zakboekje Er terug-zijn**' alles wat met je werkhervatting te maken heeft: afspraken, contactgegevens, notities ... Beschouw het boekje als jouw helpende hand.

Zie 'Nuttige bronnen', p. 10.

Wat na de beoordeling door je arbeidsarts? Binnen de 49 dagen na ontvangst van je aanvraag, neemt de arbeidsarts een beslissing:

- Beslissing A – Je kunt op termijn het overeengekomen **werk hervatten**. Ondertussen kun je ander of aangepast werk doen.
- Beslissing B – Je bent definitief ongeschikt om het overeengekomen werk te hervatten. Maar je kunt wel **ander of aangepast werk doen**.
- Beslissing C – Er is om medische redenen nog **geen re-integratietraject** mogelijk. Ten vroegste drie maanden na deze beslissing kan er opnieuw een traject starten – behalve als de arbeidsarts goede redenen heeft om van die termijn af te wijken.

Voor beslissingen A en B noteert de arbeidsarts de **voorwaarden en bepalingen** op het formulier voor re-integratiebeoordeling. De arts bezorgt daarvan een kopie aan jou en je werkgever. Met jouw toestemming delen we de beslissing ook met je behandelend arts en de adviserend arts. Neemt de arbeidsarts beslissing C? Dan wordt de adviserend arts automatisch op de hoogte gebracht.

Let wel: je kunt in **beroep** gaan tegen de beslissing van de arbeidsarts. Maar alleen wanneer je definitief ongeschikt bent om je overeengekomen werk te hervatten (**beslissing B**), en dat binnen de 21 dagen nadat je het formulier hebt ontvangen.

Zo pak je het aan:

- Stuur een **aangetekend schrijven** naar de bevoegde arts-sociaal inspecteur van de Algemene Directie Toezicht op het Welzijn op het Werk. De info vind je op de achterkant van je formulier voor de re-integratiebeoordeling.
- Breng ook je werkgever op de hoogte dat je in beroep gaat met een aangetekend schrijven.

Binnen de 42 dagen nadat die het beroep heeft ontvangen, doet de arts-sociaal inspecteur een uitspraak. En licht jou en je werkgever daarover in.

STAP 3

Overleg

Beslist de arbeidsarts dat je **tijdelijk** (beslissing A) of **definitief** (beslissing B) aangepast of ander werk kunt uitvoeren? Dan volgen er gesprekken tussen jezelf, je werkgever en de arbeidsarts om samen te bekijken hoe je voortaan het best aan het werk kunt gaan. Soms nemen er nog andere mensen deel aan die gesprekken, zoals een gespecialiseerde preventieadviseur.

STAP 4

Plan

Na het overleg stelt je werkgever jouw re-integratieplan op. Die laatste houdt daarbij rekening met wat jullie hebben besproken tijdens het overleg en met de adviezen van de arbeidsarts.

Wat staat er in zo'n plan?

- Een beschrijving van de **aanpassingen aan je werkplek** en/of machines en andere voorzieningen. Denk aan rolstoeltoegang, een verstelbare bureau- of werktafel, een speciale computer voor slechtzienden ...
- Een toelichting van het **aangepaste werk**. Bijvoorbeeld andere of gewijzigde taken, een nieuwe taakverdeling, minder werkuren (deeltijds in plaats van voltijds), alleen zittend werk in plaats van staand werk ...
- De **geldigheidsduur** van het plan.

Ga je taken uitvoeren die je vroeger niet deed? Dan komen ook die aan bod in je re-integratieplan. Net zoals opleidingen of ondersteuning om je nieuwe of aangepaste werk onder de knie te krijgen.

Bij **beslissing A** wordt het re-integratieplan opgemaakt **binnen de 63 dagen**; bij **beslissing B** binnen de **6 maanden**. Je hebt 14 dagen de tijd om het plan te ondertekenen voor akkoord. Ben je het er niet mee eens? Dan noteer je onderaan in het plan de redenen voor je weigering. Reageer je niet op de uitnodiging van je werkgever om het plan te ondertekenen? Dan word je na 14 dagen een tweede keer hiervoor uitgenodigd. Reageer je dan nog niet, dan wordt het plan als geweigerd beschouwd.



