

Töötamine võib olla osa Sinu tervenemisest.

TULE TAGASI TÖÖLE SINU TERVISE JAOKS KOHANDATUD TINGIMUSTEL!

Alates 2024. aasta 15. maist või hiljem alanud pikaajalise haiguslehe ajal on võimalik pärast kahte kuud haiguslehel olemist naasta tööle osalise koormusega või kergemate ülesannetega.

Sinu sissetulek jääb samaks, mis enne haigestumist.

Tööle naasmisega peavad olema nõus Sinu **raviarst, tööandja** ja eelkõige **Sina ise**.

Kohandatud tingimustel **saad** töötada, kui Sa oled

- töölepinguga töötaja;
- avalik teenistuja.

Kohandatult töötada **ei saa**

- käsundus- ja töövõtulepinguga töötaja;
- FIE;
- ettevõtluskonto omanik;
- ettevõtte juhatuse liige.

Miks Sa peaks haiguslehe ajal tööle naasma?

- Võib aidata **vältida** püsivat **töövõimetust**.
- Võid haigusest **kiiremini taastuda**, kui suhtled inimestega ja tunned, et oled kasulik.
- Sa ei kaota rahas. Tööandja ja Tervisekassa tagavad Sulle haiguslehe ajal töötades Sinu haigestumise eelse kalendrikuu töötasu.

Pea meeles! Töötamine kohandatud tingimustel on **vabatahtlik**. See on **võimalus**, mitte kohustus.

Kuidas see toimub?

Kõigepealt **järgi palun hoolikalt raviarsti nõuandeid** ja keskendu tervenemisele.

Tööle saad **Sa naasta alates haiguslehe 61. päevast**, kui

- Sa ise seda soovid;
- arst seda lubab;
- Su tööandja on nõus.

Kohandatud tingimustel võid tööle naasta ka hiljem kui 61. päeval.

Kui suur on kohandatult töötades Su töötasu?

Tööandja kohustub maksma Sulle vähemalt 50% Sinu haigestumise eelsest töötasust. Palgavahe hüvitab Tervisekassa.

Vajaduse korral võid **Eesti Töötukassalt** saada ka **töövõimet toetavaid teenuseid**, nagu abivahendid või tööga seotud kogemusnõustamine.

Kui kaua Sa kohandatult töötada saad?

Terviseseisundile kohandatud tingimustel saad töötada kuni 122 kalendripäeva.



Aruta arstiga. Haiguslehel viibimise ajal anna raviarstile teada, kui soovid tööle naasta. Sinu raviarst hindab Sinu terviseseisundit, peab vajaduse korral nõu töötervishoiu- arstiga ja kirjeldab tööandjale Sinu jaoks kohandatud töötamise tingimusi. Oluline on, et töötamine ei takistaks Sinu paranemist.



Suhtle tööandjaga. Pea esimesel võimalusel nõu oma tööandjaga, kas arsti kirjeldatud piiranguid ja soovitusi töötingimuste kohandamiseks on võimalik täita.



Lepi tingimused kirjalikult kokku. Kui tööandja saab töötamise tingimusi Sinu jaoks kohandada, lepi kokku kohandatud töötamise algus, tööandja makstav töötasu ja töötingimused. Tehke seda kindlasti kirjalikult.

Küsi infot ja abi! Uuri võimalike **Eesti Töötukassa teenuste** kohta, mis aitavad Sul tööturule naasta. Töötukassast saab Sinu kohandatud töö jaoks teenuseid **taotleda ka Su tööandja**.

Asu tööle, kuid pea kinni arsti soovitustest!

- Kui tunned, et oled valmis **naasma tavatööle**, teavita arsti ja tööandjat.
- Kui Su **tervis halveneb**, pea nõu arstiga. Võib-olla on Su tervisele kasulik lõpetada kohandatud töö ja minna tavalisele haiguslehele.

Ole kontaktis raviarstiga! Pea kinni raviarstiga kokkulepitud kohtumistest ja terviseseisundi hindamistest. Arst hindab Sinu tervenemist, pikendab vajaduse korral haiguslehte ja muudab Su töötamise piiranguid. Kui kohandatud töötamine ei ole enam põhjendatud, lõpetab arst haiguslehe ja Sa võid asuda oma tavatööle.

<https://www.tervisekassa.ee/inimesele/huvitised/tootingimuste-ajutine-kergendamine>



Kaasrahastanud
Euroopa Liit



Eesti
tuleviku heaks



SOTSIAALMINISTEERIUM



Работа может внести вклад в процесс Вашего выздоровления.

