



Q&A

Webinar

Zet de stap naar passend werk

In deze Q&A staan de vragen die vooraf het webinar Zet de stap naar passend werk op 21 mei 2026 zijn ingestuurd. De antwoorden staan er nu ook bij. We behandelen ook de vragen en opmerkingen die tijdens het webinar zijn gestuurd. Zo kan je alles nog eens teruglezen.

[Het webinar kan je hier terugkijken.](#)

Meer informatie lees je op zetikdestap.nl

Een andere vraag? [Die kan je hier stellen.](#)

1. Effect op inkomen of uitkering

Heeft een vergoeding voor vrijwilligerswerk gevolgen voor je uitkering?

Bij de meeste uitkeringen heeft een vergoeding voor vrijwilligerswerk geen gevolgen voor de uitkering. Dit geldt als je minder krijgt dan 220 euro per maand en 2200 euro per jaar. Dit is het totale bedrag dat je krijgt. Dit is dus inclusief reiskosten en andere kosten.

Krijg je een bijstandsuitkering en ben je jonger dan 27 jaar? Dan hebben kosten die je echt maakt geen gevolgen voor de uitkering. Dit geldt voor bijvoorbeeld reiskosten.

Andere vergoedingen gaan van je uitkering af. Sommige gemeenten passen de uitkering niet aan. Kijk op de website van jouw gemeente voor meer informatie. Je kunt ook je contactpersoon van de gemeente vragen.

Ga je vrijwilligerswerk doen? Dan moet je dat melden bij de instantie die je uitkering geeft. Meestal is dat UWV of de gemeente.

Gevolgen voor de uitkering.

Ga je betaald werken? Dan heeft dit meestal invloed op je uitkering. Hoeveel invloed hangt af van de soort uitkering die je hebt. De bedoeling is dat als je werkt, dat je dan een hoger inkomen hebt dan wanneer je niet werkt. Meestal is dat ook zo.

Heb je een uitkering van UWV?

Kijk dan op de [website van UWV](#) over werken naast een uitkering.

Heb je een uitkering van de gemeente? En ga je minder of ongeveer evenveel verdienen als de uitkering die je hebt?

Dan zijn er vaak regels waardoor je door te werken meer inkomen hebt. Voor jongeren gelden soms andere regels. Vraag bij de gemeente om informatie. Of stel je vraag aan ons via vragen@zetikdestap.nl.

Mag je geld verdienen naast een WIA-uitkering?

Ja, dat mag. Als je werkt naast een WIA-uitkering, heb je vaak een hoger inkomen. Het is wel belangrijk dat je aan UWV doorgeeft dat je geld verdient. Het UWV past je uitkering aan als dat nodig is. Op de website van UWV over werken naast een WIA-uitkering staat [een rekenhulp](#). Daarmee kun je een idee krijgen van wat werken betekent voor jouw uitkering.

2. Welk werk of begeleiding past bij mij?

Welke begeleiding is er mogelijk als ik ga werken?

Dat hangt af van welke soort werk je gaat doen. Bij dagbesteding en beschut werk is veel begeleiding mogelijk. Ga je werken bij een werkgever dan kun je begeleiding krijgen van een collega.

Heb je meer begeleiding nodig? Dan kan UWV of de gemeente een jobcoach regelen. Die helpt je op je werk. En loop je vast in je werk als zelfstandige en heb je een UWV-uitkering? Dan kan UWV voor korte tijd een coach inschakelen zodat je je werk als zelfstandige kunt houden.

Wil je meer weten over verschillende soorten werk? Op zetikdestap.nl vind je bij [Weer aan het werk](#) uitleg over de verschillende mogelijkheden.

Zijn er overzichten van werkgevers met meer begrip en aanpassingen voor autisme?

Er zijn organisaties en bedrijven die zich richten op het aan het werk helpen van mensen met autisme. Denk bijvoorbeeld aan Ctalents, AutoTalent en Auticon.

Op de websites van Onbeperkt aan de Slag en de Normaalste Zaak kun je organisaties vinden die open staan voor het in dienst nemen van mensen met een arbeidsbeperking.

En stel je vraag ook gerust bij het [Werkcentrum](#) bij jou in de buurt. Die kennen bedrijven in jouw regio die open staan voor mensen met een beperking.

Ik wil vooral weten hoe ik passend werk kan vinden terwijl ik thuis zit met psychische klachten?

Om je een goed advies te kunnen geven, is het fijn om jouw situatie beter te kennen. Je kunt een mailtje sturen aan vragen@zetikdestap.nl en dan krijg je een advies op maat.

Weet je zelf al goed wat voor jou passend werk is? Of wil je ontdekken wat nu lukt? Een eerste stap kan zijn, nadenken over wat je kunt en wat je zou willen. Soms kan vrijwilligerswerk of een werkervaringsplek een goede opstap zijn om te ontdekken of het lukt om te werken.

Heb je nu nog een werkgever? Dan kan de werkgever een coach voor je regelen die samen met je op zoek gaat naar passend werk.

Heb je een uitkering? Dan kun je ondersteuning krijgen vanuit UWV, je ex-werkgever of de gemeente. Ook zij kunnen een coach voor je regelen die je helpt werk te vinden.

Wat zijn de mogelijkheden als je niet fulltime kunt werken maar wel iets kan en wil doen en betekenen, en wilt rondkomen?

Veel vacatures zijn voor minstens 24 uur per week. Kun je minder uren werken? Dan kan het lastiger zijn om werk te vinden. Op werk.nl kun je zoeken naar vacatures. Je kunt daar ook filteren op het aantal uur dat je per week wilt werken. Zo vind je vacatures voor kleinere banen. Je kunt ook bij bedrijven met een interessante vacature voor meer uren dan jij aankan, vragen of het ook in minder uren zou kunnen.