Let wel: soms blijkt dat de opmaak van een re-integratieplan **niet haalbaar** is, bijvoorbeeld door technische of praktische redenen. In dat geval licht je werkgever die redenen toe in een verslag. Daarna bezorgt die dat verslag aan jou en aan de arbeidsarts, binnen dezelfde termijnen die gelden voor het plan.

De arbeidsarts maakt het plan of het verslag over aan de adviserend arts, en voegt het toe aan jouw gezondheidsdossier. Als de beslissing B van de arbeidsarts niet kan leiden tot een aanvaard plan, dan zal je doorverwezen worden naar de regionale tewerkstellingsdienst.

STAP 5

Uitvoering en follow-up

Ook als je weer aan de slag bent, ben je zeker van ondersteuning. De arbeidsarts volgt jouw situatie op, en nodigt je uit voor een **bespreking** als dat nodig is. Past het plan na een tijdje niet meer bij je gezondheidstoestand? Dan kun je zelf een **consultatie** aanvragen bij de arbeidsarts.

Werken helpt bij je herstel

Als je gezondheid het (al) toelaat, is werken goed voor je genezing:

- Je maakt weer deel uit van een **groep** dankzij het contact met je collega's.
- Je voelt je nuttig omdat je iets om handen hebt, en krijgt meer **zelfvertrouwen**.
- Je hebt **afleiding**, een doel en uitdagingen.
- Je komt buiten en **beweegt** meer.
- Je vermijdt financiële zorgen: je **loon** is hoger dan je uitkering.

Neem dus gerust zélf het initiatief om je re-integratietraject op te starten. Of contacteer vrijblijvend je arbeidsarts voor een bezoek voorafgaand aan de werkhervatting. Of als je nog aan het werk bent maar gezondheidsproblemen ervaart die het werken bemoeilijken, vraag dan aan je werkgever naar de mogelijkheden voor tijdelijk aangepast of ander werk. Je kunt ook altijd zelf vrijblijvend een spontane consultatie bij je arbeidsarts vragen om dit te bespreken.



Nuttige bronnen

Graag meer weten over re-integratie?

Raadpleeg deze info en publicaties:

- Er leven heel wat vragen over re-integratie. Wil jij ook meer vat op je werkhervatting? Lees dan zeker onze tips.
www.idewe.be/nl/aanbod/gezond-aan-het-werk/re-integratietraject
- Helpende hand nodig bij je werkhervatting? Noteer afspraken en notities in het 'Zakboekje Er terug-zijn'. Je vindt dit zakboekje bij de downloads op onze website.
www.idewe.be/nl/downloads



Nog vragen? Stel ze gerust aan IDEWE.

Regionale kantoren Groep IDEWE

Contacteer ons – Wij helpen je graag verder!

Antwerpen

Tel. 03 218 83 83

antwerpen@idewe.be

Hasselt

Tel. 011 24 94 70

hasselt@idewe.be

Namur

Tel. 081 32 10 40

namur@idewe.be

Brussel

Tel. 02 237 33 24

brussel@idewe.be

Leuven

Tel. 016 39 04 38

leuven@idewe.be

Roeselare

Tel. 051 27 29 29

roeselare@idewe.be

Charleroi

Tel. 071 23 99 11

charleroi@idewe.be

Liège

Tel. 042 29 71 91

liege@idewe.be

Turnhout

Tel. 014 40 02 20

turnhout@idewe.be

Gent

Tel. 09 264 12 30

gent@idewe.be

Mechelen

Tel. 015 28 00 50

mechelen@idewe.be

www.idewe.be | info@idewe.be

© IDEWE – Niets uit deze uitgave mag, in enige vorm of op enige wijze, verveelvoudigd of openbaar gemaakt worden zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. Verantwoordelijke uitgever: prof. dr. Lode Godderis, IDEWE, Interleuvenlaan 58, 3001 Leuven. 15301-3.0-202602-20888.