

IN BEDRIJF: IS STARTEN ALS ZZP'ER HANDIG?

Als je ziek wordt terwijl je werkt, krijg je met allerlei uitdagingen te maken, praktisch en emotioneel. In deze rubriek beantwoorden we FES-lezersvragen over arbeid en chronische ziekte. Tekst: **Annemiek de Crom**

Ik overweeg om voor mezelf te beginnen omdat ik denk dat ik mijn tijd dan makkelijker kan indelen. Is starten als zzp'er handig als je een chronische aandoening hebt?'

Dat hoor ik vaak: willen starten als zelfstandige omdat je dan je eigen tijd kunt indelen. Het kan een voordeel zijn, maar als dat de enige reden is om te starten, doe het dan vooral niet. Bij ondernemen komt veel meer kijken dan je eigen tijd indelen en je vak uitoefenen. Denk aan je diensten ontwikkelen, het doen van acquisitie, de marketing, netwerken, je vak bijhouden, de administratie en de boekhouding, enzovoorts. Dat is voor iemand zonder gezondheidsklachten al flink aanpoten, laat staan als je een chronische aandoening hebt. Vaak heb je ook nog te kampen met vermoeidheid en verminderde energie. Hoe ga je dat combineren? Het makkelijkste van ondernemen is het inschrijven bij de Kamer van Koophandel. Voordat je dat gaat doen, is het echt handig onderstaande zaken voor jezelf op een rij te zetten.

1. Vraag jezelf af waarom je als zelfstandige wil werken? Wat is je motivatie? En bovendien, is werken als zelfstandige de enige oplossing voor jou? Ga eens praten met zzp'ers in je omgeving en vraag hoe zij het zzp-schap ervaren, met de voor- en nadelen.
2. Hoe zit het met je energieverdeling? Weet jij precies wat je lichaam aankan en hoe jij van activiteiten herstelt? Herken jij de signalen als je in de buurt van je uiterste grens komt of te lang op de toppen van je kunnen loopt? Lukt het je daarvan terug te keren, te herstellen naar het niveau waarop jij de minste of geen klachten hebt?
3. En natuurlijk het bestaansrecht van je bedrijf. Wat ga je in de markt zetten? Wie ga je helpen (wie is je doelgroep), welke problemen hebben zij en wat bied jij hen om de problemen op te lossen? Is er vraag naar?

4. Als je dat in beeld hebt, komt het lastigste. Ook al ben je eigen baas, alles zelf doen is onmogelijk. Delegeren is noodzaak. Wat doe je zelf en wat besteed je uit?
5. Als je bovenstaande gereed hebt, staat er al een behoorlijk fundament van je bedrijf. Je wilt natuurlijk ook dat de buitenwereld van je bestaan weet. Hoe ga je de marketing, acquisitie en communicatie verzorgen? Is het voor opdrachtgevers bijvoorbeeld belangrijk om te weten dat je chronische gezondheidsklachten hebt? Wil je dat? En als je een opdracht binnen hebt, hoe ga je dan om met slechte periodes als je toch een deadline moet halen?

Nu lijkt het of ik je afraad om als zelfstandige professional aan de slag te gaan. Niets is minder waar, ik doe het zelf al sinds 2008 met enorm veel plezier. Wel is het belangrijk om goed te onderzoeken of dit voor jou de meest passende weg is om te werken en inkomen te genereren.

Meer informatie

- www.zzp-nederland.nl/zzper-worden
- www.kvk.nl
- www.uvv.nl/particulieren/eigen-bedrijf-starten/starten-vanuit-ww-uitkering/ik-wil-eigen-bedrijf-starten/index.aspx (vanuit de ww)
- www.uvv.nl/particulieren/eigen-bedrijf-starten/starten-vanuit-arbeidsongeschiktheidsuitkering/index.aspx (vanuit WIA, WAO, WAJONG, ziekewet, WAZ)
- www.belastingdienst.nl/wps/wcm/connect/nl/startende-ondernemer/

Heb je vragen naar aanleiding hiervan?

Loop jij ergens tegenaan wat betreft je werk en kom je er niet uit? Neem contact op met een van de coaches via coaches@fesinfo.nl

Annemiek de Crom is participatiecoach en gecertificeerd door Centrum Chronisch Ziek en Werk. Zij heeft sinds 1991 reumatoïde artritis en weet, mede door haar achtergrond als fysiotherapeut en voorlichter/woordvoerder, hoe je met een chronische aandoening gezond en plezierig aan het werk blijft of (weer) komt. www.annemiekdecrom.nl

