

**De financiële gevolgen
van arbeidsongeschiktheid
voor zzp'ers**

We denken er liever niet aan. Ziekte en ongeluk zijn nare onderwerpen. Als we ons fit en gezond voelen, is het ook moeilijk voor te stellen dat er iets fout kan gaan. Toch overkomt het elke dag heel veel mensen. Volgens het CBS telt de beroepsbevolking 9,3 miljoen mensen. In 2019 konden er daarvan per kwartaal gemiddeld bijna 407.000 een dag of langer niet werken¹.

De kans dat u voor kortere of langere tijd niet kunt werken is dus helemaal niet zo klein. Daarom is het goed om na te denken over de financiële gevolgen van arbeidsongeschiktheid. Zeker voor u als zzp'er, want als u iets overkomt heeft u niet automatisch een vangnet.

In deze whitepaper willen we u helpen een goed inzicht te krijgen in de gevolgen van arbeidsongeschiktheid. Zodat u niet voor verrassingen komt te staan als u onverhoopt niet meer kunt werken.



Wat leest u in deze whitepaper?

01	Wat is arbeidsongeschiktheid?	4
02	De 4 meest voorkomende ongelukken op de werkvloer	5
03	Zonder vangnet bent u kwetsbaar	6
	Ervaringsverhaal: “Ik wist meteen dat ik er helemaal zelf voor zou staan”	7
04	Feiten en cijfers	9
05	U bent arbeidsongeschikt en de kosten lopen door.	
	Wat nu?	11

01

Wat is arbeidsongeschiktheid?

U kunt ziek zijn zonder dat u arbeidsongeschikt bent. Als u zittend werk doet kan dat namelijk ook met een verstuite enkel. En wat voor het ene beroep tot arbeidsongeschiktheid leidt, hoeft in een andere functie geen probleem te zijn. Denk aan een gebroken enkel. Voor een schilder betekent dat thuiszitten en herstellen. Maar een accountant kan met een gebroken enkel vaak nog prima zijn werk doen, in elk geval deels.

Andersom kan het trouwens ook: u bent arbeidsongeschikt, maar niet ziek. Denk bijvoorbeeld aan zwangerschap. Dat is natuurlijk geen ziekte, maar u kunt toch tijdelijk niet werken. Om arbeidsongeschikt te zijn², moet u dus vanwege uw conditie geheel of gedeeltelijk verhinderd zijn om te werken.

Arbeidsongeschiktheid is vaak tijdelijk. Na verloop van tijd kunt u weer volledig aan het werk. Bijvoorbeeld bij een gebroken been of bij een flinke griep. Maar het kan ook zijn dat u gedeeltelijk arbeidsongeschikt blijft. Als een botbreuk niet goed herstelt, of als uw conditie terugvalt na een zware longontsteking. In dat geval kunt u misschien voor een deel uw werk nog doen. U krijgt dan natuurlijk ook nog maar een deel van het inkomen dat u gewend was.

Als ondernemer bent u zelf verantwoordelijk

Soms lukt het helemaal niet meer om uw eigen beroep uit te oefenen. Mensen komen in een rolstoel terecht, of houden blijvend letsel over aan hun ogen. In dat geval kunt u meestal wel ander werk doen, om toch weer inkomen te hebben. Maar wat er ook gebeurt: als zelfstandig ondernemer is het allemaal uw eigen verantwoordelijkheid.

Misschien klinkt het alsof we elk doemscenario uit de kast halen. Maar dat is niet zo. De lijst met ongelukjes, ongelukken en nare ziektes is eindeloos. Als ondernemer heeft u geen recht op een uitkering vanuit de Wet Werk en Inkomen naar Arbeidsvermogen (WIA). Dat betekent dan over het algemeen dat u bij ziekte zonder inkomsten zit als u niets heeft geregeld.

02

De 4 meest voorkomende ongelukken op de werkvloer

Een ongeluk zit in een klein hoekje. En lang niet allemaal zijn ze even erg. Maar zelfs van de kleinste ongelukjes kunt u nare gevolgen ervaren. We zetten de 4 meest voorkomende arbeidsongevallen³ voor u op een rij.

