



PÅ JOB MED PARKINSON

INDHOLD

- 3 DEN PARKINSONRAMTE I CENTRUM
- 9 DET KAN ARBEJDSGIVEREN GØRE
- 11 DET KAN JOBCENTRET GØRE
- 13 DET KAN FAGFORENINGEN GØRE
- 15 DET KAN PENSIONS- OG FORSIKRINGSSELSKABET GØRE

På job med Parkinson.

© Parkinsonforeningen 2015.

Af Kirsten Hoff, Mogens Haulund Andersen og Marie Louise Kjølbye

Layout: ogjensen.dk

Oplag: 1.000

DEN **PARKINSON**RAMTE I CENTRUM



“

De første år kan arbejdsopgaverne ofte tilpasses dine symptomer. Med tiden kan du dog få brug for støtte.

– se s. 5

Hvis du lever med Parkinsons sygdom og samtidig skal passe et job, kan du på et tidspunkt opleve udfordringer i dit arbejdsliv.

De første år kan arbejdsopgaverne ofte tilpasses dine symptomer. Med tiden kan du dog få brug for støtte fra dit jobcenter, og evt. pensions- og forsikringsselskab. Senere kan fleksjob og førtidspension komme på tale.

Med tiden kan de såkaldt kognitive forstyrrelser blive de mest belastende. De kan betyde, at du får svært ved at planlægge og udføre bestemte opgaver. Som regel har du lettere ved at holde fast i dine kompetencer end ved at tilegne dig nye.

Undervejs i forløbet kan du få brug for at sygemelde dig.

TIL DIG, DER HAR DIAGNOSEN PARKINSON OG ER I ARBEJDE

- 1** Tag medansvar for din sag. Hvis du er sygemeldt, så hold kontakten til din arbejdsplads.
- 2** Bed din arbejdsgiver om en fastholdelsesplan, hvis du gerne vil blive i jobbet, men er sygemeldt og forløbet trækker ud.
- 3** Fortæl arbejdsgiver og kolleger om Parkinson, da mange ikke kender ret meget til sygdommen.
- 4** Tag kontakt med jobcentret, hvis du oplever problemer med at passe dit arbejde. En fastholdelseskonsulent kan bistå med at afklare, hvad kommunen kan hjælpe dig og din arbejdsgiver med.
- 5** Find en fast kontaktperson, som kan hjælpe i din sag. Det kan være en pårørende, ven, kollega eller professionel fra Parkinsonforeningen eller din fagforening.
- 6** Kontakt dit forsikrings- og pensionsselskab og hør, hvad de kan bidrage med. Vær opmærksom på evt. sundhedsforsikring på din arbejdsplads. Desuden udløser Parkinson-diagnosen normalt udbetaling af Sum ved kritisk sygdom.
- 7** Få overblik over din økonomi, bl.a. løn under sygdom, forsikring og opsparing.
- 8** Hold dig fysisk aktiv – gerne mere end før – og brug din ret til vederlagsfri fysioterapi.

→ EKSEMPEL

Anne på 52 år blev sygemeldt som viceskoleleder året efter, at hun havde fået diagnosen Parkinson. Hun var begyndt at få svært ved at passe jobbet på grund af træthed og muskelstivhed i venstre hånd og arm.

Efter nogle ugers *sygemelding* genoptog Anne arbejdet i sit gamle job med en *§ 56-aftale*, som hun selv ønskede.

Annes hjemkommune bevilgede *personlig assistance* 6 timer om ugen. Annes personlige assistent var en studerende, som bl.a. skrev efter Annes diktat.

Desuden talte en jobcentermedarbejder med Anne om *arbejdsredskaber* til at betjene et tastatur. Anne fik desuden *stemmetræning* og *fysioterapi*.

Efter to år fik Anne begyndende kognitive vanskeligheder med at fastholde overblik og koncentration. Assistentens timetal blev øget til 15 timer om ugen. Blandt de nye opgaver var at holde styr på Annes kalender. Alle møder og gøremål blev plottet ind i mobiltelefonen.