ВОЗВРАЩАЙТЕСЬ К РАБОТЕ В УСЛОВИЯХ, АДАПТИРОВАННЫХ К СОСТОЯНИЮ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

При длительном листе нетрудоспособности по болезни, который был начат с 15 мая 2024 года и позднее, теперь можно вернуться на работу с частичной нагрузкой или с облегченными обязанностями после двух месяцев нахождения на листе нетрудоспособности по болезни.

Ваш доход останется таким же, каким он был до того, как Вы заболели.

Ваш **врач, работодатель** и, прежде всего, **Вы сами** должны согласиться с возвращением на работу.

Вы можете продолжать работать в адаптированных условиях, если Вы

- работник, работающий на основании трудового договора;
- служащий общественного сектора.

Работа в адаптированных условиях **невозможна для**

- работника, работающего на основании договора поручения и договор подряда;
- предпринимателя-физического лица (ПФЛ);
- владельца счета предприятия;
- члена правления предприятия.

Для чего нужно выходить на работу во время действия листа нетрудоспособности по болезни?

- Вы можете избежать постоянного состояния **нетрудоспособности**.
- Выздороветь от болезни **можно быстрее**, если Вы будете общаться с людьми и чувствовать, что Вы полезны.
- Вы не потеряете свой доход. Работодатель и Касса здоровья гарантируют Вам зарплату в размере зарплаты за календарный месяц, предшествовавший месяцу возникновения Вашего заболевания.

Запомните! Работа в адаптированных условиях является добровольной. Для Вас это **возможность**, но не обязательство.

Как проходит процесс возвращения на работу?

Прежде всего, **тщательно следуйте советам врача** и сосредоточьтесь на выздоровлении.

Вы можете **вернуться на работу с 61-го дня листа нетрудоспособности по болезни**, если

- Вы сами этого хотите;
- врач разрешает это;
- Ваш работодатель согласен.

Вы также можете вернуться на работу с адаптированными условиями и позже 61-го дня.

Какова будет ваша зарплата, если Вы работаете с адаптированными условиями работы?

Работодатель обязан выплатить Вам не менее 50% от того уровня зарплаты, которой Вы получали до начала заболевания. Разницу в зарплате компенсирует Касса здоровья.

При необходимости Вы также можете получить **услуги, поддерживающие трудоспособность** от **Эстонской кассы по безработице** - например, вспомогательные средства или консультации по вопросам трудоустройства.

Как долго Вам можно работать с адаптированными условиями?

В условиях, адаптированных к состоянию Вашего здоровья, можно работать до 122 календарных дней.



Обсудите продолжительность нахождения на листе нетрудоспособности со своим врачом. Находясь на листе нетрудоспособности по болезни, сообщите лечащему врачу, если Вы хотите вернуться на работу. Ваш лечащий врач оценит состояние Вашего здоровья, при необходимости проконсультируется с врачом по охране здоровья труда и опишет работодателю адаптированные для Вас условия работы. Важно, чтобы работа не мешала Вашему выздоровлению.



Поговорите с работодателем. При первой возможности проконсультируйтесь с работодателем, есть ли возможность соблюдать ограничения и рекомендации по адаптации условий труда, описанные врачом.



Согласуйте условия письменно. Если работодатель может адаптировать для Вас условия работы, согласуйте начало работы, заработную плату, выплачиваемую работодателем, и условия труда. Обязательно сделайте это письменно.

Не сомневайтесь и запрашивайте информацию о возможных услугах **Кассы безработицы Эстонии**, которые помогут Вам вернуться на рынок труда. Ваш работодатель также может запросить в Кассе по безработице **услуги для Вашей работы с адаптированными условиями**.

Приступайте к работе, но соблюдайте рекомендации врача!

- Если вы чувствуете, что готовы **вернуться к работе в обычных условиях**, сообщите об этом врачу и работодателю.
- Если Ваше **здоровье ухудшится**, обратитесь к врачу. Возможно, для Вашего здоровья будет лучше прекратить работу с адаптированными условиями и взять обычный лист нетрудоспособности по болезни.

Будьте на связи со своим лечащим врачом!

Придерживайтесь плана визитов и посещайте контрольные проверки здоровья, согласованные с лечащим врачом. Врач оценивает Ваше выздоровление, при необходимости продлевает лист нетрудоспособности по болезни и меняет ограничения на Вашу работу. Если работа с адаптированными условиями больше не оправдана, врач аннулирует лист нетрудоспособности по болезни, и Вы сможете приступить к обычной работе.

<https://www.tervisekassa.ee/ru/cheloveku/kompensacii-bolnichnoy-kassy/vremennoe-oblegchenie-usloviy-truda>



SOTSIAALMINISTEERIUM