1. Bijna de helft van de mensen struikelt weleens op het werk

Een uitglijder is snel gemaakt. Een gladde vloer in een net gedweild toilet. Of u struikelt over een losliggend matje, of een plank. Zo'n valpartij levert al snel een blauwe plek of schaafwond op. Maar kneuzingen en botbreuken komen ook vaak voor. Ruim 46% van alle zelfstandig ondernemers noemt struikelen en uitglijden als risico op het werk. Het RIVM houdt een database bij van alle ongelukken op de werkvloer in Nederland. Daaruit blijkt dat 4 op de 5 slachtoffers er alleen tijdelijk letsel aan overhoudt. Maar dat betekent tegelijk dat 20% met blijvende schade blijft zitten.

2. 40% houdt schade over aan vallende voorwerpen

Het aantal voorwerpen dat plotseling kan vallen is eindeloos. Van dakpannen tot stijgerpijpen tot boeken en nietmachines. Soms vallen zelfs hele pallets om. Hoofd- en vleeswonden kunnen het gevolg zijn. Of zelfs een zware hersenschudding. Bijna 7% van de zzp'ers denkt ook als eerste aan vallende voorwerpen, als het gaat om bedrijfsongelukken. Het RIVM berekende dat 4 op de 10 slachtoffers van vallende voorwerpen blijvend letsel overhoudt. Met arbeidsongeschiktheid tot gevolg.

3. Snijden of prikken is zo gebeurd

Veel mensen werken regelmatig met scherpe voorwerpen. Denk aan snijmachines, messen, beitels, scharen, naalden, spuiten en ga zo maar door. Van chirurg tot timmerman; iedereen loopt weleens risico op verwonding door iets scherp. Meestal valt de schade mee. Maar u kunt ook een ader of een pees raken. Ruim 31% van de zzp'ers noemt stoot- of snijwonden als risico voor de eigen gezondheid. Dat leidt in 9% van de gevallen tot langer verzuim.

4. Beknelling kan tot serieuze klachten leiden

Een deur of raam valt dicht en uw hand komt ertussen. Of een zware lading schuift onverwacht weg, waardoor u bekneld raakt. De kans op letsel is dan groot. Gekneusde vingers, gebroken ribben of rugklachten zijn niet snel levensbedreigend, maar zorgen vaak wel dat u uw werk een tijd niet kunt doen. Volgens het CBS kreeg zo'n 10% van de zzp'ers te maken met letsel door beknelling.

03

Zonder vangnet bent u kwetsbaar

Door een ongeluk of ziekte kunt u volledig arbeidsongeschikt worden. In dat geval heeft u helemaal geen inkomsten meer. Als u niets heeft geregeld, kunt u misschien terugvallen op bezittingen zoals een eigen huis. Of gebruik maken van beleggingen of spaargeld. Maar niet elke ondernemer heeft zulke buffers. In dat geval kunt u alleen nog aanspraak maken op een bijstandsuitkering⁴.

Ondernemen is risico's nemen

Maar ondernemen brengt ook verantwoordelijkheid met zich mee. Als de gevolgen van een risico te groot zijn om te dragen, dan wordt het gokken. Zo zit het voor veel zzp'ers ook met arbeidsongeschiktheid.

Wilt u weten hoe u uw eigen risico's kunt bepalen als uw inkomen wegvalt door ziekte?

[In dit stappenplan](#) laten we u zien wat u kunt doen om die risico's voldoende af te dekken.

Als u alleen woont is de hoogte van een bijstandsuitkering 70% van het minimumloon. Netto ontvangt u dan € 999,70 per maand. Maar als u samenwoont of gehuwd bent, worden uw inkomsten en die van uw partner bij elkaar opgeteld. De wetgever noemt dat een kostendelersnorm. De hoogte van uw uitkering daalt dan. En heeft u een eigen huis met een overwaarde van meer dan € 12.450,-? Dan heeft u zelfs helemaal geen recht op een uitkering. Een vangnet is daarom onmisbaar.