Et år senere måtte Anne opgive jobbet som viceskoleleder pga. sine kognitive vanskeligheder.

Anne fik nu *fleksjob* 15 timer om ugen, hvor hun fortsatte med opgaver, hun stadig kunne udføre.

SYGEMELDING

Når du er sygemeldt, har du som hovedregel ret til sygedagpenge. Hvis du får løn under sygdom, er det din arbejdsgiver, der modtager sygedagpengene.

Sygedagpenge er som udgangspunkt begrænset til 22 uger. Senest 8 uger efter første sygedag skal jobcentret i kommunen indkalde til en samtale, hvor I skal tale om din evt. tilbagevenden til arbejdsmarkedet. Du har også mulighed for at være deltids-sygemeldt i min. 4 timer om ugen, fx i forbindelse med fysioterapeutisk behandling.

§ 56- OG § 58A-AFTALE

Hvis det kan forudses, at du ofte vil være fraværende fra dit arbejde på grund af langvarig eller kronisk sygdom, kan kommunen bevilge en § 56-aftale.

En § 56-aftale er baseret på et skøn om, at dit sygefravær vil overstige 10 dage om året. Aftalen indebærer, at din arbejdsgiver kan få refunderet sygedagpenge fra din første sygedag.

En § 56-aftale gælder op til to år ad gangen. Derefter skal den genforhandles.

Kontakt din tillidsrepræsentant eller fagforening, før du bliver ansat med en § 56-aftale.

For selvstændige indgås en tilsvarende aftale dog ifølge § 58a.

PERSONLIG ASSISTANCE

Jobcentret kan bevilge personlig assistance i erhverv til personer med handicap. Som parkinsonramt kan du få hjælp til arbejdsopgaver, som du ikke selv kan klare på grund af motoriske eller kognitive udfordringer. Som hovedregel kan du som fuldtidsbeskæftiget få tilskud i max. 20 timer om ugen.

<http://bmhandicap.dk>

ARBEJDSREDSKABER HJÆLPEMIDLER ARBEJDSPLADSINDRETNING

Kommunen kan bevilge hjælpemidler, som er nødvendige for, at du overhovedet kan komme på arbejde, fx en handicapbil. Tal med jobcentret om det, hvis du har brug for arbejdsredskaber på selve arbejdspladsen, som en specialstol eller specialcykel. Arbejdsredskabet fås som tilskud eller udlån, også hvis du er i fleksjob.

<http://bmhandicap.dk/>

TALE- OG STEMME TRÆNING

Stemmen kan trænes, hvis du får problemer med udtale og stemmestyrke. Du skal selv kontakte et taleinstitut, et kommunikationscenter eller en privat praktiserende talekonsulent (logopæd). Hvis taleinstituttet vurderer, at du har behov for hjælp, bevilger kommunen som hovedregel undervisningen.

Se det nærmeste center her:

<http://dths.dk/institutionsliste.aspx>

FYSIOTERAPI

Hvis du oplever problemer med balance, holdning og gang på grund af Parkinsons sygdom, kan din læge henvise til vederlagsfri fysioterapi. Som parkinsonramt har man hovedsagelig ret til holdtræning. En henvisning dækker som udgangspunkt 20 behandlinger. De fleste får mange flere.

Lægen kan også henvise til genoptræning efter ophold på sygehus.

FLEKSJOB

Fleksjob er en form for ansættelse, som tager hensyn til, at din arbejdsevne er begrænset af din sygdom. I praksis skal arbejdsevnen være nedsat til ca. halvdelen.

Når fleksjobbet bliver oprettet, vurderer jobcentret, hvilke arbejdsopgaver, du kan magte, og hvor mange timer. Vurderingen danner grundlag for aftalen mellem dig og din arbejdsgiver. Lønnen afhænger af arbejdsindsats og timetal.

Kommunen supplerer din løn med et tilskud, som kan udgøre op til ca. 17.000 kr. pr. måned før skat (2015), svarende til 98 procent af den højeste dagpengesats.