Stel je vraag ook gerust bij het [Werkcentrum](#) bij jou in de buurt. Die kennen bedrijven in jouw regio die open staan voor mensen zoals jij die minder uren kunnen werken. Ook kun je met hen kijken naar mogelijkheden.

Je kunt ook vragen om hulp bij het vinden van een baan die bij je past.

Heb je een uitkering? Dan kun je hulp krijgen via UWV, je ex-werkgever of de gemeente.

Heb je geen uitkering? Vraag dan ook bij de gemeente om hulp. Geef duidelijk aan dat je door een beperking niet fulltime kunt werken en daardoor lastiger werk kunt vinden.

Kun je 18 uur werken en sta je in het doelgroepregister? Dan kun je met een [recruiter](#) kijken naar mogelijke banen bij de Rijksoverheid. En via [Onbeperkt aan de slag](#) kun je in contact komen met werkgevers die op zoek zijn naar werkgevers die open staan voor mensen met een beperking.

Is betaald werk voor jou nog niet aan de orde? Dan kun je kijken of vrijwilligerswerk een eerste opstap kan zijn. Als je een vergoeding krijgt voor je vrijwilligerswerk, ga je er in ieder geval iets op vooruit. Wil je meer betekenen maar lukt het niet om zelf een goede plek te vinden? Vraag dan om hulp bij de gemeente.

Het kan best lastig zijn om rond te komen. Zeker als je geen recht hebt op een uitkering maar niet fulltime kunt werken. De gemeente kan samen met je kijken of er nog regelingen zijn die helpen om je inkomen te verhogen.

Hoe kan ik passende werk vinden? Ik heb schizofrenie.

Weet je zelf al goed wat voor jou passend werk is? Een eerste stap kan zijn om na te denken over wat je kunt en wat je zou willen. Soms kan vrijwilligerswerk of een werkervaringsplek een goede opstap zijn om te ontdekken of het lukt om te werken.

Wil je samen met iemand kijken wat een goede stap zou kunnen zijn? Dan kun je ook terecht bij een [onafhankelijk clientondersteuner](#).

Je kunt hulp krijgen bij het vinden van passend werk. Heb je een uitkering? Dan kun je ondersteuning krijgen vanuit UWV, je ex-werkgever of de gemeente. Ben je in behandeling bij de Ggz? Dan kun je ook aan je behandelaar aangeven dat je een stap naar werk wilt maken. Veel Ggz-instellingen hebben coaches in dienst die je daarbij kunnen helpen. Heb je nu nog een werkgever? Dan kan de werkgever een coach voor je regelen die samen met je op zoek gaat naar passend werk.

Op de websites van Onbeperkt aan de Slag en de Normaalste Zaak kun je organisaties vinden die open staan voor het in dienst nemen van mensen met een arbeidsbeperking.

En stel je vraag ook gerust bij het [Werkcentrum](#) bij jou in de buurt. Die kennen bedrijven in jouw regio die open staan voor mensen met een beperking.

Mijn stemming is niet stabiel. Maar toen ik nog werkte was ook iedereen verbaasd dat dit mij lukte. Werk zegt wel iets over identiteit.

Wat kan ik het beste doen?

Om je een goed advies te kunnen geven, is het fijn om jouw situatie beter te kennen. Je kunt een mailtje sturen aan vragen@zetikdestap.nl en dan krijg je een advies op maat.

Voor de meeste mensen is werk belangrijk en vormt werk een onderdeel van hun identiteit. Werk kan zorgen voor structuur, zelfvertrouwen en kan betekenis geven aan je leven.

Als je stemming niet stabiel is kan dat gevolgen hebben voor je mogelijkheden om te werken. Werk kan ook bijdragen aan herstel en meer stabiliteit. Bespreek jouw werkwens met jouw behandelaar of begeleider, als je die hebt.

Er zijn veel verschillende soorten werk, Misschien helpt het je om eerst uit te proberen wat je kunt qua werk. Bijvoorbeeld in dagbesteding, vrijwilligerswerk of een werkervaringsplek. Behalve van een behandelaar kun je ook hulp krijgen via UWV, je ex-werkgever of de gemeente. Samen kun je kijken wat je doelen zijn en wat er nodig is om die te bereiken. Weet je niet bij wie je jouw vraag het best kunt stellen, neem dan contact op met het [Werkcentrum](#).

Handvaten betreft werken (betaald of onbetaald) wat zeg ik wel wat zeg ik niet op mijn werk. Hoe ga ik om met druk? Maar ook hoe ga ik om met olifanten op de weg?

Je hoeft op je werk alleen te vertellen over jouw gezondheid als die van invloed is op het werk dat je doet. Als je wel vertelt over je gezondheid, kan dat ervoor zorgen dat er meer rekening met je wordt gehouden. Voor mensen met psychische problemen is er [een beslischulp](#) die je kan helpen om te besluiten wat je wilt vertellen en aan wie.

Je kan de beslischulp ook gebruiken als je geen psychische problemen hebt. En als je ondersteuning krijgt bij het zoeken van werk, dan kun je ook met je coach praten over wat je bij een nieuwe werkgever wilt zeggen.

Als je omgaan met druk lastig vindt dan kun je natuurlijk zoeken naar werk met zo weinig mogelijk druk. Ook kan je bijvoorbeeld met hulp van een jobcoach of je behandelaar kijken hoe je beter met de druk op het werk kunt omgaan. Zij kunnen je ook helpen om te kijken wat je kunt doen met olifanten of beren op de weg.

Waar kun je terecht als je passend werk wil doen? Welke regelingen zijn er?

Iedereen kan terecht bij het [Werkcentrum](#). Heb je een uitkering van UWV en wil je ondersteuning naar werk? Dan kun je ondersteuning vragen bij UWV. Soms word je dan verwezen naar je (oude) werkgever, als die verantwoordelijk is voor jouw begeleiding naar werk. Heb je geen uitkering van UWV? Dan kun je terecht bij de gemeente voor ondersteuning naar werk.