Ervaringsverhaal:

“Ik wist meteen dat ik er helemaal zelf voor zou staan”

Anne Tjula is 45 als ze in 2013 voor zichzelf begint. Ze geeft typelessen aan kinderen en bouwt langzaam maar zeker aan haar eigen bedrijfje. Ze heeft twee kinderen, een dochter en een zoon die dan 6 en 10 jaar oud zijn, die ze zelfstandig onderhoudt – ook als ze 2 jaar later ziek wordt.

Ze heeft een bescheiden inkomen. Dat gaat op aan het huishouden en de kinderen. Voor een arbeidsongeschiktheidsverzekering (AOV) blijft er aan het eind van de maand niet genoeg over. Om toch een klein spaarpotje op te bouwen verhuurt ze een kamer in haar woning in Amsterdam. Als ze in 2015 te horen krijgt dat ze kanker heeft, is dat opgebouwde kapitaaltje haar enige inkomstenbron.

‘Ik wist meteen dat ik er helemaal zelf voor zou staan. Ik kreeg 6 chemokuren in een periode van 3 maanden. Ondanks de chemotherapie moest ik zorgen dat ik weerbaar zou blijven. Daarom ging ik lopen. Elke dag, hoe misselijk ik ook was. Ik moest naar buiten en werken aan mijn fitheid. Ik was streng op mijn dieet. Veel gezonde groenten, weinig suikers. Discipline en regelmaat. Het hielp. Ik kwam die periode goed door. Dat moest ook, want ik moest ook mijn kinderen er doorheen slepen.’

“Als alleenstaande ouder die ziek thuis zit heb je geen ondersteuning”

Veel tijd om thuis te zitten is er niet. Haar spaargeld is beperkt en slinkt elke maand. Met haar diploma voor onderwijsassistent kan ze aan de slag in de kinderopvang. ‘Ik had toen nog bestralingen, dus het was zwaar’, vertelt Anne. ‘Maar iets anders zou ik fysiek niet aangekund hebben. De positieve kant was dat ik weer meetelde. Als alleenstaande ouder die ziek thuis zit heb je geen ondersteuning. Je telt niet meer mee. Dat verandert zodra je weer werkt. Je komt uit je eigen cocon. Weer onder de mensen. En dat helpt wel.’

Anne krabbelt weer op. Liever dan een baan in de kinderopvang gaat ze weer aan de slag als zzp'er. Ze kan strakke planning niet meer aan, omdat ze te weinig tijd heeft gehad om te herstellen van de ingrijpende behandelingen. Maar nu is er geen buffer meer. Ze gaat typelessen geven en verzorgt naschoolse activiteiten voor culturele en artistieke ontwikkeling. 'Naaicursussen en knutselen', zoals ze zelf zegt. 'Ik kon het er allemaal net mee redden. Tot corona om de hoek kwam kijken. Gek genoeg kwam ik juist door de crisis voor het eerst wel in aanmerking voor een uitkering. De Tijdelijke overbruggingsregeling zelfstandig ondernemers. Dat geeft wel even rust.'

'In het begin van mijn ziekte miste ik het gevoel erbij te horen. Ik had het idee dat ik geen enkele rol meer te spelen had in de maatschappij. Dat ik als ernstig zieke uitgerangeerd was. Maar ik kon het me niet veroorloven om ziek te zijn. Ik moest snel weer aan de slag. En daardoor kreeg ik ook mijn gevoel van eigenwaarde terug. Raar, maar zo werkt het: als je werkt hoor je erbij. Daar ben ik nu wel anders over gaan denken. Nu wil ik alleen nog doen wat bij me past.'



04

Feiten en cijfers

Mannen hebben vaker een ongeval dan vrouwen

In 2019 had 1,3% van de zelfstandigen te maken met een arbeidsongeval. Daardoor konden ze minimaal 1 dag niet werken. Jongeren hadden het vaakst een arbeidsongeval. Dat blijkt uit cijfers van het CBS⁵. Van de vrouwelijke ondernemers kreeg iets minder dan 1% een arbeidsongeval met verzuim. Bij mannen was dat juist iets meer: 1,5%. Mannen onder de 35 jaar waren het vaakst slachtoffer, met maar liefst 2%.