Fastholdelsesfleksjob – dvs. et fleksjob på din hidtidige arbejdsplads – er ofte den bedste mulighed. Arbejdsgiveren kan bruge dine kompetencer og færdigheder indenfor velkendte arbejdsområder, blot med skånehensyn og evt. på nedsat tid.

Som parkinsonramt kan du som hovedregel få fastholdelsesfleksjob. Det gælder også, hvis du ikke har været ansat på særlige vilkår/ under de sociale kapitler i 12 måneder, som det ellers er praksis.

Se denne afgørelse:

www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=173249

→ EKSEMPEL

Bent på 61 år *sygemeldte* sig fra sit *fleksjob* som pedel i en boligforening 18 timer om ugen.

Årsagen var kognitive vanskeligheder med koncentration og hukommelse og med at klare mange forskellige samtidige opgaver. Bent fik svært ved at lære nye rutiner, og det stressede ham, at han ikke kunne følge med.

Fem år tidligere havde Bent fået diagnosen Parkinson og fik fleksjob 18 timer om ugen på sin gamle arbejdsplads. Desuden fik han bevilget *arbejdsredskaber*, som et ståstøttestativ til reparationsopgaver, specielle skruetrækkere og opsamlingsværktøj med vakuum.

Bents arbejdsevne blev vurderet igen, og hans arbejdstid blev reduceret til 11 timer om ugen.

Efter 10 måneder fik Bent for svært ved at klare sit arbejde. Han søgte *førtidspension*, som han fik uden problemer.

FØRTIDSPENSION

Du har ret til førtidspension, hvis du ikke kan forsørge dig selv ved at arbejde, fordi din arbejdsevne er ubetydelig og varigt nedsat. Desuden skal du være dansk statsborger, bo fast i Danmark og have boet i Danmark i tre år efter, at du er fyldt 15.

Kommunen vurderer, om du har ret til førtidspension ud fra din uddannelse, din erfaring fra arbejdsmarkedet og dit helbred. Som udgangspunkt skal du også deltage i et såkaldt ressourceforløb. Alt skal være forsøgt, før der gives førtidspension.

www.borger.dk/Sider/Foertidspension-nye-regler.aspx

DET KAN **ARBEJDSGIVEREN** GØRE



Som arbejdsgiver er det vigtigt for dig at vide, at en medarbejder med sygefravær pga. kronisk sygdom ikke er dit ansvar alene, men også kommunens.

Arbejdsgiveren har mange muligheder for at fastholde en medarbejder med diagnosen Parkinsons sygdom. Du kan fortsat få glæde af medarbejderens kompetencer og færdigheder på velkendte arbejdsområder, blot med skånehensyn og evt. på nedsat tid.

Medarbejderens hidtidige job kan tilpasses på flere måder. Det kan handle om arbejdstider og timetal, men også om arbejdspladsens indretning og arbejdsopgavernes indhold.

→ EKSEMPEL

Christian på 58 år arbejdede i en produktionsvirksomhed. Gennem nogle måneder havde Christians arbejdsgiver lagt mærke til, at han isolerede sig. Han gik senere hjem og brugte lang tid på sine opgaver.

