

Эта возможность предназначена для вас, если вы находились на больничном более месяца и хотите продолжить работать с нагрузкой, адаптированной к состоянию здоровья, например во время восстановления после операции или травмы, онкологического лечения или при проблемах с психическим здоровьем.

«После операции на колене я не хотела полностью выпадать из рабочей жизни. Я обсудила ситуацию с врачом и работодателем, и вместе мы нашли решение, которое позволило мне даже во время больничного работать столько, сколько позволяло мое состояние». - **Карин, 45**

«После инфаркта мне понадобилось время, чтобы привыкнуть к более спокойному ритму жизни. Во время реабилитации я постепенно вернулся к работе и с меньшей нагрузкой восстановил привычный доход». – **Айвар, 55**

«Возвращение к работе не обязательно означает новое выгорание. Я смогла постепенно вернуться к работе и четко договориться о рабочих обязанностях и времени». – **Яна, 32**

✓ Работать на адаптированных условиях могут:

- работники по трудовому договору
- государственные служащие
- супруги, участвующие в деятельности FIE

✗ Работать на адаптированных условиях не могут:

- работающие по договору поручения или подряда
- индивидуальные предприниматели (FIE)
- владельцы предпринимательского счета
- члены правления компании

Возвращение к работе:

✓ Вы восстанавливаете прежний доход

Работодатель оплачивает выполненную работу, а компенсация Кассы здоровья покрывает оставшуюся часть. Даже при частичной нагрузке общий доход может вернуться к прежнему уровню.

✓ Вы можете адаптировать работу к состоянию здоровья

Можно снизить нагрузку или адаптировать рабочие задачи. По договоренности с работодателем также можно изменить рабочее время и условия труда.

✓ Вы не выпадаете из рабочей жизни надолго

Частичная занятость помогает сохранять профессиональные навыки, уверенность в себе и связь с коллегами.

Посоветуйтесь с врачом и работодателем и узнайте больше:

terviseportaal.ee/ru/pikkhaigusleht



SOTSIAALMINISTEERIUM

TERVISEKASSA

Больно хорошая возможность!

Частичная нагрузка → полный доход

Если вы на больничном дольше 30 дней, вы можете вместе с врачом и работодателем договориться о посильной работе — и не терять в доходе.



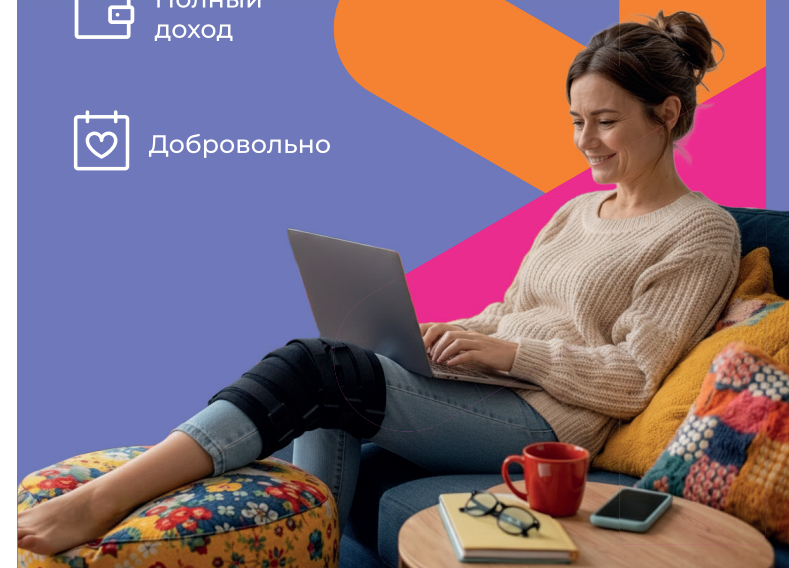
Частичная нагрузка



Полный доход



Добровольно



Если больничный длится более 30 дней, с 31-го дня можно работать с меньшей нагрузкой или выполнять задачи с учетом состояния здоровья.

«После длительной болезни человек может сомневаться, сможет ли он работать как прежде и какие ограничения учитывать. Меньшая нагрузка помогает оценить свои возможности и постепенно вернуться к обычному рабочему ритму».



– Аннели Юргенсон, врач-реабилитолог

1 ПОСОВЕТУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Если вы хотите постепенно вернуться к работе, заранее сообщите об этом врачу. Он оценит ваше состояние, при необходимости проконсультируется с врачом по гигиене труда и укажет в больничном листе условия работы.

Больничный с адаптированными условиями можно оформить уже на 15-й день болезни. Он доступен работодателю вместе с обычным больничным, чтобы тот заранее мог оценить возможность адаптации работы. Приступить к ней можно с 31-го дня болезни.



«Чем раньше человек восстанавливает связь с работой, тем легче поддержать его возвращение после длительной нетрудоспособности».

– Тоомас Пылд, врач по гигиене труда

Врач оценивает состояние здоровья не реже одного раза в 30 дней. При необходимости он продлевает больничный, корректирует ограничения или завершает период адаптации, позволяя вернуться к полной нагрузке.

2 СВЯЖИТЕСЬ С РАБОТОДАТЕЛЕМ

Уточните у работодателя, можно ли адаптировать вашу работу с учетом условий врача. Работодатель может ознакомиться с ними в своем разделе на портале eesti.ee или в кадровой программе.

Обсудите это заранее, чтобы у работодателя было достаточно времени для организации подходящей работы. На адаптированных условиях вы можете брать отпуск и оформлять больничный по уходу или болезни.

На адаптированных условиях можно работать до пяти месяцев (152 дней). Чем позже вы начнете, тем короче будет этот период. Прекратить такую работу можно в любой момент.

Работа на адаптированных условиях добровольна и для вас, и для работодателя.

Вы можете вернуться к работе, если:

- сами этого хотите;
- врач считает, что состояние здоровья это позволяет;
- работодатель может адаптировать условия и организацию работы.

3 ПИСЬМЕННО СОГЛАСУЙТЕ УСЛОВИЯ С РАБОТОДАТЕЛЕМ

Письменно согласуйте:

- дату начала работы на адаптированных условиях;
- рабочую нагрузку, задачи и размер оплаты со стороны работодателя;
- рабочее время и, при необходимости, место работы.

«Если ценный сотрудник временно не может выполнять прежнюю работу, ему можно подобрать другую роль. Например, опытный мастер может обучать молодых коллег. Работодатель, который ценит сотрудников, ищет возможности поддержать их возвращение к работе».

– Улла Саар, член правления Кассы по безработице



КАК ФОРМИРУЕТСЯ ВАШ ДОХОД?

Работодатель оплачивает работу в соответствии с вашей нагрузкой. Например, при нагрузке 80% он выплачивает 80% зарплаты за календарный месяц до болезни.

Касса здоровья компенсирует разницу между средним доходом до болезни и зарплатой, которую выплачивает работодатель.

При этом работодатель должен выплачивать не менее 50% прежней зарплаты, даже если ваша нагрузка ниже 50%.

ОБРАТИТЕСЬ ЗА ПОДДЕРЖКОЙ В КАССУ ПО БЕЗРАБОТИЦЕ

Касса по безработице предлагает услуги, которые помогают сохранить трудоспособность и продолжать работать с подходящей вашему состоянию нагрузкой.

Среди них:

- адаптация рабочего места;
- трудовая реабилитация;
- необходимые для работы вспомогательные средства;
- поддержка сопровождающего специалиста на рабочем месте.

Обратиться за такими услугами может как работник, так и работодатель.