

Loopbaanbegeleiding

Als u meer voldoening in uw werk zoekt, als u aan een nieuwe carrièrestap toe bent of als u andere vragen hebt over uw loopbaan, dan kunt u overwegen loopbaanbegeleiding te volgen. Loopbaanbegeleiding kan in een hoop situaties een antwoord bieden op uw vragen.

- U voelt zich gestresseerd, futloos of overspannen door uw werk.
- U zit met twijfels en vragen over uw werk.
- U wilt meer plezier en voldoening in werk.
- U wilt een beter evenwicht tussen uw beroeps- en privéleven.
- U wilt weten welk werk écht bij u past.
- U wilt de balans opmaken van uw loopbaan.
- U wilt uitzoeken welke loopbaankeuze u nu het best kunt maken.
- U wilt bekijken hoe u uw talenten volop kunt laten renderen.
- U hebt het gevoel dat er meer in u zit dan wat u op uw werk kunt laten zien.
- U bent op een kruispunt in uw loopbaan aangekomen en weet niet welke richting u het best kunt kiezen.

De loopbaanbegeleiding houdt in dat u ondersteund wordt bij het nemen van loopbaanbeslissingen. U ontdekt welke competenties nodig zijn om uw loopbaan zelf actief te sturen en u leert hoe u ze kunt versterken of ontwikkelen. Zo versterkt u uw positie op de arbeidsmarkt.

Via **loopbaancheques** betaalt u zelf maar een klein deel van uw loopbaanbegeleiding, op voorwaarde dat u de begeleiding bij een erkend centrum volgt. De rest betaalt de overheid.

Op de website kunt u enkele [presentatiefilmpjes en getuigenissen](#) bekijken en [een test doen](#) om te kijken of loopbaanbegeleiding iets voor u is.

Tijdens de loopbaanbegeleiding worden uw gegevens strikt vertrouwelijk behandeld.

[Voorwaarden](#)
[Procedure](#)

Voorwaarden

In principe komt u alleen in aanmerking voor loopbaanbegeleiding als u:

- in Vlaanderen of het Brussels Hoofdstedelijk Gewest woont
- momenteel voltijds of deeltijds werkt, als werknemer of als zelfstandige
- in de laatste twee jaar minimaal 1 jaar als werknemer of zelfstandige hebt gewerkt
- in de laatste 6 jaar nog geen loopbaanbegeleiding hebt gevolgd.

Als u niet aan deze voorwaarden voldoet, kunt u [in sommige gevallen toch in aanmerking komen](#) voor loopbaanbegeleiding.

Procedure

Hoeveel uren?

U hebt om de 6 jaar recht op 8 uur loopbaanbegeleiding. U kunt die 2 pakketten van 4 uur direct na elkaar opnemen of met een tussenpauze.

- Kiest u voor een pakket van 4 uur? Dan kunt u binnen 6 jaar nog een tweede pakket van 4 uur volgen, op voorwaarde dat u op dat moment werk hebt. Als u op dat moment geen werk hebt, kunt u die laatste vier uur niet meer opnemen.
- Kiest u voor een pakket van 8 uur? Dan kunt u pas een nieuw pakket aanvragen na 6 jaar.
- U kunt de twee pakketten in hetzelfde loopbaancentrum volgen, maar dat hoeft niet.

Bestellen

U vraagt uw cheque voor loopbaanbegeleiding online of telefonisch aan bij de VDAB. U kunt maar 1 loopbaancheque (voor 4 uur begeleiding) per keer bestellen. Als u uw 4 uur begeleiding hebt afgerond, kunt u een tweede loopbaancheque bestellen.

Per loopbaancheque betaalt u **40 euro**. Dat is erg voordelig, want de reële waarde bedraagt 550 euro. De Vlaamse overheid legt per loopbaancheque dus 510 euro bij.

Op de website vindt u een hoop [veelgestelde vragen over aankoop, geldigheidsduur en terugbetaling](#) van loopbaancheques.

Het traject

Voor uw loopbaanbegeleidingstraject neemt u contact op met [een door de VDAB erkend loopbaancentrum](#) naar keuze. Het eerste vrijblijvende gesprek dat u bij het loopbaancentrum hebt, is gratis en telt niet mee als loopbaanbegeleiding.

In het loopbaanbegeleidingstraject zoekt u tijdens verschillende gesprekken met een loopbaanbegeleider uit wat uw sterktes, zwaktes, interesses en professionele ambities zijn. Daarna leert u uw loopbaandoelen te bepalen: wat motiveert u, welke banen passen bij u? U stelt een persoonlijk ontwikkelingsplan op, waarin u aangeeft welke stappen u moet ondernemen om uw doelen te bereiken. Tot slot helpt de loopbaanbegeleider u om uw ontwikkelingsplan waar te maken en bij te sturen waar nodig.

Hebt u daarna nog vragen, dan kunt u tot 12 maanden na het beëindigen van uw loopbaanbegeleiding bij uw loopbaanbegeleider terecht voor een gratis nazorggesprek.