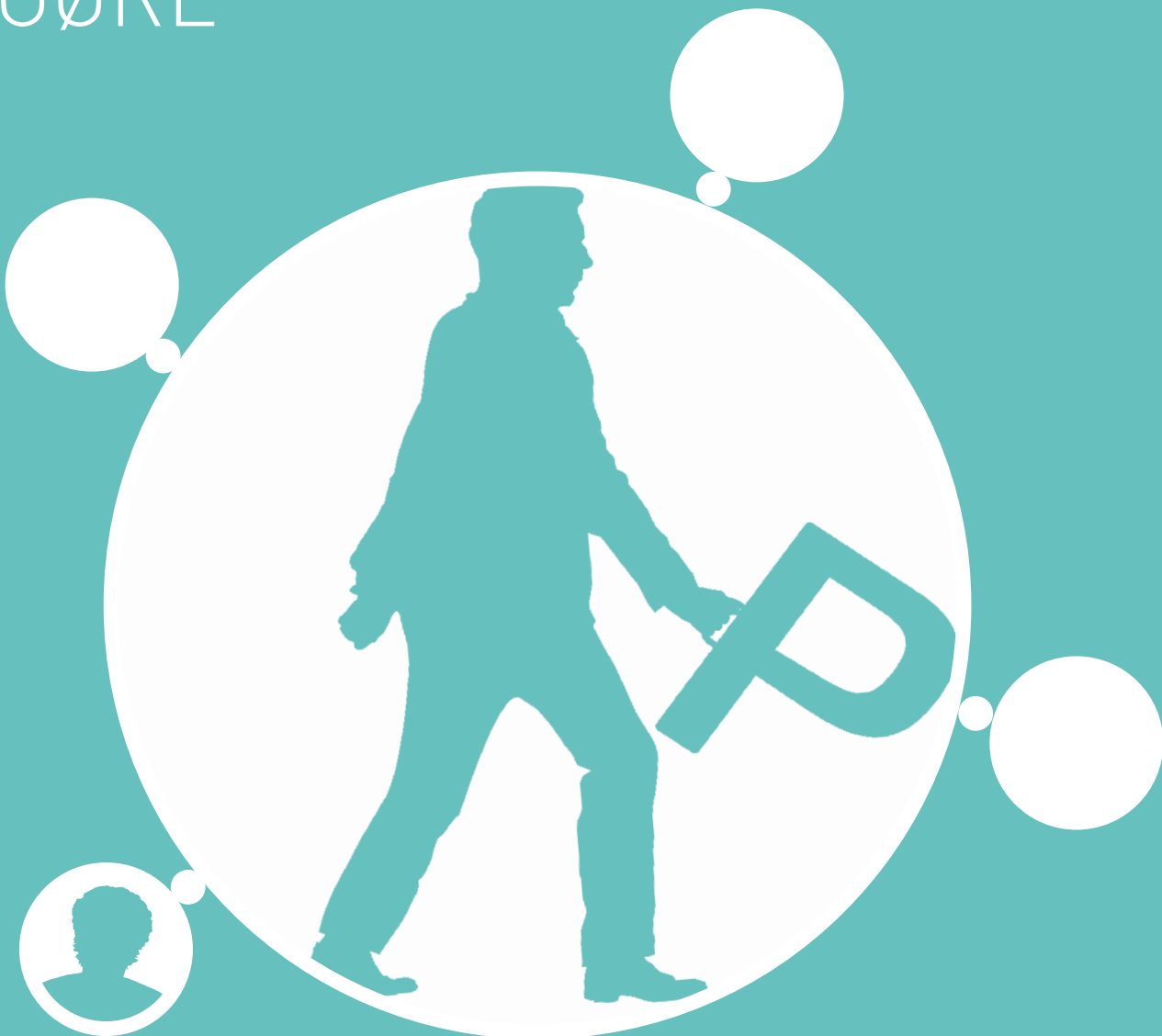
Chefen tog en snak med Christian. I løbet af samtalen fortalte Christian, at han havde fået stillet diagnosen Parkinsons sygdom.

Christian havde været chokeret og kunne ikke tage sig sammen til at få det sagt. Christian var dog lettet over samtalen og var helt indstillet på at lægge en fælles plan for det videre forløb.

