

**SLIMPIE®**

**WIN**  
1 VAN DE 10 HALLOWEEN BIJ DE JULIANATOREN  
VIP-PAKKETTEN!\*

OF WIN 1 VAN DE 100  
ANDERE PRIJZEN!

Halloween bij de Julianatoren is van:

- 30 september t/m 2 oktober
- 7 t/m 9 oktober
- 14 t/m 30 oktober



**0%**  
SUIKER &  
CALORIEËN  
GLUTENVRIJ

UNIEKE  
MENGVERHOUDING 1:1  
**50%  
MEER  
LIMONADE!**



\* Op onze Slimpie siropen vind je een actiesticker met unieke code.  
Voer deze in en maak kans op mooie prijzen! Kijk voor meer informatie op:

**SLIMPIE.NL**

# 5 tips Diabetes en werk

## Tijdens een sollicitatiegesprek

vertellen dat u diabetes heeft? Wel of niet onregelmatige diensten draaien? HR-adviseur bij Diabetesvereniging Nederland en diabeteswerkcoach Gea van Nimwegen (al 26 jaar diabetes type 1) geeft 5 tips over de combinatie diabetes en werk.

TEKST GEA VAN NIMWEGEN

### 1. Solliciteren en diabetes

Of u tijdens een sollicitatiegesprek vertelt dat u diabetes heeft, hangt af van de functie, maar ook van de invloed van diabetes op uw leven. Als het werken met diabetes zorgt voor een onveilige situatie dan is het goed om het te vertellen. Denk hier voor het gesprek goed over na. De wet zegt dat een werkgever tijdens een sollicitatiegesprek niet mag vragen naar de gezondheid van de sollicitant.

### 2. Blijf in gesprek met collega's

Durft u op uw werk niet over uw diabetes te praten omdat u bang bent dat ze u zien als iemand die minder presteert? Om uw werkgever te laten zien dat met diabetes voluit te werken is, is

openheid juist heel belangrijk. Noem wat u dagelijks doet en geef voorbeelden van situaties die van u directe actie vragen (eten bij een hypo, spuiten bij een hyper). Wil het team waarbinnen u werkt meer informatie, dan kan DVN een training/workshop geven.

### 3. Houd grip op werktijden

Het managen van uw diabetes kan u helpen bij het werken in onregelmatige diensten. Misschien moet uw behandeling (insuline/medicatie) aangepast worden of u kiest toch voor een ander soort behandeling. Geef, als u ergens tegenaan loopt, bij uw werkgever en/of behandelaar aan wat u nodig hebt om

goed te kunnen werken.

### 4. Houd balans

De combinatie diabetes en werk is niet altijd makkelijk. Door drukte op het werk neemt u misschien soms geen tijd om uw bloedglucosewaarde te controleren waardoor u ineens wordt overvallen door een hypo. Of u raakt uit balans door de combinatie werk met de zorg voor uw kind met diabetes. Een diabeteswerkcoach van DVN kan helpen om weer in balans te komen.

### 5. Maak werken met complicaties bespreekbaar

Bent u bang dat u met complicaties niet meer kunt werken? Door diabetes zo goed mogelijk te reguleren kunt u de kans hierop verkleinen. Maak bij complicaties een afspraak met de bedrijfsarts om te kijken naar de mogelijkheden voor werkaanpassingen. En breng, indien nodig, uw eigen behandelend arts in contact met de bedrijfsarts. ◀

Meer lezen? [www.dvn.nl/werk](http://www.dvn.nl/werk)