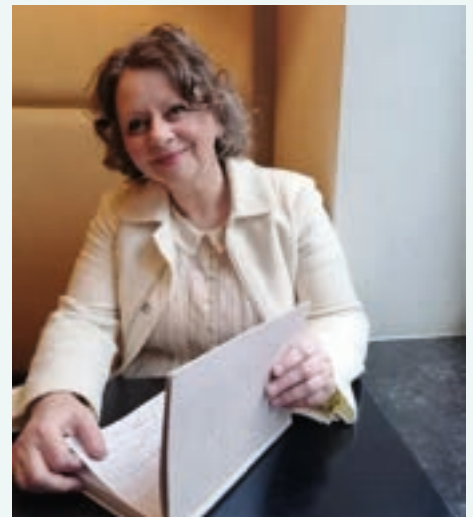


Gezondheid vs. ondernemerschap:

“Ik kon en zou niet stilzitten.”

Ondernemen is doordoen. Door dik en dun, in voor- en tegenspoed. Een tweede huwelijk weliswaar. Eentje waar mensen het hoogste goed zijn, waar goesting een kernwaarde is. Maar wat als je lijf of geest plots andere signalen geeft? Wat als het ondernemerschap even moet wijken voor je gezondheid? Het overkwam Mabel Teunissen. Enkele jaren geleden werd er borstkanker bij haar vastgesteld. Net op het punt waarop ze haar ondernemerschap een nieuwe wending wilde geven. De kracht die ze daarvoor wilde gebruiken, moest ze ongewild reserveren voor haar herstel. Al stopte ze nooit helemaal met ondernemen.

Tekst: Laurens Bervoets – Foto's: Frank Oyen



In het Limburgse Kortesseem tref ik in een gezellig eetcafé een even gezellig koppel. Mabel Teunissen, een vieve en krachtige vrouw van midden de 50, wordt vergezeld door haar partner Frank. “Kanker, dit kon ik niet in mijn eentje en dat moest ook niet. Frank heeft ervoor gezorgd dat we samen moedig door die moeilijke tijd gesparteld zijn.” Daarmee verwijst ze naar een periode die in 2018 startte. Plots, zonder enige aankondiging. “Ik kreeg een telefoontje van de huisarts dat we moesten langskomen. Vanaf toen is ons leven veranderd. We moesten volledig aanvaarden.”

Mabel is al haar leven lang ondernemster. Ze richtte een boutique op, ‘ma belle’. Jaren later telde haar professionele baby verschillende vestigingen. Maar na 30 jaar in de modesector, was het tijd voor iets anders. “Ik had mezelf voorgenomen me te heroriënteren. Met het einde van mijn ‘ma belle-verhaal’, werd een bommetje gelost in de regio. Niemand had dit verwacht. Maar het was gewoon tijd voor een nieuwe uitdaging.” Mabel wil vanaf dan de focus leggen op iets

anders waar ze geluk uit put: schrijven, vertellen en coachen. “Ik was er klaar voor, ik zou mijn hart volgen.” Maar net op dat moment wordt er borstkanker bij haar vastgesteld.

“Het ging allemaal zeer snel. De diagnose, de operatie, de bestralingen, ... Ik koos ervoor om mijn omgeving in te lichten. Persoonlijk, maar ook via sociale media.” De dag na haar operatie postte Mabel een filmpje vanuit haar sofa waarin ze haar verhaal vertelt, om zo het grote aantal mensen dat ze kent in één keer te bereiken. “Het was als het ware een tweede bommetje dat werd gedropt bij iedereen die me kende, professioneel en privé.” Mabel komt thuis te zitten, maar net dat wil ze absoluut niet. “Ik kan en wil niet stilzitten, ik wil vooruit, ik ben ondernemster. Maar dat was heel moeilijk met het ziektebeeld dat ik had. Ik was zo uitgeput.”

Ook financieel neemt haar leven van de ene op de andere dag een volledig nieuwe wending. “Eerlijk? Ik had me niet voldoende ingedekt.” Mabel wordt afhankelijk van het inkomen van haar partner. “We moesten een

tijdlang elke euro tellen. Ook dat speelde mee in mijn beslissing om toch door te blijven doen. Maar de minieme input langs mijn kant, zagen we eerder als kleine bonussen.” Dat het systeem voor zelfstandigen die wegens gezondheidsredenen minder of niet kunnen presteren nog niet op punt staat, werd voor Mabel meteen duidelijk. “Zeker qua preventie, hoe we ons op zoiets moeten voorbereiden, zou wat meer mogen toegelicht worden.” Al kijkt ze vooral ook naar zichzelf. “Ik dacht steeds dat het mij niet zou overkomen... Maar die gedachte is volledig fout.”