GODE RÅD TIL **ARBEJDSGIVEREN**

- Når en medarbejder er sygemeldt, kræver loven, at du skal have en samtale med ham eller hende inden 4 ugers sygefravær.
- Hold kontakten til medarbejderen under sygdom. Suppler gerne de planlagte opfølgningssamtaler med mere uformel kontakt, der viser interesse og omsorg.
- Tilbyd medarbejderen hjælp til at styre forløbet.
- Kontakt jobcentret. Tag medarbejderen med på råd og forhør dig hos jobcentret om deres tilbud, fx arbejdsredskaber, personlig assistent og § 56-ordning. Fleksjob kan også komme på tale.
- Gå i dialog med medarbejderen om en konkret fastholdelsesplan.
- Lad den parkinsonramte blive i samme arbejdsfunktioner, men med mindre stress. Medarbejderen kan både have motoriske og non-motoriske vanskeligheder, der gør det svært at udføre arbejdsopgaver som før.
- Nye "lette" opgaver er som regel ikke sagen, da det er sværere at lære nyt. Problemer opstår desuden, når medarbejderen bliver "forstyrret" eller skal overskue flere opgaver på én gang. Mange udtrættes voldsomt.
- Ved fleksjob betaler arbejdspladsen kun for det arbejde, der bliver udført. Kommunen supplerer lønnen op.

DET KAN **JOBCENTRET** GØRE



Jobcentret har mange muligheder for at hjælpe en sygemeldt borger. Vigtigst er det at skabe overblik og lægge en plan for forløbet.

→ EKSEMPEL

Dorte på 50 år blev sygemeldt fra sit arbejde som sygeplejerske på grund af sin Parkinson. Hun havde svært ved at klare injektioner og andre opgaver, som krævede finmotoriske færdigheder. Hun skulle både give indsprøjtninger om morgenen og efter frokost.

Dorte havde ofte svært ved at koncentrere sig,

når hun skulle skrive i journalerne. Hun glemte nogle gange, hvad patienterne havde sagt til hende.

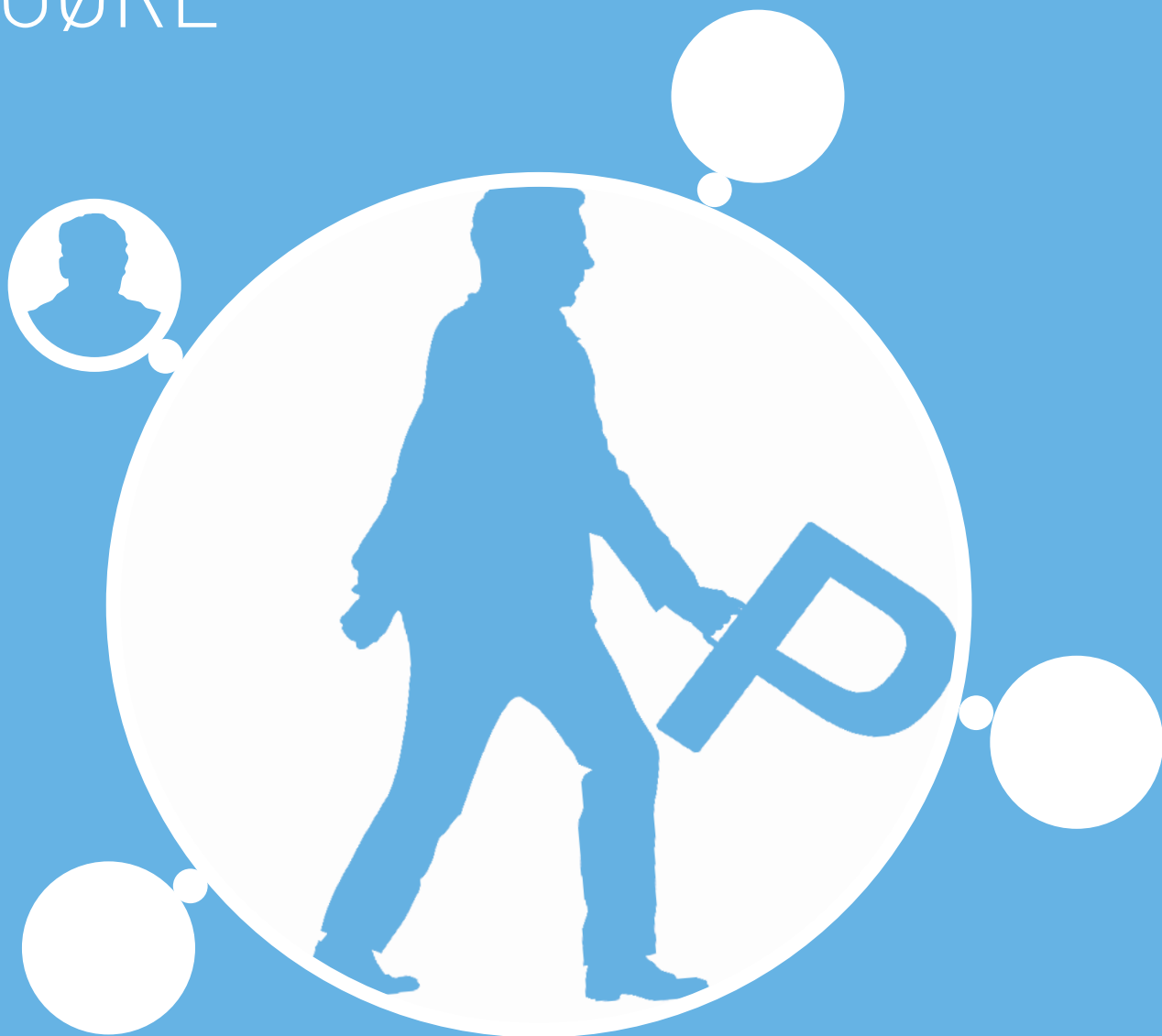
Hun havde også vanskeligt ved at strukturere oplysningerne om de enkelte patienter og svært ved at forberede sig til samtalerne med dem. Hun sov dårligt om natten og var generelt meget træt. Hun havde svært ved at forestille sig at vende tilbage til arbejdet.

