

## Is deze job een haalbare kaart voor mij?

	Wat de organisatie wil:	Wat ik te bieden heb:	Invloed van mijn beperking & mogelijke oplossing
<b>VACATURE-EISEN</b>			
Opleiding(sniveau):			
Werkervaring:			
Wat je moet <u>kunnen</u> (bv. machine besturen, handeling uitvoeren):			
Wat je moet <u>kennen</u> (bv. talen, computer, ...):			

MEDEFINANCIERING  
DOOR:



PARTNERS





	<b>Wat de organisatie wil:</b>	<b>Wat ik te bieden heb:</b>	<b>Invloed van mijn beperking &amp; mogelijke oplossing</b>
Lichamelijke taakeisen (bijv. staan, stappen, dragen gewichten, zitten,...)			
Emotionele taakeisen (bijv. omgaan met ontevreden klanten)			
Persoonlijke eigenschappen (bv. doorzettingsvermogen, flexibiliteit, ...):			
Rijbewijs:			
Andere:			

**ARBEIDSVOORWAARDEN**

	<b>Wat de organisatie wil:</b>	<b>Wat voor mij haalbaar is met de chronische pijn en/of aanhoudende lichamelijke klachten</b>	<b>Invloed van mijn beperking &amp; mogelijke oplossing</b>
Loopbaanmogelijkheden (carrière):			
Opleidingsmogelijkheden:			
Soort contract (tijdelijk, vast, ...):			
Uurrooster (voltijds, deeltijds, ploegen,...):			
Plaats van tewerkstelling? Vlot bereikbaar (bus, auto, ...)?			
Tewerkstellingsmaatregel (bv. Activa, VOP, GIBO)			



## Besluit

Deze job is voor mij wel of niet passend (sluit aan bij mijn mogelijkheden) omdat:

WEL OMDAT:

NIET OMDAT:

Aan deze eisen voldoe ik:

Ik kan bewijzen dat ik aan deze eisen voldoe:

*(Noteer de naam van een attest dat dit kan bewijzen, of geef een voorbeeld van een situatie waaruit blijkt dat je aan de eisen voldoet.)*



Wil ik met de vacature doorgaan?

- Ja, ik ga solliciteren, want dit is voor mij een haalbaar jobdoelwit.
- Misschien, ik zoek meer informatie
- Neen, omdat: .....



Denk hierbij aan het beeld van de weegschaal. We hebben gezien dat het belangrijk is om een zo goed mogelijk evenwicht te bekomen tussen wat de job van mij vraagt (taakeisen) en wat voor mij mogelijk is (mijn draagkracht). Ga na of er sprake is van een evenwicht en indien niet, hoe je dit kan aanpakken.

Denk ook aan de kleurenmethode (rood-oranje-groen) om naar een job te kijken, maar ook naar je eigen mogelijkheden. Ga na of de uit te voeren taken zich in de juiste kleurenzones bevinden. Indien niet, bedenk of dit voor jou goed is om hierin verder te investeren.

Voor een job waar je van mening bent dat dit evenwicht goed zit en deze mogelijk is ondanks de chronische pijn en/of aanhoudende lichamelijke klachten, durf in jezelf te geloven. Bereid je zo goed mogelijk voor en durf ervoor gaan!