Toch gebruikt Mabel haar herstelperiode vooral als een reflectiemoment. “Hoewel ik al op het punt stond om te heroriënteren, versterkte mijn gezondheidstoestand die wil. Frank zei me op de dag van de diagnose dat ik voortaan enkel nog maar dingen moest doen die ik graag doe. Et voilà, zo geschiedde.” Tijdens haar herstelperiode schrijft ze, veel. Onder andere het prozaboek ‘De Witte Tutu’. Hierin bundelt ze enkele handpalmteksten die ze schreef rond haar kankerdiagnose, vergezeld door enkele beelden.

“Dat boek heeft zoveel voor me betekend. Ik hoop dat het ook andere mensen kan helpen in hun tocht naar een onbekende bestemming.”

‘De Witte Tutu’ is overigens een knipoog naar een kinderdroom van Mabel. “Ik wilde als kind ballerina worden, maar door omstandigheden is dat niet gelukt.” Waarom ze nu nog steeds naar die droom verwijst? “Ik wil niet gezien worden als ‘de Mabel die kanker had’, maar als ‘Mabel, de ballerina’. Want als danseres moet je ijzersterk zijn.” En dat blijft ze doorheen haar hele herstelperiode. “Momenteel gaat het goed met me, ik ben genezen. Al verklaren ze je tegenwoordig niet meer kankervrij. Ik word nog steeds van nabij opgevolgd, maar dat is niets in vergelijking met de heftige periode die ik door moest.”

Of Mabel zich ooit schaamde voor haar diagnose en de gevolgen hiervan? “Nee! Dat hoeft niet. Al was het niet makkelijk om door de financiële impact en de vermoeidheid buiten te komen.” Mabel wil haar verhaal net gebruiken om haar ondernemerschap kracht bij te zetten. “Ik heb ondertussen een vzw opgericht, vzw De Witte Tutu. Veel kan ik nog niet prijsgeven, want de lancering van dit alles staat gepland voor maart 2025. Maar ik kan wel meegeven dat het in verband staat met het pad dat ik bewandelde. Er zijn veel soorten van verdriet in deze wereld, daar moeten we iets aan doen.”

Mabel geeft ook aan dat ze door de borstkanker nog ondernemender werd. “Wanneer zoiets je overkomt, hoor je bijna letterlijk een klok tikken. *Tik-tak, tik-tak,...* Dan besef je dat alles overdenken niet meer hoeft. Er zijn nog zoveel dingen die ik wil doen, ik zal nu nog sneller actie ondernemen.”

We nemen hartelijk afscheid. Enkele uren later verschijnt er een sms op mijn smartphone. *‘Ik weet waar ik mijn kracht vandaan haal.’* Staat er geschreven. *‘De liefde. Persoonlijk bij de liefdes van mijn leven, professioneel bij de liefde voor mijn doel en mijn mensen.’* En zo zie je maar dat het ondernemersbloed blijft kruipen waar het niet gaan kan. Ook al loopt het op dat moment wat minder in het leven.

“Bij CM is er geen schaamte rond arbeidsongeschiktheid.”



Een arbeidsongeschiktheid kan iedereen overkomen, ook ondernemers. Daarom spreken we met Florence Wolfs, stafmedewerker re-integratie bij CM. Zij beantwoordt enkele vaak voorkomende vragen van ondernemers rond arbeidsongeschiktheid, en deelt tips om een terugkeer naar het werk voor te bereiden.

Wanneer spreek je over arbeidsongeschiktheid?

Florence: “We spreken over arbeidsongeschiktheid wanneer een persoon niet meer in staat is om te werken door zijn/haar/hun gezondheid. Dit kan zowel wegens fysieke of psychische klachten. Een arbeidsongeschiktheid kan een lange maar ook iets kortere tijd beslaan.”

Help, ik schaam me voor mijn arbeidsongeschiktheid. Is dit normaal?

Florence: “We zien, helaas, dat veel mensen zich vaak schamen wanneer ze arbeidsongeschikt zijn. Maar dat hoeft helemaal niet. Zie het niet als een falen, maar als een opportuniteit. Want je kan uit een periode arbeidsongeschiktheid ook heel veel leren over jezelf, je omgeving, ... waardoor je je leven terug in handen kan nemen en sterker in je schoenen komt te staan. Bij ons is er dan ook geen schaamte wanneer we over een arbeidsongeschiktheid spreken. Kortom: je hoeft je ook niet te schamen om bij ons aan te kloppen of om hulp te vragen.”

Hoe communiceer ik over mijn arbeidsongeschiktheid naar mijn werknemers of klanten toe?

Florence: “Doe datgene waar je je goed bij voelt. Het is niet verplicht om mee te delen wat de reden achter je arbeidsongeschiktheid is. Maar een open communicatie bevordert een eventuele terugkeer naar het werk en kan jouw noden makkelijker kenbaar maken. Naar klanten toe begrijpen we dat dit gevoeliger ligt. Dit is vaak gebonden aan de sector. Toch kan het niet slecht zijn om aan te geven dat het even niet gaat. Opnieuw: dit is niets om je over te schamen.”

