



# FACILITER MON RETOUR À L'EMPLOI

**MA BOÎTE À OUTILS  
POUR M'AIDER LORS D'UN  
ARRÊT DE TRAVAIL PROLONGÉ**



**PRESTAL**

le réflexe prévention en entreprise

## BIENVENUE !

Les professionnels de l'équipe PRESTAL vous proposent ce **guide afin de vous accompagner, pour faciliter votre retour à l'emploi**, en cas d'arrêt de travail prolongé.

Vous y trouverez des informations sur les dispositifs mobilisables et les acteurs ressources pour vous aider à préparer au mieux votre retour au travail.

Notre objectif est de vous **permettre de reprendre votre poste ou d'accéder à un emploi compatible avec votre état de santé**. Une action de maintien dans l'emploi est à réfléchir dès que votre état de santé peut avoir un impact sur votre travail. **Une des clés essentielle reste l'anticipation, alors pensez-y !**

Cet accompagnement s'inscrit dans un parcours jalonné d'étapes permettant la mise en œuvre de la prévention de la désinsertion professionnelle...

... SUIVEZ LE GUIDE !



## ABSENCE PROLONGÉE

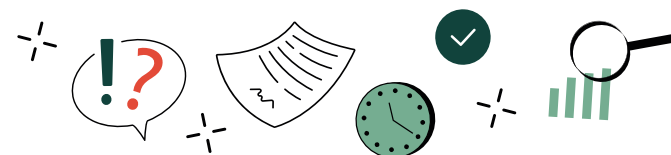
### COMMENT MAINTENIR LE LIEN PENDANT L'ARRÊT DE TRAVAIL ?

Vais-je pouvoir reprendre mon travail comme avant ? Que s'est-il passé pendant mon absence ? Vais-je avoir un entretien avec mon supérieur lors de ma reprise ? ...

...Autant de questions que vous pouvez vous poser. Il est donc important que vous **soyez acteur de votre retour à l'emploi, en faisant appel à des personnes ressources et en mobilisant divers dispositifs et outils**.

Au-delà de l'obligation d'envoyer un certificat médical d'arrêt de travail dans les 48 heures, **il est important d'instaurer un échange avec votre employeur**, peu importe le moyen utilisé, pour :

- transmettre les informations concernant la continuité de votre travail,
- donner la durée estimée de votre absence, si vous avez l'information,
- fixer éventuellement le prochain contact pour faire un point,
- préparer la reprise de votre emploi.



## RETOUR À L'EMPLOI

### COMMENT FACILITER MA REPRISSE DU TRAVAIL ?

- ▶ À la suite d'une maladie ou d'un accident du travail, reprendre une activité professionnelle peut être difficile pour certains salariés. Il est important de comprendre les étapes, le temps nécessaire et le rôle des différents acteurs.
- ▶ Les démarches de maintien dans l'emploi couvrent toutes les situations pour lesquelles l'état de santé d'un salarié peut avoir un impact sur son emploi.
- ▶ L'objectif est de permettre au salarié de reprendre son poste ou d'accéder à un emploi compatible avec son état de santé.
- ▶ L'accompagnement permet de mobiliser les outils adaptés œuvrant en ce sens comme des aménagements du temps de travail, des aides individuelles, matérielles, techniques et/ou organisationnelles, des aides humaines, des formations...
- ▶ Cet accompagnement s'inscrit dans un parcours jalonné d'étapes permettant la mise en œuvre du maintien dans l'emploi.

## QUI PEUT M'ACCOMPAGNER AVANT, PENDANT ET APRÈS MON ARRÊT MALADIE ?

### VOTRE MÉDECIN DU TRAVAIL

Il est votre interlocuteur privilégié dans votre accompagnement :

- Acteur central entre l'entreprise, le salarié et les professionnels de santé, il vous conseille, vous accompagne et vous oriente vers les acteurs ressources,
- Il missionne l'équipe pluridisciplinaire du Service de Prévention et de Santé au Travail en fonction des besoins (ergonomes, psychologue du travail, etc.).

### VOTRE MÉDECIN TRAITANT :

- Coordonne vos soins, vous oriente si besoin vers d'autres professionnels de santé.

### VOTRE MÉDECIN CONSEIL :

- Rend des avis sur la durée de l'arrêt de travail, la demande de temps partiel thérapeutique, invalidité, la consolidation en accident du travail ou maladie professionnelle ou d'invalidité. Son avis s'impose à toutes les parties (salariés et médecins qui l'accompagnent).