Jobcentret tog kontakt med Dorte inden 8 ugers sygefravær og hun fik tilknyttet en fastholdelses-konsulent.

GODE RÅD TIL DIG, DER ARBEJDER PÅ **JOBCENTRET**

- Samarbejd med den parkinsonramte om en plan for forløbet – § 56-aftale, sygedagpenge, personlig assistance, hjælpemidler, stemmetræning, fysioterapi, fleksjob, førtidspension.
- Spørg ind til Dortes symptomer og få et billede af funktionsniveauet gennem en dag, og i løbet af en uge. Symptomerne og medicinens virkning kan svinge fra time til time.
- Spørg ind til, hvilke konkrete jobfunktioner og situationer, Dorte oplever som mest belastende, og hvilke jobfunktioner hun klarer godt og er glad for at udføre.
- Indhent evt. en neuropsykologisk udredning til afdækning af Dortes kognitive problemer.
- Udforsk Dortes position på arbejdspladsen, både den formelle og uformelle. Hvor længe har hun været ansat? Hvordan er arbejdspladsen? Er der en politik i forhold til mennesker med funktionsnedsættelse? Rummer overenskomsten sociale kapitler?
- Find ud af, om Dorte er klar til en fælles samtale om sin fremtid på arbejdspladsen med dig, arbejdsgiveren og tillidsmanden. Samtalen kan have fokus på ændrede arbejdsopgaver og støtte fra jobcentret.
- Rådgiv arbejdsgiver. Arbejdsgiveren er en central aktør, men ofte i tvivl om sine handlemuligheder.
- Gå i dialog om, hvem der mere kan hjælpe, fx forsikrings- og pensions-selskab. Den sygemeldte kan have forsikringer med betalt behandling eller hurtig udredning.
- Kontakt Parkinsonforeningen.
- Tænk på førtidspension, hvis Dorte får større problemer med at passe arbejdet. Dortes arbejds-evne kan ikke udvikles, da Parkinson er en fremadskridende sygdom. Som udgangspunkt kommer et fleksjob under 10 timer ikke på tale.

DET KAN **FAGFORENINGEN** GØRE



Som tillidsrepræsentant og ansat i en faglig organisation er du en vigtig aktør, når en medarbejder bliver ramt af Parkinson. Som repræsentant for en faglig organisation kan du være med til at skabe overblik og finde frem til den optimale løsning.