Hoe keer ik terug naar het werk?

Florence: “Er zijn tal van mogelijkheden om je terugkeer naar het werk voor te bereiden. Je hoeft ook niet al 100% genezen te zijn vooraleer je stappen onderneemt. Het belangrijkste is dat je niet te snel, maar wel goed terugkeert. Wanneer je het gevoel hebt dat je klaar bent om stappen te ondernemen, kan je in gesprek gaan met je werkgever of de arbeidsarts of ondersteuning vragen van een Terug-Naar-Werk Coördinator. Je kan zowel voltijds als deeltijds terugkeren, zodat de sprong niet te groot is. Nog een mogelijkheid is om terug te keren bij een andere werkgever of om je tijdens je arbeidsongeschiktheid te heroriënteren. Hiervoor kan je, onder bepaalde voorwaarden, zelfs een opleiding of opfrissingcursus volgen. Als je alle mogelijke pistes wilt bespreken, kan je steeds beroep doen op de Terug-Naar-Werk Coördinator die alle opties met jou bespreekt zonder verplichting om een bepaald traject op te starten.”

Meer weten? Scan de QR-code.



Arbeidsongeschikt als ondernemer, wat nu?

Niet kunnen werken door ziekte of na een ongeval is nooit een pretje. Zeker niet als zelfstandige. Gelukkig heb je recht op ziekte-uitkeringen. Ben je minstens 8 dagen ziek, dan heb je vanaf de eerste dag recht op een uitkering. Het is belangrijk dat je op tijd en op de juiste manier aangifte doet. Een gewoon ziektebriefje is niet genoeg.

Moet je aangifte doen?

Ja. Wanneer jouw arts vindt dat je door ziekte of na een ongeval niet meer kunt werken, moet je binnen de 7 kalenderdagen aangifte doen. Je gebruikt daarvoor het standaardformulier "Getuigschrift van arbeidsongeschiktheid", dat je downloadt van de website van je ziekenfonds. Het eerste deel vul je zelf in, het tweede deel moet jouw arts invullen.

Nadat het volledig werd ingevuld, stuur je het getuigschrift naar je ziekenfonds. Dit doe je met de gewone post, soms kun je de aangifte ook online indienen, maar je mag het ook altijd afgeven aan het loket van je ziekenfonds. Geef je het af, vraag dan altijd een ontvangstbewijs. Dit is belangrijk omdat jouw ziekenfonds op die manier de datum van aangifte kan bepalen.

Het ziekenfonds zal dan beslissen op je recht hebt op uitkeringen en hoe lang. Het is mogelijk dat het ziekenfonds je uitnodigt voor een medisch onderzoek.

OPGELET: Dien je de aangifte te laat in, dan verlies je een deel van de uitkeringen. Jouw ziekenfonds maximum 14 dagen terug gaan in de tijd, te rekenen vanaf de datum van ondertekening door de arts. Was je bijvoorbeeld al 3 weken ziek, dan kun je alleen voor de laatste 2 weken een uitkering ontvangen. Bovendien moet het ziekenfonds bij een laattijdige aangifte ook het uitkeringsbedrag met 10% verminderen, voor de dagen voorafgaand aan de aangifte.

Bij een ziekenhuisopname wordt je automatisch als arbeidsongeschikt beschouwd. Maar ook dan moet je een aangifte indienen. De aangiftetermijn wordt wel verlengd, deze verlenging is gelijk aan de duur van de ziekenhuisopname.

Vrijstelling van bijdragen

Vergeet niet om ook de zogenaamde gelijkstelling wegens ziekte aan te vragen bij je sociaal verzekeringsfonds. Krijg je de gelijkstelling, dan moet je geen sociale bijdragen meer betalen, maar bouw je toch verder sociale rechten op (bijvoorbeeld pensioenrechten).

Langer ziek dan verwacht? Doe een nieuwe aangifte!

Ook bij een verlenging van de arbeidsongeschiktheid moet je telkens opnieuw binnen de 7 dagen aangifte doen. Dit komt doordat de beslissing van het ziekenfonds een einddatum bevat. Dien je geen nieuwe aanvraag in, dan veronderstellen ze dat je opnieuw voltijds werkt. Veel zelfstandigen vergeten de verlenging aan te vragen. Daardoor verliezen ze uitkeringen, ook al blijven ze te ziek om te werken.

TIP

In de Ondernemersgids op onze UNIZO-website vind je meer details over wat je allemaal moet weten en doen (je rechten en plichten) bij arbeidsongeschiktheid als ondernemers. Deze QR-code leidt je er rechtstreeks naartoe.



Beluister zeker ook onze UNIZO-podcast 'Snel Wijzer' over arbeidsongeschiktheid. *In samenwerking met CM*



Ook onze dienstengroep Liantis helpt je met raad en daad. Scan de QR-code voor meer info.