### LA CELLULE PDP (Prévention de la Désinsertion Professionnelle) :

- Traite et anticipe les situations de restrictions d'aptitude ou à risque d'inaptitude,
- Fait le lien avec les différents partenaires de PRESTAL, de la prévention de la désinsertion professionnelle (médecin du travail, assistante sociale de la CARSAT, coordinatrice cellule PDP, Cap Emploi),
- Coordonne le parcours de maintien dans l'emploi du travailleur,
- Mène des actions de sensibilisation et de prévention de la désinsertion, professionnelle en entreprise.

### LE SERVICE SOCIAL DE LA CARSAT :

- Accompagne les assurés en arrêt de travail dans les démarches administratives et sur le volet social dans sa globalité.

### LA MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées) :

- Informe les personnes sur l'accès aux droits liés aux situations de handicap.

### CAP EMPLOI :

- Recherche avec l'employeur, le salarié et le médecin du travail, les pistes de solutions en vue de favoriser le maintien au poste habituel ou sur un poste de reclassement au sein de l'entreprise.



## LA CELLULE PDP\*

Depuis quelques années, les Services de Prévention et de Santé au Travail tels que PRESTAL déploient une cellule pluridisciplinaire de PDP pour vous accompagner.

La Cellule PDP est un dispositif interne à PRESTAL en lien avec des partenaires externes.

### OBJECTIFS

**INFORMER**  
des dispositifs d'accompagnement existants pour les travailleurs.

**PRÉVENIR**  
le risque de désinsertion professionnelle des travailleurs.

**FAVORISER**  
le maintien en emploi des travailleurs.

### MODALITÉS

#### ► RÔLE DE LA CELLULE PDP :

- Identifier les situations individuelles à risques de désinsertion professionnelle,
- Proposer en lien avec l'employeur et le travailleur, des dispositifs d'accompagnement sur la prévention de la désinsertion professionnelle,
- Proposer des actions de sensibilisation collectives aux entreprises.

#### ► COMPOSITION DE LA CELLULE PDP :

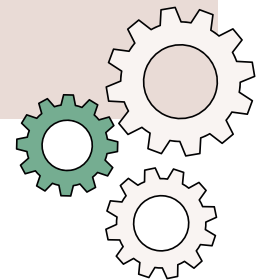
- Le médecin du travail,
- La coordinatrice PDP,
- Des infirmiers santé travail,
- Des ergonomes, des intervenants en prévention des risques professionnels...
- Des partenaires ( CAP EMPLOI, Assurance maladie, MDPH...).

#### ► QUAND SOLLICITER LA CELLULE PDP ?

Lorsqu'un travailleur présente un état de santé ou un handicap qui entraîne des difficultés sur son poste de travail.

#### ► QUI CONTACTE LA CELLULE PDP ?

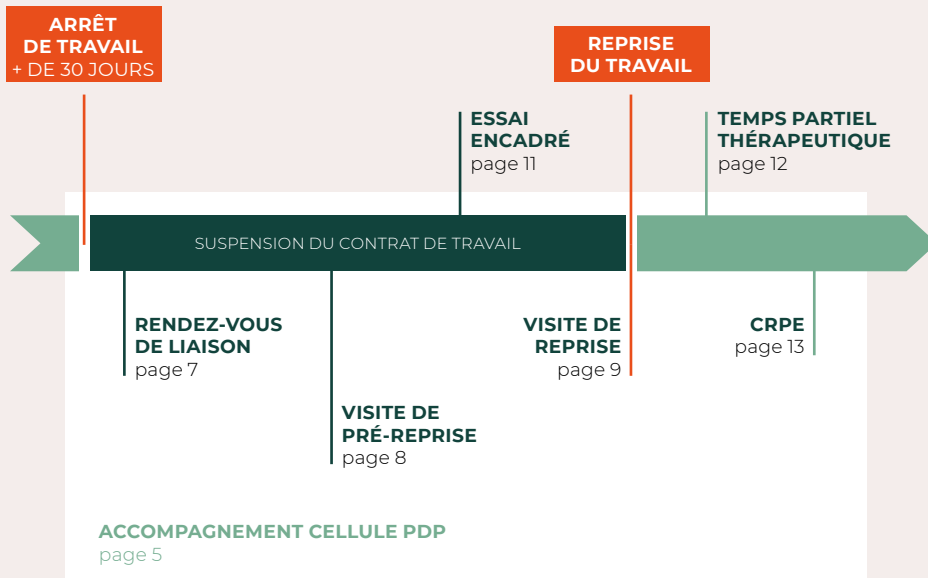
- Le travailleur,
- Le médecin traitant,
- Le médecin conseil de la sécurité sociale,
- Les partenaires,
- Le médecin du travail ou l'infirmier santé travail,
- Le responsable de l'entreprise.