4 op 10 zzp'ers heeft geen voorziening voor arbeidsongeschiktheid

Volgens onderzoek van TNO en het CBS uit 2019 heeft 41% van de zzp'ers geen voorziening voor arbeidsongeschiktheid⁶. Vaak vinden ze de kosten voor verzekering te hoog. Ruimte voor spaargeld of beleggingen hebben ze naar eigen zeggen ook niet.

Lagere inkomens zijn het minst verzekerd

Van de hoogste inkomens heeft 77% een verzekering of andere voorziening voor arbeidsongeschiktheid. Van de laagste inkomens is dat nog maar 35%. Daarom heeft de overheid een akkoord gesloten met werknemers- en werkgeversorganisaties. Daarin staat dat er voor zelfstandigen naar verwachting al vanaf 2024 een wettelijke plicht komt om zich tegen arbeidsongeschiktheid te verzekeren. Maar hoe de wet eruit komt te zien is nog niet duidelijk.

20% schat de eigen buffer op maximaal 3 maanden

Zzp'ers hebben gemiddeld weinig buffers als het inkomen wegvalt. In 2019 schatte een vijfde van hen dat hun huishouden niet langer dan 3 maanden zou kunnen rondkomen⁷. Ongeveer 40% dacht het een jaar of langer vol te houden. Dit blijkt uit de tweejaarlijkse Zelfstandigen Enquête Arbeid, van CBS en TNO.

Vooral in transport, logistiek, onderwijs en creatieve beroepen zijn de reserves klein. Denk aan taxichauffeurs, sportinstructeurs, kappers, horecaondernemers en kunstenaars. Zzp'ers in agrarische beroepen denken langer rond te komen als hun inkomen wegvalt.

70% van de niet-verzekerden vindt een AOV te duur

Zelfstandigen geven verschillende redenen om geen verzekering af te sluiten tegen arbeidsongeschiktheid. De meesten (opgeteld zo'n 70 procent) vinden het te duur of niet rendabel. Maar ook zeggen sommigen geen vertrouwen te hebben in de verzekering. Of ze rekenen op het inkomen van een partner. De redenen die ondernemers het vaakst opgeven hebben we hier op een rij gezet⁸:

1. De baten wegen niet op tegen de kosten (45,7%)
2. Ik kan het niet betalen (36,5%)
3. Ik kan het financiële risico zelf dragen (20,9%)
4. Ik kan terugvallen op het inkomen van mijn partner (19,7%)
5. Ik heb nooit gezondheidsklachten (12%)
6. Het is mij niet duidelijk wanneer de verzekeraar uitkeert (9,7%)
7. Ik vertrouw de keuring van de verzekeraars niet (9,4%)
8. Ik word niet geaccepteerd bij de verzekeraar vanwege mijn leeftijd (5,9%)
9. Ik word niet geaccepteerd bij de verzekeraar vanwege mijn gezondheid (4,8%)

Veel zelfstandigen vinden de premie voor een AOV te hoog

Maar klopt dat ook? Met [deze eenvoudige tool](#) kunt u berekenen wat uw premiebedrag zou zijn.

05

U bent arbeidsongeschikt en de kosten lopen door. Wat nu?

Bezuinigen is lastiger dan het lijkt

Voor sommige zzp'ers zal bezuinigen een uitkomst zijn. Maar in de praktijk levert het vaak minder op dan gedacht. Van veel kostenposten ligt de hoogte namelijk vast. Denk bijvoorbeeld aan wat u kwijt bent aan huur of hypotheek, gemeentehoeffingen of de schoolkosten van uw kinderen. Als u wilt weten waar en hoeveel u kunt bezuinigen, zijn er veel kostenposten om rekening mee te houden⁹:

- Huur of hypotheek;
- Gas, water en elektriciteit;
- Televisie, internet en telefonie;
- Zorgverzekering;
- Verzekeringen voor inboedel, WA, opstal en uitvaart;
- School- en studiekosten en/of kinderopvang;
- Auto- en vervoerskosten;
- Kleding, inventaris en onderhoud huis;
- Boodschappen en huishoudelijke uitgaven;
- Uitgaven voor vrijetijd.