Er zijn veel verschillende regelingen voor mensen die aan het werk willen. Welke regels voor jou gelden, hangt af van jouw situatie. Hier lees je meer over de [regelingen](#).

Welke kant beweegt het beleid op dit moment op?

Dit is een algemene vraag. Als het gaat om het vinden van passend werk, dan wordt toegewerkt naar een situatie waarin de ondersteuning die je kunt krijgen niet langer afhangt van welke uitkering je hebt. Iedereen moet de juiste ondersteuning kunnen krijgen. Je kunt voor ondersteuning onder andere terecht bij het [Werkcentrum](#).

Verder wordt er gewerkt aan vereenvoudiging van regelgeving. Regels die beter te begrijpen zijn en passen bij wat iemand ook kan.

Hoe kun je als naaste iemand ondersteunen bij integreren?

Als naaste kun je voor iemand zijn door te luisteren. En te praten over de ervaringen van jouw naaste in dit traject.

Wees geduldig. Een traject naar nieuw werk kost tijd. En soms zit het tegen. Heb daar begrip voor.

Je kunt vragen of je kunt helpen. Bijvoorbeeld door je eigen netwerk in te zetten bij het zoeken van passend werk. Dat hoeft niet per se een baan te zijn. Het kan ook gaan om een netwerkgesprek om te horen hoe het werk is. Of een werkervaringsplek.

Waar je passend werk kunt zoeken en vinden waar chronische vermoeidheid en pijn niet een probleem zijn.

Op jouw vraag is niet één antwoord. Het hangt af van welk werk bij jou past en waar je interesses liggen. Je wilt graag werken bij een werkgever die begrip heeft voor jouw situatie.

Het helpt als je zelf goed weet wat je nodig hebt om goed te kunnen werken. Bijvoorbeeld dat je deels thuis kunt, zelf je werktijden kunt bepalen of in een rustig tempo kunt werken.

Je kunt hulp krijgen bij het zoeken naar passend werk. Dat kan je doen bij het [Werkcentrum](#). Heb je een uitkering van UWV of de gemeente? Dan kunnen zij ook ondersteuning regelen, zoals begeleiding van een jobcoach.

Ik wil van branche veranderen. Hoe krijgen we werkgevers zover dat er niet alleen naar diploma's en werkervaring wordt gekeken. In het verleden opgedane competenties kunnen heel goed van pas komen in een andere sector

De overheid is bezig dit te verbeteren. Er zijn [ontwikkelpaden](#) gemaakt voor verschillende sectoren. In een ontwikkelpad kun je zien:

- welke banen er zijn in een sector
- hoe je kunt starten, ook zonder diploma
- hoe je kunt doorgroeien naar ander werk

De overheid geeft ook [scholingssubsidie](#) aan werkgevers voor opleidingen uit de ontwikkelpaden. Die kunnen ook worden ingezet voor nieuwe werknemers. Bij het [Werkcentrum](#) kun je informatie krijgen over mogelijkheden bij jou in de buurt.

Welke mogelijkheden kennen jullie om zingeving in vorm van vrijwilligerswerk of betaald werk in m'n leven te brengen terwijl ik ook visuele (problemen) en gehoor-overprikkeling heb?

Er zijn bijna altijd wel mogelijkheden in een vorm van werk. Het is belangrijk om te zoeken naar plekken die passen bij jouw situatie. En waar op een goede manier rekening gehouden kan worden met jouw behoeften. Voor jou is een rustige werkomgeving met weinig prikkels belangrijk. En natuurlijk moet het werk ook aansluiten bij jouw interesses. Kijk eens naar de vacatures voor (vrijwilligers)werk in jouw omgeving. Wat voor werk zou bij jou kunnen passen?

Je kunt hulp krijgen bij het vinden van passend (vrijwilligers)werk. Heb je een uitkering van UWV? Vraag bij hen om hulp. UWV helpt mensen waarvoor de stap naar betaald werk nog te groot is, ook bij deelname aan vrijwilligerswerk. Heb je een uitkering van de

gemeente of geen uitkering? Dan kun je terecht bij de gemeente voor hulp.

Ik heb een WIA-uitkering aangevraagd en ik ben in afwachting van mijn keuring. Ik heb net de diagnose betreft mijn schildklier. Hoe vind ik aangepast werk?

Als je wacht op de WIA-beoordeling dan kun je bij UWV al hulp vragen bij het vinden van aangepast werk. Zij kunnen een coach voor je inschakelen die samen met je gaat kijken wat voor werk bij je past. Ook helpt de coach bij het vinden van dat werk. Neem contact op met UWV en vraag om een afspraak over jouw re-integratiemogelijkheden.

Hoe kun je ontdekken wat voor werk het beste bij je past als je ADHD hebt en snel last hebt van overprikkeling, maar ook juist behoefte hebt aan menselijk contact en een waardevolle bijdrage leveren?

Het is belangrijk om te zoeken naar werk dat past bij jouw situatie. En waar op een goede manier rekening gehouden kan worden met jouw behoeften. Voor jou is een plek met weinig prikkels belangrijk. Je wilt wel menselijk contact en waardevol bijdragen. Bedenk eens bij wat voor soort organisatie je graag zou willen werken.

Vind je het lastig om zelf werk te vinden? Je kunt hulp krijgen. Heb je een uitkering van UWV? Vraag bij hen om hulp. Heb je een uitkering van de gemeente of geen uitkering, dan kun je terecht bij de gemeente voor hulp.

Met name rechten, plichten(juridische zaken) en welke mogelijkheden er zijn mbt begeleiding naar passend werk.

Welke rechten en plichten jij hebt, hangt af van jouw situatie. Heb je een uitkering? Heb je werk? Om je een goed advies te kunnen geven, is het fijn om jouw situatie beter te kennen. Je kunt een mailtje sturen aan vragen@zetikdestap.nl en dan krijg je een advies op maat.