→ EKSEMPEL

Erik på 48 år var socialrådgiver i en kommune, da han blev sygemeldt med stress. Lægen sygemeldte ham i 14 dage og anbefalede ham at kontakte sin arbejdsgiver. Med fagforbundets støtte blev der arrangeret et møde. På mødet gav Erik udtryk for, at han fandt sit job for belastende og overvejede at sige op.

Mens Erik var sygemeldt, fik han diagnosen Parkinson.

Eriks chef opfordrede ham til at tage imod tilbuddet om at vende gradvist tilbage til arbejdet med ændrede arbejdsopgaver. Erik skulle begynde med nogle timer om dagen. Tillidsmanden deltog i det møde, hvor parterne blev enige om at fritage Erik for de opgaver, han fandt mest belastende.

En konsulent fra fagforeningen hjalp siden Erik med at indgå en **§ 56-aftale**.

GODE RÅD TIL DIG, DER ER TILLIDSREPRÆSENTANT ELLER ANSAT I EN **FAGLIG ORGANISATION**

- Skab kontakt til den sygemeldtes arbejdsgiver. Hvis medarbejderen ønsker det, så tag med til den samtale med arbejdsgiver, som ifølge loven skal holdes inden 4 ugers sygefravær.
- Tilbyd din støtte, hvis medarbejderen har brug for at få ændret sine arbejdsopgaver, måske i forlængelse af overenskomstens sociale kapitler.
- Tilbyd at gå med til lønforhandling, hvis ændringer i arbejdssituationen ser ud til at få betydning for den parkinsonramtes løn.
- Tilbyd din støtte i forhold til medarbejderens kolleger, hvis medarbejderen ønsker det.
- Tag i samarbejde med den sygemeldte medarbejder kontakt til forsikrings- eller pensionselskabet og evt. Parkinsonforeningen.
- Tilbyd evt. en funktion som koordinator.

DET KAN **PENSIONS-** **OG FORSIKRINGSSELSKABET** GØRE



Hovedopgaven for forsikrings- og pensions-selskabet er at sikre kunden økonomisk, når han eller hun ikke kan arbejde, har lidt et tab eller har behov for behandling. Derudover har mange selskaber forskellige tilbud, som kan hjælpe en sygemeldt kunde tilbage i job.

→ EKSEMPEL

Finn var 45 år, da han fik diagnosen Parkinsons sygdom. Han fik med det samme udbetalt Sum ved kritisk sygdom fra sit forsikringsselskab.

Finn arbejdede som uddannelsesleder på en professionshøjskole. Efter et par år blev det sværere for ham at magte opgaverne, og han blev sygemeldt på grund af stress.

Finn henvendte sig til socialrådgiveren i sit forsikringsselskab, da han ikke længere kunne varetage sit arbejde.

Forsikringsselskabet undersøgte muligheden for at udbetale forsikring ved midlertidigt tab af erhvervsevne. Da sygemeldingen varede længere end 3 måneder, og Finn stadig var ansat med løn, blev forsikringen udbetalt til arbejdsgiveren for at støtte opretholdelsen af ansættelsen.

Pensionsordningens sundhedsforsikring igangsatte psykologsamtaler og henviste Finn til et forløb for stressramte. Finn fortsatte sine samtaler med forsikringsselskabets socialrådgiver.

Parkinsonforeningen rådede Finn til at overveje fleksjob efter endt sygemelding.

På et møde mellem Finn, arbejdsgiveren, jobcentret og pensions-selskabets socialrådgiver talte parterne om fastholdelsesfleksjob og Finns økonomiske vilkår ved en fleksjobansættelse. Finn fik også vejledning om muligheden for, at han kunne få udbetalt sin forsikring ved erhvervsevnetab, afhængigt af de endelige vilkår og indtægten i fleksjobbet.