Natuurlijk kunt u rustiger aan doen met kleding en schoenen. Alle extraatjes schrappen. Op de kleintjes letten in de supermarkt. En als het moet kunt u misschien uw auto wegdoen. Maar voor veel zzp'ers betekent dat al dat ze hun werk niet meer kunnen doen. Of denk aan een andere luxe: de televisie. Meestal is de internetverbinding gekoppeld aan uw televisieabonnement. En bijna geen enkele zzp'er kan zonder internet. Al was het maar om de facturen te versturen. Bezuinigen levert dus minder op dan veel mensen verwachten.

Uw eigen huis als reserve gebruiken

Ondernemers die vermogen hebben opgebouwd in hun woning, kunnen dat als buffer gebruiken. De waarde is grofweg de koopsom plus de overwaarde, minus de resthypotheek. Dat kan een aardig bedrag zijn om op terug te vallen. Maar in sommige gevallen is de waarde van het huis lager dan de hypotheek. Bijvoorbeeld als er kosten mee zijn gefinancierd en de hypotheek aflossingsvrij is. In zo'n geval gaat de opbrengst van het huis rechtstreeks naar de bank, of moet u zelfs bijbetalen.

Als u besluit uw huis te verkopen, dan komt daar veel bij kijken. En zolang uw huis te koop staat moet u wel aan uw verplichtingen blijven voldoen. Want als u uw hypotheek niet betaalt, loopt u een achterstand op. Uw bank kan uw woning verkopen als u een hypotheekachterstand heeft. Hiervoor heeft uw bank geen vonnis van de rechter nodig. Dit heet parate executie¹⁰.

Executie kan restschuld opleveren

Bij parate executie brengt uw bank allerlei extra kosten in rekening. Die kosten zijn helaas voor u. Daarbij komt nog dat een huis in gedwongen verkoop vaak mindert oplevert dan de marktwaarde. U kunt dan blijven zitten met een restschuld. Dat zijn de kosten die overblijven nadat alle verkoopkosten en de hypotheekschuld van de verkoopprijs zijn afgehaald. Als u na de executie met een restschuld blijft zitten, dan wordt die geregistreerd bij het Bureau Krediet Registratie (BKR). En dat heeft dan weer gevolgen voor het eventueel afsluiten van leningen.

Als huurder kunt u op straat komen te staan

Een huurovereenkomst is een bindende afspraak tussen u en de verhuurder. Daarin staan allerlei voorwaarden waar u aan moet voldoen.

De belangrijkste is natuurlijk dat u op tijd de huur betaalt. Als u 2 maanden achter elkaar niet heeft betaald, kunt u uit uw woning worden gezet¹¹.

De verhuurder moet daarvoor eerst de overeenkomst opzeggen. Dat gebeurt per brief. U kunt daar bezwaar tegen maken. In dat geval is het oordeel aan de rechter. Als die instemt met de argumenten van de verhuurder, dan komt u op straat te staan.

Zorg dat u huisuitzetting voorkomt

Wat er ook gebeurt: een negatief vonnis van de rechter moet u altijd proberen te voorkomen.

Bijvoorbeeld door een betalingsregeling voor te stellen. Want als de rechter eenmaal heeft geoordeeld is er geen weg terug meer. Ook niet als u alsnog de gehele achterstand betaalt. De verhuurder heeft al toestemming om u uit uw woning te zetten en zal dat in de praktijk ook gewoon doen. Of dat door een deurwaarder te laten doen.