Van uitkering weer aan het werk

Heb je een uitkering? Dan kun je hulp krijgen bij het vinden van werk. Maak een afspraak met jouw contactpersoon bij UWV of de gemeente. En vraag welke hulp je kunt krijgen.

Als je gaat werken, heeft dit meestal invloed op je uitkering. Hoeveel invloed, hangt af van de soort uitkering die je hebt. De bedoeling is dat als je werkt, dat je dan een hoger inkomen hebt dan wanneer je niet werkt.

Heb je een uitkering van UWV? Kijk dan op de [website van UWV](#) over werken naast een uitkering.

Heb je een uitkering van de gemeente? En ga je minder verdienen dan de uitkering die je hebt? Of ongeveer evenveel? Dan zijn er vaak regels waardoor je door te werken meer inkomen hebt. Voor jongeren gelden soms andere regels. Vraag bij de gemeente om informatie. Of stel je vraag aan ons via vragen@zetikdestap.nl.

Ik heb betaald werk maar ik wil op zoek naar ander werk wat meer bij mij past.

Je kunt natuurlijk zelf op zoek gaan. Kan je hulp gebruiken? Ga dan naar het [Werkcentrum](#). En ben je aan deze baan gekomen door hulp van UWV of de gemeente? Dan kun je ook bij hen om hulp vragen. Heb je een jobcoach? Bespreek jouw wens dan met de jobcoach.

De stap naar werk vanuit arbeidsongeschiktheid.

Als je arbeidsongeschikt bent en weer aan het werk wilt, dan zijn er verschillende mogelijkheden. Om je een goed advies te kunnen geven, is het fijn om jouw situatie beter te kennen. Je kunt een mailtje sturen aan vragen@zetikdestap.nl en dan krijg je een advies op maat.

Weet je zelf al goed wat voor jou passend werk is? Of wil je ontdekken wat nu lukt? Een eerste stap kan zijn, nadenken over wat je kunt en wat je zou willen. Soms kan vrijwilligerswerk of een werkervaringsplek een goede opstap zijn om te ontdekken of het lukt om te werken.

Heb je een uitkering dan kun je ondersteuning krijgen van de organisatie die je uitkering verstrekt. Dat kan zijn het UWV, je ex-werkgever of de gemeente. Ook zij kunnen hulp inschakelen voor het zoeken naar werk. Als je nu nog een werkgever hebt, dan kan de werkgever een coach voor je regelen die samen met je op zoek gaat naar passend werk.

Hoe kan ik mij oriënteren op geschikte werkplekken en functies?

Je kunt op verschillende manieren oriënteren. Het is fijn als je weet wat bij je past en waar je goed in bent. Weet je dat nog niet? Denk er zelf over na en vraag ook familie,

vrienden of oud-collega's waar zij je goed in vinden. Bedenk ook in wat voor soort omgeving je graag wilt werken. Kijk op vacaturesites naar vacatures of beroepen die je interessant lijken.

Misschien ken je iemand die dat soort werk doet. Vraag of je eens kunt praten of hoe het werk bevalt. Je kunt dat zeggen dat je je oriënteert op ander werk. Vaak vinden mensen het heel leuk om over hun werk te praten.

Bespreek je werkwens ook met je familie of vrienden. Misschien kunnen zij jou in contact brengen met iemand die het werk doet dat je leuk lijkt. Als je weet wat je wilt kun je het werk ook eerst uitproberen. Bijvoorbeeld in vrijwilligerswerk of op een werkervaringsplek.

Je kunt ook hulp krijgen bij de oriëntatie op geschikt werk. Dat hoort bij een re-integratietraject. Je kunt de gemeente of UWV vragen om hulp.

Passend werk is vaak gericht op lichamelijk, en energie-huishouding. Wat als iemand een heel andere kijk op systemen en werk heeft? En naast de handicap ook heel creatief of abstract kan denken en werken. Dit wordt vaak niet meegenomen. De focus blijft op de reguliere mankementen.

Passend werk sluit aan bij wat iemand nodig heeft en wat iemand goed kan. Creativiteit en abstract denken kunnen voor bepaalde taken en banen heel waardevol zijn. Een goede re-integratiecoach brengt jouw sterke kanten in beeld. En gaat samen met je op zoek naar werk dat daarbij aansluit.

Als je ondersteuning krijgt en je merkt dat er onvoldoende aandacht is voor wat je kunt, geef dat dan aan. Dat helpt om werk te vinden dat echt bij je past en waar je energie van krijgt.

3. Vrijwilligerswerk

Passend vrijwilligers werk vinden, buiten de zorg. Hoe zorg ik voor wat ik nodig heb, wanneer ik met anderen werk? Bijvoorbeeld rust en rustige momenten tussendoor. Wanneer vrijwilligerswerk en wanneer vragen voor meer ondersteuning?

Je kan bij veel verschillende organisaties vrijwilligerswerk doen. Ook buiten de zorg. Op [NLvoorelkaar](#) en [Vrijwilligerswerk.nl](#) kun je zoeken naar vrijwilligerswerk bij jou in de buurt.

Zoek een organisatie die aansluit bij jouw interesses. Vraag bij de organisatie of er mogelijkheden zijn voor wat jij nodig hebt. Bijvoorbeeld rustige momenten tussendoor.

Merk je dat je extra ondersteuning nodig hebt in het vrijwilligerswerk? Dan is het goed om dit bij de organisatie aan te geven. Zij kunnen kijken wat ze voor je kunnen doen.

Heb je veel begeleiding en aanpassingen nodig om als vrijwilliger te kunnen werken? Dan kan het zijn dat dagbesteding beter bij je past. Op [zetikdestap.nl](#) lees je hier meer over.

