Verzuimlogboek

Eén regel elke keer dat migraine je werk kost — een hele dag ziek gemeld, eerder naar huis, of een dag waarin je doorwerkte. Op de dag zelf ingevuld, maakt dit van ‘ik heb veel migraine’ een getal dat je aan je leidinggevende, de bedrijfsarts of je huisarts kunt laten zien.

DATUM	HELE DAG ZIEK / UREN VERLOREN / DOORGEWERKT	ZIEK GEMELD BIJ WIE, HOE, HOE LAAT	BETERGEMELD OP	PIEKERNST /10	NOTITIES — WAT HIELP, WAT NIET

ELKE 90 DAGEN — TEL HET OP

AANVALLEN	WERKDAGEN VERLOREN	DAGEN DOORGEWERKT	AANPASSINGEN GEVRAAGD / AFGESPROKEN

Hou het voor jezelf, tenzij je kiest het te delen. Bij een ziekmelding mag je werkgever niet vragen wat je hebt, en mag een diagnose ook niet vastleggen; het medische gesprek is voor de bedrijfsarts. Dit logboek is jouw registratie — wat je eruit deelt, en met wie, beslis jij.

Een persoonlijke registratie, geen juridisch of medisch advies. Volg het verzuimprotocol van je werkgever.

Liever je telefoon? Scan voor Migraine Journal.
Dezelfde registratie op je iPhone, voor je opgeteld. Gratis bijhouden.
migrainejournal.app · gratis te printen en te delen