Voorkom erger door hulp bij schuldsanering

Als u in ernstige problemen komt kan de gemeente uitkomst bieden¹². Voor hulp bij schuldsanering geldt een wachttijd van maximaal 4 weken. Maar als u uw woning uitgezet wordt, kunt u vaak sneller terecht. Dat geldt ook als uw gas en licht worden afgesloten, of als uw verplichte ziektekostenverzekering wordt stopgezet. In dat geval krijgt u meestal al binnen 3 dagen een gesprek met de gemeente. U kunt dan hulp krijgen van een schuldhulpverlener.

Een schuldhulpverlener helpt u met uw schuldeisers

Het belangrijkste is dat er een plan komt om uw schulden op te lossen. Dat heet een saneringsplan. U moet daarvoor zelf ook een overeenkomst tekenen. Die geldt voor een periode van 3 jaar. In die tijd wordt er zoveel mogelijk geld opzijgezet om uw schulden mee te betalen. In die periode kunt u niet zelf over uw geld beschikken. De schuldhulpverlener beheert uw inkomsten en uitgaven. U krijgt alleen weekgeld voor uw dagelijkse uitgaven.

Een andere manier om u te helpen is schuldsanering. De gemeente verstrekt u dan een lening. Daarmee moet u uw schulden afbetalen. De lening moet u ook terugbetalen, met rente. Daarvoor krijgt u 3 jaar de tijd. Zo'n lening heet een saneringskrediet.

Een faillissement is nooit de oplossing

Als u niet meer aan uw verplichtingen kunt voldoen, kunnen uw schuldeisers uw faillissement aanvragen. U kunt dat ook zelf doen. Soms heeft u geen andere keus, bijvoorbeeld wanneer schuldsanering geen oplossing biedt. Bij de rechtbank kunt uw de aanvraag voor uw faillissement indienen. Dat is gratis en u heeft er ook geen advocaat bij nodig. Maar een oplossing voor uw schulden is het niet. Want zodra het faillissement eindigt, kunnen schuldeisers en deurwaarders weer bij u aankloppen.

Een worst case scenario? Helaas wel.

Arbeidsongeschiktheid is dan ook een van de ergste dingen die u kunnen overkomen. En de praktijk laat zien dat het iedereen kan overkomen. Een goede strategie is daarom belangrijk. [In dit stappenplan](#) kunt u zelf uw risico's bepalen als uw inkomen wegvalt door ziekte. En wat u kunt doen om die risico's voldoende af te dekken.

Bronnen

- ¹ [CBS, Ziekteverzuim](#)
- ² [Wanneer is iemand ziek of \(situatieel\) arbeidsongeschikt](#)
- ³ **De 4 meest voorkomende ongevallen op de zzp-werkvloer**, Brochure Centraal Beheer.
NB.: de bron is de RIVM-database Storybuilder. Actuelere cijfers zijn niet voorhanden.
- ⁴ [Minimumloon, uitkeringsbedragen](#)

Centraal Beheer brochure – Zzp en arbeidsongeschiktheid: de feiten
- ⁵ [CBS Statline Arbeidsongevallen](#)
- ⁶ [4 op 10 zzp'ers geen voorziening arbeidsongeschiktheid](#)
- ⁷ [1 op de 5 zelfstandigen schatte buffer in 2019 op hooguit 3 maanden](#)
- ⁸ [Zelfstandigen Enquête Arbeid 2019, CBS/TNO](#)
- ⁹ [Nibud, Geldboek voor ondernemers](#)
- ¹⁰ [Parate executie](#)
- ¹¹ [Huurachterstand en huisuitzetting](#)
- ¹² [Hoe werkt schuldhulpverlening](#)



Contact met Apeldoorn



Stuur een e-mail

aov@centraalbeheer.nl



Chat met ons

Dat kan eenvoudig via onze website.



Stuur een brief

Centraal Beheer, Postbus 9150, 7300 HZ Apeldoorn



Bel 'Even Apeldoorn' (055) 579 8177

Dat kan van maandag tot en met vrijdag van 08.00 tot 17.30 uur.
Wij helpen u graag verder.

centraalbeheer.nl/aov