Ik ken mijn belastbaarheid op dit moment nog niet precies. Doe wel vrijwilligerswerk, maar dit is vrij weinig

Als je een tijd niet hebt gewerkt is het best lastig om je belastbaarheid te kunnen inschatten. In het vrijwilligerswerk heb je dit al een beetje kunnen ontdekken. Misschien zijn er mogelijkheden om het vrijwilligerswerk uit te breiden, zodat je ervaart of dat lukt.

Kijk verder naar wat er lukt buiten je vrijwilligerswerk om. Wat kun je thuis doen op een dag? Wanneer moet je een stapje terug koen? Je kunt ook op zoek naar een werkervaringsplek om op een werkplek te kijken wat je belastbaarheid is.

Heb je een uitkering van UWV of de gemeente en wil je een stap naar werk zetten? Bespreek dan met jouw contactpersoon dat je niet weet wat je belastbaarheid is.

Krijg je een uitkering van UWV? Soms heeft UWV je belastbaarheid al in beeld gebracht. Is niet zo duidelijk welke mogelijkheden je hebt? Dan kan UWV een Praktijkassessment inzetten. Je krijgt dan een assessment dat bestaat uit gesprekken en/of testen. Ook ga je aan de slag op een of meerdere werkplekken. Op basis van het assessment krijg je een advies over jouw mogelijkheden.

Ook gemeenten bieden vaak de mogelijkheid om je belastbaarheid te onderzoeken. Bijvoorbeeld door een korte periode te werken bij een sociaal ontwikkelbedrijf.

4. WIA

Waar kan ik re-integreren en wat kan/mag ik aan vrijwilligerswerk doen bij een WIA (80-100%)?

Re-integreren kan op verschillende plekken. Bijvoorbeeld op in een betaalde baan, een werkervaringsplek, in vrijwilligerswerk of in dagbesteding. Wat een passende plek is dat verschilt per persoon. Je kunt je werkwens bespreken met jouw arbeidsdeskundige en samen kijken wat voor jou een goede eerste stap zou zijn.

Natuurlijk kun je ook contact met ons opnemen om te bespreken wat bij je past. Je kunt een mailtje sturen aan vrAGEN@zetikdestap.nl. Je krijgt dan advies op maat.

Krijg je een WIA-uitkering en ben je 80-100% arbeidsongeschikt? Dan mag je vrijwilligerswerk doen. Je moet het wel altijd bij UWV melden dat je dit gaat doen.

Heb je een WGA-uitkering en heb je met UWV afspraken gemaakt over solliciteren? Dan moet je dat doen naast je vrijwilligerswerk.

Gevolgen van werken met een WIA.

Heb je een WIA-uitkering en ga je werken? Dat heeft gevolgen voor de hoogte van je uitkering. Meestal gaat het totale inkomen (loon + uitkering) omhoog als je gaat werken. Een hoger inkomen kan gevolgen hebben voor de toeslagen die je krijgt. En na verloop van tijd kan het recht op uitkering veranderen.

De WIA is een ingewikkelde regeling met verschillende uitkeringen. Op de UWV-website [Werken naast WIA-uitkering](#) vind je algemene informatie.

Om je een goed advies te kunnen geven, is het fijn om jouw situatie beter te kennen. Je kunt een mailtje sturen aan vrAGEN@zetikdestap.nl. Zet daarin in ieder geval welke uitkering (IVA of WGA) je hebt en je arbeidsongeschiktheidspercentage. Dan sturen we je een advies op maat.

5. Wajong

Vanuit Wajong proberen aan het werk te gaan.

Je kan hulp krijgen van het UWV als je vanuit de Wajong weer wil gaan werken. De arbeidsdeskundige kan je vertellen welke mogelijkheden er zijn. En kan vragen over de gevolgen van werken voor je uitkering beantwoorden. Je kunt ook vragen wat er gebeurt als het werken toch te zwaar voor je blijkt.

Op de website [Werken naast Wajong](#) vind je algemene informatie. Er zijn verschillende Wajong-uitkeringen. De regels zijn niet voor alle uitkeringen hetzelfde. Daarom is het slim om met een arbeidsdeskundige van UWV te kijken naar jouw situatie.

Wil je eerst liever advies van iemand buiten het UWV? Dan kun je contact met ons opnemen. Stuur een mailtje aan vrAGEN@zetikdestap.nl en zet daarin hoe lang je al een Wajong-uitkering hebt. Had je al voor 2015 Wajong? Geef dan aan of je volgens UWV arbeidsvermogen hebt. Je krijgt dan een advies dat past bij jouw situatie.

Veel mensen worstelen met hun Wajong en bijverdienen. Ook als iemand met een Wajong op de loonlijst komt dan is vaak het gevaar dat iemand de uitkering kwijtraakt. Ik werk met mensen die soms een periode psychisch niet belastbaar zijn en vaak ook hun hele goede periodes hebben. Hoe kunnen we deze groep laten renderen in de weg naar werk?

Als je een Wajong-uitkering krijgt en je gaat werken, dan stopt de Wajong-uitkering niet direct. Wel wordt de uitkering aangepast aan wat je gaat verdienen. Ga je meer dan het minimumloon verdienen? Dan is de uitkering nul. Maar de meeste mensen met een Wajong-uitkering die gaan werken, verdienen minder dan het minimumloon omdat ze niet fulltime werken.

Is iemand in dienst bij een werkgever en een periode psychisch niet belastbaar? Dan kan de werknemer zich ziekmelden bij de werkgever. De werkgever betaalt dan het loon bij ziekte. Als het loon bij ziekte lager is dan het normale loon, dan geeft de werknemer dat door bij UWV. Mogelijk wordt de Wajong-uitkering dan weer hoger.

Wanneer stopt de Wajong-uitkering wel?

Als je al voor 2015 een Wajong-uitkering had, stopt de uitkering op zijn vroegst na 5 jaar werken. Als iemand in die periode langer dan 3 maanden ziek is geweest, start UWV opnieuw met tellen. Je raakt de uitkering dus niet zomaar kwijt. Op de website [Wajong na 5 jaar werken](#) lees je hier meer over.

