

Comment me faire accompagner après mon retour au travail ?

- Version Salariés -

Les médecins du travail et les spécialistes des ressources humaines recommandent qu'un dispositif de suivi et d'accompagnement soit mis en œuvre au cours des mois qui suivent le retour au travail après une maladie ayant entraîné un arrêt maladie prolongé. En effet, cette période est critique pour un retour au travail apaisé et qui ne devienne pas source d'échec.

>>> Pourquoi se faire accompagner après le retour au travail ?

Après une absence durable pour raison de santé, mieux vaut se faire accompagner pour veiller, par exemple, à la bonne mise en place des aménagements des conditions de travail décidées par le médecin du travail et l'employeur. Après quelques semaines d'essai, le médecin du travail, en lien avec le médecin traitant, pourra demander des modifications de ces aménagements pour une meilleure intégration du salarié.

L'accompagnement personnalisé après le retour au travail peut également mettre en œuvre un bilan de compétences, des propositions de formations, un contrat de rééducation professionnelle en entreprise (CRPE) ou encore un essai encadré.

>>> Les acteurs de l'accompagnement après le retour au travail

Cet accompagnement doit mobiliser à la fois le médecin du travail, éventuellement le médecin traitant, le patient, son superviseur hiérarchique et un représentant des ressources humaines de l'entreprise.

Le médecin du travail sera amené à effectuer plusieurs visites pour s'informer de la façon dont se passe votre reprise. Le temps va agir sur les difficultés rencontrées au moment de la reprise. Certaines disparaîtront, d'autres évolueront. Sa mission est de réévaluer, s'il le faut, les conditions du maintien dans l'emploi. L'avis d'aptitude, les aménagements peuvent être revus et corrigés au cours du temps. Dans certains services médicaux du travail, des infirmières peuvent vous apporter écoute, soutien en et informations.

Quant à votre supérieur hiérarchique, son implication peut être déterminante pour la réussite de votre réintégration dans la durée. Pourquoi ? Parce qu'il veille au respect de l'aménagement du poste le temps qu'il vous sera nécessaire (respect des horaires et de l'allègement de la charge de travail, par exemple).

Enfin, le service des ressources humaines de votre entreprise devrait pouvoir vous proposer les moyens de retrouver votre place via des formations, ou évoquer avec vous un éventuel changement de poste, si nécessaire.

>>> **L'assistante sociale, une partenaire souvent ignorée**

Cette équipe peut être complétée par une assistante sociale qui vous informera sur vos droits et vous conseillera dans les différentes démarches à mettre en œuvre pour reprendre le travail. Les assistantes sociales peuvent être rencontrées au sein de l'établissement dans lequel vous êtes soigné, au sein du service social de votre Caisse primaire d'assurance maladie (voir ci-dessous), dans la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) de votre département, dans votre service de santé au travail et, dans certains cas, au sein même de votre entreprise. Un service social du travail est systématiquement mis en place dans les établissements de plus de 250 salariés.

>>> **Le recours à une assistante sociale de l'Assurance maladie**

Si vous craignez un retour au travail difficile, vous pouvez, durant et après votre arrêt de travail, demander à être accompagné par le service social de l'Assurance maladie. L'assistante de ce service social vous aidera à évaluer votre situation et à construire un projet professionnel adapté à votre situation en vous informant sur vos droits et les démarches à effectuer. Elle participera également à votre retour au travail.

Il est possible de la consulter sous forme de rendez-vous individuels, y compris à votre domicile si besoin. Il est également possible de participer à des réunions d'informations et des groupes d'échange et de soutien. En pratique, pour la contacter, vous pouvez vous adresser à votre Caisse primaire d'assurance maladie.

Sources

« Être accompagné pour le retour au travail », Assurance maladie, 2019

<https://www.ameli.fr/assure/droits-demarches/maladie-accident-hospitalisation/arret-travail-maladie/arret-travail-maladie#?>