## LES OUTILS & DISPOSITIFS POUR M'ACCOMPAGNER

La mise en œuvre d'une **politique de prévention de la désinsertion professionnelle doit idéalement être collective et préventive tout au long de la vie professionnelle**. Elle ne doit pas seulement concerner les personnes victimes d'un accident ou d'une maladie professionnelle.

Les **démarches de maintien dans l'emploi sont néanmoins individuelles pour un travailleur en difficulté** sur son poste de travail du fait d'un événement de santé. Elles peuvent paraître compliquées avec plusieurs étapes à engager. Nous vous proposons une **ligne chronologique avec différents dispositifs et des visites qui peuvent être mobilisées** pour vous accompagner.



## LE RENDEZ-VOUS DE LIAISON

NOUVEAU

Article D.1226-8-1 du Code du travail

### OBJECTIFS

**CONSERVER**  
le contact avec l'employeur pendant l'arrêt de travail.

**INFORMER**  
des mesures d'accompagnement mobilisables pour un retour à l'emploi dans de bonnes conditions et de l'existence de la visite de pré-reprise.

**PRÉPARER**  
la reprise du travail sur un poste compatible avec l'état de santé du salarié.

### CONDITIONS

#### ► QUI EST CONCERNÉ PAR LE RENDEZ-VOUS DE LIAISON ?

Tout salarié en arrêt de travail d'une durée supérieure ou égale à 30 jours.

#### ► LE RENDEZ-VOUS DE LIAISON, COMMENT ÇA SE PASSE ?

Ce rendez-vous n'est pas une visite médicale avec un professionnel de santé.

Il est à l'initiative de l'employeur ou du salarié. L'employeur doit informer le salarié de son droit de solliciter l'organisation de ce rendez-vous. Le salarié peut refuser de s'y rendre.

#### ► QUI PARTICIPE À CE RENDEZ-VOUS ?

Le salarié, l'employeur, selon les cas un professionnel de santé PRESTAL et le référent handicap de l'entreprise (si l'entreprise a plus de 250 salariés et avec l'accord du salarié).

PRESTAL peut être représenté, lors de ce rendez-vous, par un membre de notre équipe (médicale, technique ou un membre de notre cellule PDP - voir page 5) et informe le salarié qu'il peut bénéficier :

- d'actions de prévention de la désinsertion professionnelle (PDP),
- d'une visite de pré-reprise avec un professionnel de santé PRESTAL,
- de mesures d'aménagements des conditions de travail.

« J'ai été en arrêt maladie depuis 3 mois. Le RDV de liaison m'a permis d'organiser ma reprise dans de bonnes conditions. Cette étape m'a beaucoup rassurée. Ayant été absente sur une durée conséquente, j'ai pu avoir des informations sur les possibles évolutions de mon poste de travail et tous les changements dans mon entreprise. »

— Corinne, 50 ans, Secrétaire

## LA VISITE DE PRÉ-REPRISE

À ne pas confondre avec la visite de reprise. **Article R4624-29 et R4624-30** du Code du travail

### OBJECTIFS

**VOUS ÉCOUTER**  
en rencontrant un professionnel de santé PRESTAL afin d'échanger sur votre état de santé.

**ANTICIPER**  
en envisageant, si nécessaire, avec l'employeur les aménagements de poste voire reclassements possibles afin de favoriser le retour au travail dans de bonnes conditions.

**BÉNÉFICIER**  
d'un accompagnement par un réseau de professionnels du maintien en emploi, en fonction de vos besoins.

### CONDITIONS

#### ► QUI EST CONCERNÉ PAR CETTE VISITE DE PRÉ-REPRISE ?

Tout travailleur en arrêt de travail d'une durée supérieure à 30 jours.

#### ► COMMENT S'ORGANISE LA VISITE DE PRÉ-REPRISE ?

Cette visite est réalisée :

- durant l'arrêt de travail de plus de 30 jours,
- à l'initiative du salarié, du médecin traitant, ou autre prescripteur de l'arrêt de travail, du médecin conseil de la CPAM, du médecin du travail,
- par un professionnel de santé PRESTAL qui :
  - prend connaissance de la problématique de santé et interroge sur le poste de travail,
  - peut demander une étude de poste par un membre de l'équipe PRESTAL et échanger avec l'employeur (sauf refus du salarié),
  - oriente si nécessaire vers les partenaires de la PDP.