Heb je na 2015 voor het eerst Wajong gekregen? Dan gelden andere regels. Ga je werken? Dan beoordeelt UWV tot oktober 2027 niet of je nog recht hebt op Wajong. Daarna kan UWV dat wel weer gaan doen. De vraag is dan of je volgens UWV [arbeidsvermogen](#) hebt. Wanneer je beoordeeld wordt, is onduidelijk. UWV heeft namelijk te weinig artsen om deze beoordelingen te doen.

Hulp vragen bij aanvragen van Wajong uitkering

Een Wajong-uitkering aanvragen is een hele klus. Je moet een uitgebreid formulier invullen. En allerlei verslagen meesturen. Het is dus slim om hulp te vragen bij het invullen van het formulier.

Die hulp kun je vragen van familie of vrienden. Of bij een [onafhankelijk clientondersteuner](#) of een [sociaal raadslid](#). Soms kan ook een behandelaar of begeleider je helpen. Zit je op het voortgezet speciaal onderwijs of praktijkonderwijs? Dan kun je vaak hulp krijgen van school.

6. ZZP

Ik wil vanuit de WIA weer naar betaald werk. Maar dat is niet makkelijk merk ik. Ik denk erover om voor mezelf te beginnen maar dat voelt als een groot financieel risico.

Voor jezelf beginnen kan een goede manier zijn om vanuit de WIA weer te gaan werken. Er zijn meer mensen die die stap zetten omdat het niet lukt om een baan te vinden.

Heb je al een idee over het soort werk dat je zou kunnen doen? Een eerste stap zou kunnen zijn om te spreken met anderen die dit soort werk doen. En eventueel ook met andere ondernemers die vanuit de WIA zijn gestart. Op deze [site van UWV](#) lees je verhalen van mensen die vanuit de WIA of Wajong een eigen bedrijf hebben opgestart.

[UWV](#) kan je helpen. Je kunt je plan bespreken met de arbeidsdeskundige. De arbeidsdeskundige kan ondersteuning voor je regelen bij het verder uitwerken van je plan. Bijvoorbeeld van een re-integratiebedrijf dat gespecialiseerd is in de begeleiding van mensen met een WIA-uitkering bij de start van een bedrijf. Je mag altijd kiezen tussen verschillende organisaties die je kunnen helpen.

Er zijn ook organisaties die mensen met een beperking die willen ondernemen ondersteunen. Kijk bijvoorbeeld op de site van [Incluvisie](#) en [Onbeperkt aan de Slag](#).

Als je voor jezelf werkt, heb je een meestal een minder zeker en stabiel inkomen dan in loondienst. Je moet zelf inschatten hoeveel je gaat verdienen. UWV past daar je uitkering op aan. Natuurlijk kan de arbeidsdeskundige wel met je meedenken. En eventueel ook je re-integratiebegeleider.

UWV weet dat het inkomen van een zelfstandig ondernemer per jaar best kan verschillen. Daarom wordt er pas als je drie jaar werkt, gekeken wat de gevolgen op lange termijn zijn. Meer informatie over hoe UWV omgaat met het inkomen dat je verdient en de ondersteuning die je kunt krijgen vind je op de pagina [Een bedrijf starten](#).

7. Motivatie en afwegen stap zetten

Het steeds blijven uitstellen om een stap te maken, het lukt niet, door teleurstelling weet ik niet wat ik moet doen en hoe ik het moet doen. Een eerste stap zetten kan lastig zijn. Zeker als eerdere pogingen hebben geleid tot teleurstelling.

Misschien helpt het om de stap kleiner te maken. Bedenk een klein stapje dat je zou kunnen zetten. Bijvoorbeeld: met iemand uit je omgeving praten over werk dat je leuk lijkt. Of bij het volgende gesprek met je behandelaar zeggen dat je wil werken en dat je nog niet weet hoe je dat kan npakken.

Denk na over wie je kan helpen. Wie heeft je eerder geholpen? Vrienden, familie? Weet je niet wie je kunt vragen? Je kunt altijd contact opnemen met een [onafhankelijk clientondersteuner](#). En ook wij helpen je graag op weg.

Bedenk welke hulp je van hen nodig hebt. Vind je het fijn om iemand mee te nemen naar een gesprek? Of wil je samen nadenken over waar jij goed in bent?

Natuurlijk denken wij ook graag met je mee. Dus als je met ons wil praten, stuur dan een mailtje aan vragen@zetikdestap.nl.

Geef je je beperking aan in je sollicitatiebrief?

Je hoeft je beperking niet aan te geven in je sollicitatiebrief. Of je dat wel of niet doet is een persoonlijke keuze. Als je iets over je beperking wilt zeggen, kan dat natuurlijk ook later in de sollicitatieprocedure. Benadruk in de brief vooral waarom jij geschikt bent voor deze functie.

Soms kan je beperking een voordeel zijn om een functie te krijgen. Dan is het natuurlijk wel slim om je beperking te vermelden.

Als je solliciteert hoef je alleen iets over je beperking te vertellen als die gevolgen heeft voor het werk dat je gaat doen. Dat mag al in je sollicitatiebrief. Maar kan ook later.

Praat er eens over met vrienden en familie. Wat zouden zij doen? En bedenk waarom het voor jou belangrijk is om er wel of niet al direct iets over te zeggen. Als je een re-integratiebegeleider of jobcoach hebt, dan kun je hierover ook met hen praten.

Hoe kom je erachter hoeveel uur werk je kan volhouden?

Als je een tijd niet hebt gewerkt is het best lastig in te schatten hoeveel uur je kunt werken. Je kunt natuurlijk kijken hoe lang je thuis bepaalde taken kunt doen. En misschien kun je het uitproberen op een werkplek. Bijvoorbeeld in vrijwilligerswerk of op een werkervaringsplek.