GODE RÅD TIL DIG, DER ARBEJDER I ET **FORSIKRINGS- OG PENSIONSSLSKAB**

- Forsøg at få tidlig besked fra arbejdsgiver eller den forsikrede om sygemelding.
- Afdæk risikofaktorer: Har kunden en arbejdsgiver? Hvad er kundens jobfunktion? Hvornår blev diagnosen Parkinson stillet?
- Bed selskabets socialrådgivere kontakte kunden og drøfte hjælpemidler, behandling eller aflastning.
- Tag ansvar for at koordinere og samarbejde med andre aktører, herunder Parkinsonforeningen.
- Rådgiv om de forskellige muligheder i forsikrings- og i pensionsordningen, fx forsikring ved tab af erhvervsevne. Pensionsindbetalingerne kan sættes på pause.
- Afdæk den parkinsonramtes barrierer for at bevare tilknytningen til arbejdsmarkedet.

“

Nye ‘lette’ opgaver er som regel ikke sagen, da det er sværere at lære nyt. Problemer opstår desuden, når medarbejderen skal overskue flere opgaver på én gang. Mange udtrættes voldsomt.

– se s. 10

HVAD ER **PARKINSON?**

Parkinson er en kronisk og fremadskridende sygdom. Ca. 7.000 danskere har Parkinsons sygdom. De fleste får stillet diagnosen efter, at de er fyldt 60 år. Dog får ca. 20 % diagnosen, før de er fyldt 65 år.

Parkinson er en sygdom i hjernen, hvis symptomer skyldes, at hjernen producerer for lidt af signalstoffet dopamin.

KONTAKTER TIL MERE INFORMATION

aeldresagen.dk

bm.dk (Beskæftigelsesministeriet)

bmhandicap.dk

borger.dk

parkinson.dk (Parkinsonforeningen)

parkinson.dk/webshop

pensionsinfo.dk

sundhed.dk

sygeguide.dk

“

Symptomerne og medicinens virkning kan svinge fra time til time.

– se s. 12

OM PARKINSONS SYGDOM

Parkinsons sygdom er en kronisk fremadskridende neurologisk sygdom. Aktuelt kan sygdommen ikke helbredes. Parkinson behandles effektivt med medicin og fysisk træning, især de første år efter, at diagnosen er stillet. Tendensen er, at sygdoms-symptomerne bliver sværere efter nogle år. Sygdommens symptomer begynder oftest i 60-65-års-alderen. Ca. 20 % rammes, før de er fyldt 65 år. I Danmark lever ca. 7000 parkinsonramte med sygdommen.

OM PARKINSONFORENINGEN

Parkinsonforeningen er en frivillig patient-organisation, der har til huse i Handicap-organisationernes Hus i Høje Taastrup.

Foreningen arbejder for at forbedre vilkårene for parkinsonramte og deres familier i Danmark og organiserer hovedparten af Danmarks ca. 7000 parkinsonramte.

Parkinsonforeningens formål er

- At være det naturlige samlingspunkt – både nationalt og regionalt – for parkinsonramte og deres pårørende med hensyn til videns-formidling, erfaringsudveksling, netværks-dannelse og sociale aktiviteter.
- At udbrede kendskabet til og skabe forståelse for Parkinsons sygdom – herunder atypisk parkinsonisme – og for sygdommens symptomer og konsekvenser.
- At bidrage til
 - at parkinsonramte sikres bedst mulige behandlingsmuligheder og livsvilkår samt lige muligheder i forhold til andre medborgere.
 - at skabe forståelse for og støtte til pårørendes særlige situation og behov.
 - at støtte forskning inden for Parkinsons sygdom.

Bliv medlem: www.parkinson.dk/om-os/bliv-medlem

Læs mere på www.parkinson.dk



BLEKINGE BOULEVARD 2

2630 TAASTRUP

TELEFON 3635 0230

WWW.PARKINSON.DK

INFO@PARKINSON.DK

VIL DU VÆRE PÅ FORKANT MED KOMMENDE ARRANGEMENTER, NYE INITIATIVER OG DEN NYESTE, SPÆNDENDE FORSKNING, KAN DU TILMELDE DIG PARKINSONFORENINGENS NYHEDSBREV PÅ WWW.PARKINSON.DK

WWW.FACEBOOK.DK/PARKINSONFORENINGEN