À l'issue de la visite de pré-reprise, un courrier peut être adressé à l'employeur avec l'accord du salarié. Trois cas de figure sont possibles :

- une reprise du poste de travail est envisageable,
- une reprise au poste n'est pas envisageable en l'état et des aménagements sont à prévoir,
- une inaptitude au poste est probable (une étude de poste et des échanges sur les possibilités de reclassement au sein de l'entreprise et/ou hors entreprise sont alors organisés. Dans certains cas, un accompagnement du salarié sur un projet de reconversion professionnelle est à engager).



### IMPORTANT

CE RENDEZ-VOUS MÉDICAL EST FACULTATIF  
MAIS **FORTEMENT RECOMMANDÉ.**

## LA VISITE DE REPRISE

**Article R4624-31** du Code du travail - Visite médicale obligatoire.

### OBJECTIFS

**S'ASSURER**  
que l'état de santé du travailleur est compatible avec son poste de travail.

**PRÉCONISER**  
l'aménagement du poste ou le reclassement du travailleur, si besoin.

**ÉMETTRE**  
un éventuel avis d'inaptitude, le cas échéant.

### CONDITIONS

#### ► QUI DEMANDE LA VISITE DE REPRISE ?

Cette visite médicale est à l'initiative de l'employeur.

#### ► QUI EST CONCERNÉ PAR LA VISITE DE REPRISE ?

Le travailleur bénéficie obligatoirement de cette visite médicale :

- après un congé maternité,
- après une absence pour maladie professionnelle sans notion de durée d'arrêt,
- après une absence pour maladie d'origine non professionnelle d'au moins 60 jours,
- après un accident de travail avec arrêt de travail d'au moins 30 jours.

#### ► QUAND LA DEMANDER ?

Dès que l'employeur a connaissance de la date de fin de l'arrêt de travail, il contacte PRESTAL pour organiser la visite de reprise. Cette visite a lieu, au plus tard, dans un délai de 8 jours suivant la reprise.



« Suite à une opération, j'ai prévenu mon employeur de la fin de mon arrêt de travail afin qu'il puisse, au plus tôt, se rapprocher de PRESTAL pour programmer une visite médicale. Cela m'a permis, dès ma reprise, de rencontrer le médecin du travail, pour savoir si je pouvais reprendre sereinement mon travail. »

— Élodie, 42 ans, Comptable

## LA VISITE DE MI-CARRIÈRE : UN OUTIL POUR ANTICIPER

VISITE

NOUVEAU

### Connaissez-vous cette nouvelle visite ?

Elle peut être effectuée par un médecin du travail ou un infirmier en santé au travail.

Cette visite permet **d'établir un état des lieux de l'adéquation entre le poste de travail et votre état de santé** en tenant compte des risques professionnels et des facteurs de pénibilité auxquels vous êtes, ou avez été, exposé.

C'est l'occasion, pour nos professionnels de santé, **d'évaluer vos risques de désinsertion professionnelle**, en prenant en compte l'évolution de vos capacités en fonction de votre parcours professionnel, de votre âge et de votre état de santé.

Cette visite a **lieu entre vos 43 et 45 ans ou à une échéance déterminée par un accord de branche**. Elle est organisée à l'initiative de l'équipe PRESTAL, de votre employeur ou de la votre. Elle peut être couplée avec une autre visite programmée avec le médecin du travail ou l'infirmier en santé travail PRESTAL.



OUTIL

## L'ESSAI ENCADRÉ

Décret n°2022-373, du 16 mars 2022

### OBJECTIFS

#### FAVORISER

le retour à l'emploi d'un travailleur qui présente un risque de désinsertion professionnelle en évaluant la compatibilité d'un poste de travail avec son état de santé, dans son entreprise ou une autre entreprise :

- tester sa capacité à reprendre son ancien poste,
- tester un aménagement de poste,
- tester un nouveau poste,
- préparer une reconversion professionnelle.

L'essai encadré permet de confronter le salarié aux situations réelles de travail au sein de son entreprise ou dans une autre entreprise, tout en conservant le bénéfice de ses indemnités journalières.

### CADRE DE RÉALISATION

#### ► POUR QUI ?

Salarié en CDI, CDD, intérimaire, stagiaire ou apprenti, en arrêt de travail total ou partiel.

#### ► QUAND ?

Pendant l'arrêt de travail.

#### ► QUELLE DURÉE ?

14 jours ouvrables, fractionnables et renouvelables une fois.