Heb je een uitkering van UWV of de gemeente en wil je een stap naar werk zetten? Bespreek dan met jouw contactpersoon dat je niet weet wat je belastbaarheid is.

Krijg je een uitkering van UWV? Soms heeft UWV je belastbaarheid al in beeld gebracht. Is het nog niet duidelijk welke mogelijkheden je hebt? Dan kan UWV een Praktijkassessment inzetten. Je krijgt dan een assessment dat bestaat uit gesprekken en/of testen. Ook ga je aan de slag op een of meerdere werkplekken. Op basis van het assessment krijg je een advies over jouw mogelijkheden.

Ook gemeenten bieden vaak de mogelijkheid om je belastbaarheid te onderzoeken. Bijvoorbeeld door een korte periode te werken bij een sociaal ontwikkelbedrijf.

Na een beroepstest komt eruit dat ik dezelfde baan ambieer als voordat ik zorgouder werd. Dit is niet meer te combineren.

Hoe zorg ik dat ik iets vind waar ik gelukkig van word?

Een beroepskeuzetest helpt om te ontdekken welk werk goed bij je past. Dat jouw oude werk hoog scoort betekent dat het werk goed aansloot bij jouw interesses en kwaliteiten. Maar het werk dat je deed is niet te combineren bij je situatie op dit moment.

Jouw situatie is veranderd. Daardoor kan je het werk dat je deed niet meer doen. In ieder geval niet op de manier zoals je dat eerst deed. Bij het Werkcentrum kan iemand met je meedenken over wat er passend is gezien jouw nieuwe situatie.

Het helpt natuurlijk om daar zelf ook over na te denken. Wat is voor jou als zorgouder belangrijk in het werk dat je gaat doen? En wat heb jij nodig om gelukkig te zijn in het werk dat je doet? Hopelijk lukt het met wat loopbaanbegeleiding om een fijne plek te vinden.

Wat is het belang van een CV?

Als je solliciteert op een vacature, wordt er vaak gevraagd om een cv. Als er veel reacties zijn, wordt het cv gebruikt om een snelle selectie te maken. Vaak wordt er kort naar gekeken. Je moet dus zorgen dat jouw cv een goede indruk geeft van wie je bent, wat jij kunt en wat je te bieden hebt. Op werk.nl vind je voorbeelden van een cv.

Hoe kom ik door de sollicitatieprocedure voor een baan waar ik niet alle vinkjes voor kan afvinken (andere branche) maar wel enorm enthousiast van word?

Als je wilt doorgroeien naar een andere branche is het logisch dat je niet aan alle vinkjes voldoet. Focus op de overlap aan vaardigheden die wel passen. Geef dus aan waarom je er enthousiast van wordt en waarom die rol jou past. Wees eerlijk over wat je nog wilt leren in de functie. En welke stappen je misschien al hebt gezet in die richting.

Zingeving van werk is deelnemen aan maatschappij maar dat kun je ook op een andere manier invullen. Waardoor je eigenlijk waardevoller voor de maatschappij wordt.

Dat klopt. Ook werken kan op allerlei manieren. Dat kan ook in vrijwilligerswerk of mantelzorg. Kijk dus vooral wat voor jou passend is op dit moment.

8. Overig

Doelgroepregister en mogelijkheden IPS-traject.

IPS staat voor individuele plaatsing en steun. Het is een methode die mensen met psychische problemen helpt bij het vinden en houden van werk. Inmiddels zijn er ook pilots om IPS in te zetten voor andere doelgroepen. Zoals mensen met een licht verstandelijke beperking, niet aangeboren hersenletsel en mensen die na een kankerbehandeling weer aan het werk willen.

Mensen die begeleiding naar werk krijgen vanuit de gemeente of UWV kunnen in aanmerking komen voor een IPS-traject. Vaak is als iemand in het doelgroepregister staat en werk zoekt, IPS mogelijk. Voorwaarde is wel dat het gaat om iemand met:

- een ernstige psychische aandoening EPA of common mental disorders (CMD)
- die in behandeling is bij een Ggz-instelling
- die een werkwens heeft
- en op dit moment geen dienstverband heeft of een dienstverband met een klein aantal uren én wil werken in een andere sector of functie dan in het huidige dienstverband.

Hoe snel kan je ervaringsdeskundige worden als je zelf iets hebt meegemaakt?

Ervaringskennis is kennis over wat er gebeurt als je iets hebt meegemaakt.

Ervaringsdeskundigen hebben geleerd om deze kennis en collectieve ervaringskennis in te zetten om anderen te helpen die hetzelfde meemaken. Of om organisaties en gemeentes te helpen bij het verbeteren van beleid of uitvoering.

Er zijn verschillende routes om ervaringsdeskundige te worden. Op de website voor de [Vereniging van Ervaringsdeskundigen](#) vind je meer informatie.

Re-integreren en/of herintreden vanuit de WIA; wat vertel je over je draagkracht, psychische kwetsbaarheid en wisselende energie?

Je zoekt werkt dat past bij jouw mogelijkheden. Als een functie helemaal past, dan hoef je er niets over te vertellen. Maar als er zaken zijn waar je ondersteuning bij nodig hebt of die voor jou niet passend zijn, dan moet je daar wel het gesprek over aangaan bij een werkgever.

Het is dan fijn als je zelf weet wat voor jou werkt. Bijvoorbeeld zelf je tijd kunnen indelen, thuis kunnen werken of een eigen werkplek. Voor mensen met psychische problemen is er [een beslisthulp](#) die je kan helpen om te besluiten wat je wilt vertellen en aan wie.

Als je hulp krijgt bij het vinden van passend werk, dan kun je met je begeleider ook samen het gesprek met de werkgever voorbereiden. Wat vertel je wel of niet en hoe doe je dat dan?

9. Vragen tijdens webinar

Als werkzoekende met een beperking zijn er heel regels die het juist moeilijk maken om het werk te gaan. Werkgevers staan vaak niet om mensen met een beperking in dienst te nemen. Ik heb een Wajong-uitkering. Als ik ga werken ga ik er qua inkomen op achteruit.

