

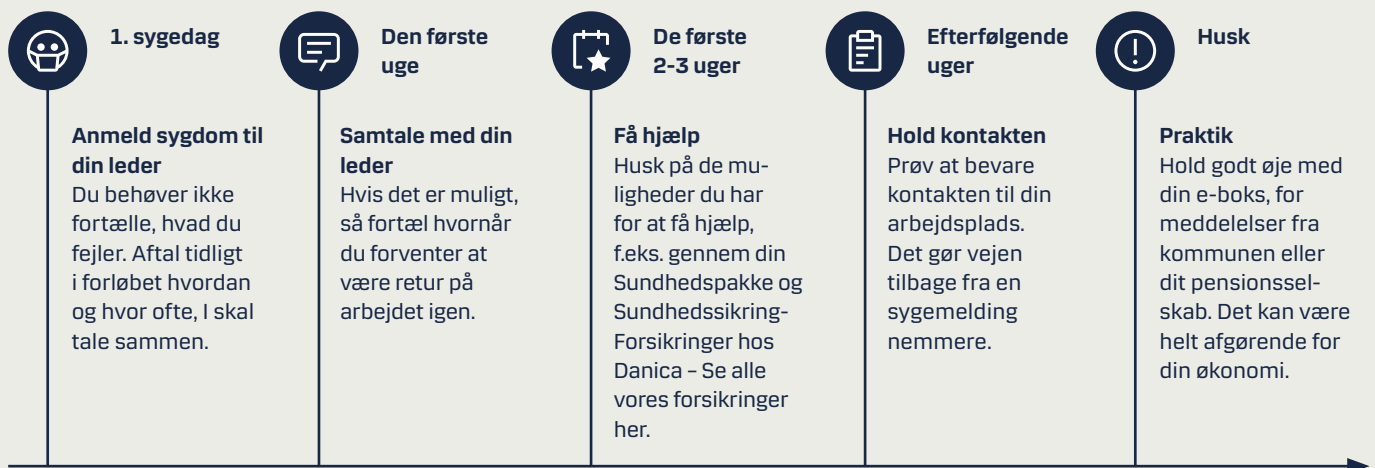


Hvis du bliver sygemeldt

I denne folder får du gode råd til, hvad du skal gøre, når du er sygemeldt. Når du, og eventuelt i samråd med din læge, er blevet enige om at du skal sygemeldes, skal du fortælle det til din arbejdsgiver. Du behøver ikke fortælle, hvad du fejler. Du kan bare fortælle, at din læge har anbefalet dig at blive sygemeldt i en periode. Din arbejdsgiver kan kræve at se en lægeerklæring, som du kan få hos din læge.

Hvad skal du huske, når du er sygemeldt?

Vi har lavet en tidslinje, der viser, hvad der typisk sker, når man bliver sygemeldt – og hvad du skal være opmærksom på.



Tal med din leder

Det vigtigt, at du holder kontakten med din leder gennem dit sygeforløb. Aftal tidligt i forløbet hvordan og hvor ofte, I skal tale sammen. Det er din leder, der har ansvaret for at du bliver indkaldt til samtalerne.

Hvad kan I tale om?

Samtalerne skal sikre, at du bevarer kontakten til din arbejdsplads. Det gør det nemmere at vende tilbage igen, når du bliver rask.

Må din leder kontakte dig, når du er syg?

Ja, din leder må gerne ringe til dig, når du er sygemeldt. Hvis du føler, at din leder presser dig for meget eller ringer for tit, så er det vigtigt, at du får sagt det. Tro på, at din leder har de bedste intentioner, og at han/hun kan hjælpe dig i forhold til at blive rask. Inddrag gerne din kommune, hvis der opstår et behov for det, gerne sammen med din arbejdsgiver. Kommunen kan understøtte en god tilbagevendingsplan.

Hvad må din leder spørge om?

Du er ikke forpligtet til at oplyse, hvad du fejler, og din leder må ikke spørge til sygdommen eller diagnosen, men det betyder ikke at din leder ikke må stille dig spørgsmål relateret til dit sygefravær.

Her er eksempler på, hvad din leder kunne tale med dig om.

- Er der noget, vi på arbejdspladsen kan gøre for at hjælpe dig tilbage?
- Hvad ønsker du, at jeg fortæller teamet?
- Er der noget, som du ikke vil have, at de får at vide?
- Har du et indtryk af, hvor længe du forventer at være sygemeldt?
- Hvornår skal vi aftale, at tales ved igen?
- Hvis du ikke kan huske alle dine opgaver, så stol på at din leder samler op på dem.



Mulighedserklæring

Er du syg, har din leder ret til at spørge efter en mulighedserklæring. Erklæringen bruges, hvis din leder er i tvivl om, hvilke hensyn der skal tages til dit helbred for, at du helt eller delvist kan vende tilbage til arbejdet. Mulighedserklæringen består af to dele. Du og din leder udfylder den første del, som beskriver, hvilke opgaver du skal varetage, og hvornår du kan vende tilbage til arbejdet. Herefter udfylder din læge den anden del af erklæringen, så man får en lægefaglig vurdering af, hvornår og hvordan du kan genoptage arbejdet.



Sygefraværssamtale

Det er din leders pligt at indkalde dig til en sygefraværssamtale eller omsorgssamtale. Samtalen skal handle om, hvornår og hvordan du kan vende tilbage til arbejdet. Det kan for eksempel være relevant at tale om en ændring af arbejdstidens længde eller specielle skånehensyn i form af ændrede arbejdsopgaver, hvilemuligheder eller hjemmearbejde.

Samtalen skal holdes senest fire uger efter din første sygedag. Den skal også holdes, selv om du og din leder allerede har aftalt en dato, hvor du vender tilbage på arbejde.

Husk at holde øje med din e-Boks

Når du er sygemeldt er ekstra vigtigt, at du holder øje med din e-boks. I værste fald kan du miste din ret til sygedagpenge, hvis du ikke returnerer oplysningsskemaet til kommunen til tiden.



Hvis du har brug for behandling

Se dine muligheder for hjælp og behandling i Danica via vores app, Mobilpension.