« Après mon opération, suite à un accident de travail, j'ai anticipé mon retour dans l'entreprise grâce au rendez-vous de liaison, avec mon employeur. Puis j'ai bénéficié d'une visite de pré-reprise auprès de mon médecin du travail. Cela a permis de faire un essai encadré et de tester les aménagements à mon poste de travail proposés. Ça m'a permis de préparer mon retour, avant ma visite de reprise définitive avec le médecin. »

— Tony, 38 ans, Ouvrier dans le BTP

## LE TEMPS PARTIEL THÉRAPEUTIQUE

### OBJECTIFS

#### FAVORISER

le maintien dans l'emploi ou le retour de façon progressive et pérenne.

#### PERMETTRE

la poursuite d'un traitement ou d'une rééducation.

### MISE EN ŒUVRE

- Peut être préconisé par le médecin du travail, par exemple lors d'une visite de pré-reprise organisée pendant l'arrêt de travail,
- Doit être prescrit par un médecin de soin (généraliste ou spécialiste).

Attention :

- L'employeur peut refuser sa mise en œuvre, sous conditions,
- Il peut être prescrit sans arrêt de travail préalable,
- Le volume horaire de travail et sa répartition sont à définir avec le médecin du travail et en concertation avec l'employeur.

### AUTRES

#### ► RÉMUNÉRATION

La rémunération est prise en charge par l'employeur et par la CPAM.

Le salaire est calculé en fonction du temps de travail effectué et du contrat de travail, complété par des indemnités de la sécurité sociale et éventuellement d'un organisme de prévoyance.

#### ► AMÉNAGEMENT DE POSTE

Temporaires ou définitifs, d'autres types d'aménagements peuvent venir compléter l'aménagement du temps de travail afin de faciliter le maintien dans l'emploi dans de bonnes conditions :

- aménagements organisationnels (rotation sur plusieurs postes, aide d'un collègue, allègement de la charge de travail...),
- aménagements techniques (table élévatrice, équipement d'aide à la manutention électrique...).

## CONVENTION DE RÉÉDUCATION PROFESSIONNELLE EN ENTREPRISE (CRPE)

Décret n°2022-372, du 16 mars 2022

### OBJECTIFS

#### PERMETTRE

aux travailleurs dont la reprise de leur emploi est incertaine, du fait de leur état de santé, d'apprendre un nouveau métier.

#### BÉNÉFICIER

de formations adaptées à chaque situation.

### CONDITIONS

Être déclaré inapte ou avoir un risque d'inaptitude identifié par le médecin du travail. Autres points importants :

- Il n'est plus nécessaire d'avoir une Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH) pour bénéficier d'une CRPE.
- Les travailleurs indépendants ne peuvent en revanche pas être éligibles à la CRPE.

### CARACTÉRISTIQUES

La CRPE se met en place à l'issue d'un arrêt de travail après avoir été préparée pendant ce dernier, le plus souvent en lien avec PRESTAL et la Caisse d'Assurance Maladie d'affiliation du travailleur.

Elle est formalisée sous forme d'une convention signée entre la personne concernée, l'entreprise et la Caisse d'affiliation.

La personne perçoit des indemnités journalières pendant la CRPE. Sa durée maximale est de 18 mois.

### À NOTER

Le dossier complet est à adresser à la cellule PDP de la CPAM pour accord et organisation d'une rencontre en entreprise afin de fixer les modalités de mise en œuvre et la signature de la convention.







## MES LIENS UTILES

Notre équipe va mobiliser, au besoin, tout au long de votre accompagnement, les différents acteurs du territoire sur le maintien en emploi. Vous pouvez également retrouver leurs coordonnées ci-après :

### ▶ MDPH

- AVEYRON  
[accueil@mdph12.fr](mailto:accueil@mdph12.fr)  
05 65 73 32 60
- LOT  
[contact@mdph46.fr](mailto:contact@mdph46.fr)  
05 65 53 51 40

### ▶ CAP EMPLOI

- AVEYRON  
[capemploi12@capemploi.fr](mailto:capemploi12@capemploi.fr)  
05 65 87 00 80
- LOT  
[cap.emploi.lot@capemploi46.com](mailto:cap.emploi.lot@capemploi46.com)  
05 65 53 51 40

### ▶ ASSURANCE MALADIE

- [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)



**PRESTAL AVEYRON**  
13, Avenue de l'Entreprise  
Parc des Moutiers  
12000 RODEZ

05 65 42 63 24



**PRESTAL LOT**  
107, Quai Cavaignac  
CS 60261  
46005 CAHORS Cedex

05 65 23 08 60

[contact@prestal.org](mailto:contact@prestal.org)

**prestal.org**