We zijn ons ervan bewust dat het voor werkzoekenden met een beperking lastiger kan zijn om werk te vinden. En dat er ook regels zijn die daarbij lastig kunnen zijn.

Tegelijkertijd is er vaak meer mogelijk dan je denkt. Als je gaat werken vanuit de Wajong, ga je er in de meeste situaties financieel op vooruit. Ook als je kijkt naar het recht op toeslagen.

Heb je volgens UWV duurzaam geen arbeidsvermogen? Dan kan je bij UWV vragen om een gesprek met een arbeidsdeskundige. Die kijkt met jou naar mogelijkheden om stappen te zetten richting werk. De arbeidsdeskundige kan ook een onafhankelijk financieel adviseur inschakelen die met je meekijkt naar de financiële gevolgen van werken. Ook voor je toeslagen.

Heb je wel arbeidsvermogen? Vraag dan of een [sociaal raadslid](#) met je mee kan kijken. Die kan met je meerekenen en zien of je er wel of niet op vooruit gaat.

Hoe vind ik een baan waarin ik kan re-integreren en langzaam uren op kan bouwen?

Vaak wordt dan gezocht naar een re-integratieplek bij een werkgever. Dat geeft ruimte om te proberen wat kan. Bijvoorbeeld tijdens een werkervaringsplek. Je werkt dan onbetaald met als doel te kijken of je kunt opbouwen qua belastbaarheid. Maak dan wel goede afspraken over het moment waarop je wel betaald gaat worden voor je inzet.

Het komt ook voor dat mensen beginnen met een nulurencontract. En naarmate ze verder herstellen meer uren gaan werken. Soms blijkt het aantal uur te veel en dan kunnen ze makkelijk weer een stapje terug doen.

Het is belangrijk is dat je met de werkgever afspraken kunt maken over het kunnen wisselen in uren.

Je kunt natuurlijk zelf op zoek gaan naar zo'n plek bij een werkgever. Maar je kunt ook hulp krijgen. Bijvoorbeeld via UWV of de gemeente. Die schakelen vaak een re-integratiebedrijf of sociaal ontwikkelbedrijf in om je aan werk te helpen. Dit soort bedrijven heeft veel contacten met werkgevers en kan daardoor vaak makkelijker een plek regelen waarin je kunt opbouwen.

Bij bijstand krijg je al te maken dat het huis als vermogen gezien wordt. Terwijl dit vaak net de veilige basis is.

Voor het recht op bijstand maakt het uit hoeveel vermogen je hebt. Bij een koophuis kan het zijn dat je daarom geen recht hebt op bijstand. Dan kan de gemeente je wel helpen richting werk. Daarvoor is het dan wel nodig dat je inschrijft als werkzoekende op [werk.nl](#).

Geef bij de gemeente duidelijk aan dat je een beperking hebt en dat het daarom niet lukt om zelf werk te vinden. Vaak zijn er meer mogelijkheden als je in het [doelgroepregister](#) staat. De gemeente kan je helpen om in het doelgroepregister te komen.

Lukt het je zelf niet om hulp te krijgen vanuit de gemeente? Vraag hulp van een [onafhankelijk clientondersteuner](#).

Belastbaarheid is geen statisch gegeven. Dit wordt vaak vergeten. Maar is eigenlijk bij zeer veel problematiek aan de orde.

Daar zijn we ons zeker van bewust. Daarom lieten we in het webinar ook het participatiepad zien.

Wat passend werk is, kan veranderen. Bijvoorbeeld omdat je gezondheid verandert. Als je bij een werkgever werkt en je valt ziek uit, dan zal de bedrijfsarts adviseren over de mogelijkheden tot terugkeer naar werk. Daar kan ook uitkomen dat betaald werk op dit moment niet passend is. Dan kan bijvoorbeeld vrijwilligerswerk of dagbesteding een optie zijn om je verder te ontwikkelen. Het komt regelmatig voor dat mensen dus van werksoort wisselen. En er is ook een grote groep die periodes van werken afwisselt met periodes van niet werken.

Maar de mensen hebben een behoorlijke inkomensval daar wordt vaak niet voldoende aandacht aan besteed.

Je hebt een goed punt. Voor veel mensen is het onzeker of werken loont. Zij missen hierover goede informatie. Of werken loont, hangt van de situatie af. Hoeveel uitkering heeft iemand? Wat kan diegene gaan verdienen? En van welke toeslagen maakt iemand gebruik. Er zijn zeker situaties waarin werken niet werkt. Maar ook veel situaties waar dat wel het geval is. Het is best lastig om vooraf in te schatten wat werken voor iemand betekent.

Er zijn [rekenhulpen](#) bij UWV, [de uitkering naar werk berekenaar](#) van Nibud en de [rekenhulp eigen bijdrage](#) van CAK.

UWV heeft een dienst financieel advies die zij kunnen inzetten voor mensen met een IVA-uitkering of Wajong-uitkering zonder arbeidsvermogen die aan het werk willen.

Kom je er niet uit? Vraag hulp bij een [sociaal raadslid](#). Soms maakt een paar uur meer of minder werken een enorm verschil in de armoedeval. Dat moet je dan natuurlijk ook nog kunnen. Maar door beter te weten hoe het uitpakt, wordt de stap naar werk wel meer zeker.

De ondersteuning en info bij de gemeente is vaak veel minder dan men zegt.

Welke ondersteuning je kunt krijgen vanuit de gemeente dat verschilt per gemeente. En dat verschil kan best groot zijn. Vaak is er voor mensen met een beperking meer ondersteuning mogelijk. Krijg je niet de hulp die je nodig hebt, neem dan contact op met een [onafhankelijk clientondersteuner](#) en kijk samen wat je kunt doen om wel richting werk te kunnen komen.