

1e week

#### Preventie - Werknemer meldt zich ziek

- Doet uiterste best om verzuim te voorkomen, gebruikt persoonlijke beschermingsmiddelen, houdt zich aan de arbovoorschriften
- Staat open voor contact met de werkgever in de persoon van de eigen leidinggevende en probeert diens vragen te beantwoorden (of laat zonodig de bedrijfsarts informatie doorgeven)

2e week

#### Verzuim dreigt lang te gaan duren; er is geen concreet zicht op spoedige werkhervatting

- Houdt zoveel rust als nodig maar gaat niet passief afwachten
- Denkt na over oorzaak van zijn klachten en mogelijke oplossingen
- Waakt ervoor niet onnodig lang met de problemen door te lopen; zoekt steun bij bedrijfsarts, huisarts of andere deskundige
- Houdt contact met de leidinggevende

Uiterlijk 3e week

#### Verzuim lijkt langer dan 4 weken te gaan duren

- Geeft leidinggevende zoveel informatie als nodig is (met respect voor privacy)
- Werkt mee aan onderzoek door de arbodienst
- Accepteert aangepast werk (als werkgever dit aanbiedt) in het belang van herstel

4e - 5e week

#### 4e week - 5e week

- Stelt zich open voor begeleiding
- Houdt contact met de leidinggevende en de bedrijfsarts
- Helpt mee klachten hanteerbaar te maken, voor thuis, de collega's en leidinggevende

6e - 12e week

#### Verzuim is complex en langdurig

- Houdt regelmatig contact met leidinggevende en met de bedrijfsarts
- Houdt schriftelijk bij welke stappen hij zet om te herstellen en (deels) weer aan het werk te kunnen (is belangrijk voor dossier bij aanvraag WAO-uitkering)

13e week

#### Evaluatie van het herstel en de mogelijke reïntegratie

### Begeleiding bij de (gedeeltelijke) terugkeer naar werk

- Denkt na hoe te voorkomen is dat hij opnieuw uitvalt; wat moet hij anders doen, welke aanpassingen zijn nodig in het werk? Bespreekt deze aanpassingen met leidinggevende en / of bedrijfsarts
- Vraagt zich af welke signalen hij moet herkennen en wat hij kan doen om herhaling te voorkomen