

## Rebondir après la maladie : le bilan de compétences

- Version Salariés -

Après une maladie longue ou grave, le retour au travail peut se révéler insatisfaisant : pour certains, les priorités de vie ont pu évoluer, pour d'autres il semble qu'il faille tourner une page professionnelle et repartir d'un pied neuf. Pour les personnes qui sont dans ce cas, le bilan de compétences est le premier pas pour repenser sa vie professionnelle car il permet de prendre le temps de regarder son parcours professionnel et les savoir-faire acquis avec recul, mais aussi de s'ouvrir à d'autres éventualités adaptées à ses nouvelles capacités.

### >>> Identifier ses qualités, ses attentes et ses capacités

Le bilan de compétences est ouvert à toute personne employée ou en recherche d'emploi. Après une maladie, il peut être envisagé soit dans l'optique de changer de domaine professionnel, soit pour identifier la meilleure façon d'adapter son poste au sein de la même entreprise. Son principe est de vous aider à mieux cerner vos atouts, à identifier vos qualités, votre expertise, vos attentes. Le cas échéant, le professionnel avec lequel vous travaillerez vous aidera également à identifier des domaines professionnels auxquels vous n'aviez pas pensé, ceux en lien avec votre savoir-faire, vos capacités après la maladie et éventuellement... ceux qui recrutent !

### >>> En pratique, comment se passe un bilan de compétences ?

Un bilan de compétences peut se faire en groupe ou en individuel. Vous serez accompagné par un professionnel qui sera toujours en soutien de votre démarche, sans jugement. Le plus souvent, ce sont des professionnels de l'insertion ou du maintien dans l'emploi dans des structures indépendantes.

Un bilan de compétences peut se dérouler sur 4 à 20 heures de rendez-vous ou d'atelier de travail, répartis sur plusieurs semaines. Entre deux rendez-vous, un travail personnel sur tel ou tel aspect est souvent demandé. Lors des dernières séances de travail, les principaux éléments du bilan sont posés par écrit. Ce document est confidentiel et il pourra servir de référence tout au long du processus de changement.

### >>> Le travail personnel entre les rendez-vous, en lien avec le médecin du travail

Le « travail à la maison » entre les rendez-vous avec le professionnel qui vous accompagne permet de réfléchir à vos attentes, de préparer vos questions, de vous renseigner sur un métier, etc. Il est aussi un bon moyen de prendre votre temps, de ne pas vous précipiter sur une voie professionnelle certes attirante mais inadaptée, de réfléchir à ce que vous recherchez comme à ce que vous ne voulez plus vivre.

Lorsque le besoin de changer de poste est lié aux séquelles de la maladie (fatigabilité, problèmes avec la station debout, par exemple), il peut être utile de consulter votre médecin du travail en parallèle du travail sur le bilan de compétences. Son expérience et la connaissance de votre état de santé seront utiles pour affiner votre bilan et vous projeter dans des solutions viables.

### >>> Qui finance le bilan de compétences ?

Pour les salariés, le bilan de compétences peut être financé par leur Compte personnel de formation (CPF, gérable en direct sur [moncompteformation.gouv.fr](https://moncompteformation.gouv.fr)). Le bilan de compétences peut également être financé par le plan de formation de l'entreprise. Dans ce cas, il est souvent à l'initiative de l'employeur qui propose au salarié de faire un bilan. Enfin, le salarié peut aussi faire une demande de financement auprès du Fongecif (Fonds de gestion des congés individuels de formation) qui prendra en charge une partie ou la totalité des coûts. Pôle Emploi finance le bilan de compétences des personnes en recherche d'emploi.

Pour les personnes qui bénéficient de la RQTH (Reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé), le bilan de compétences peut être financé par l'Agefiph (Association de gestion du fonds pour l'insertion des personnes handicapées) ou par CAP Emploi si elles sont en recherche d'emploi. En général, le bilan est entièrement financé.

Pour plus de renseignement, vous pouvez vous adresser au responsable des ressources humaines de votre entreprise, à votre conseiller Pôle Emploi ou CAP Emploi, à une MDPH (Maison départementale des personnes handicapées) ou auprès de l'Agefiph locale. Vous pouvez également vous faire aider par une assistance sociale, soit dans votre entreprise, dans votre commune ou département, ou au sein de la MDPH.

---

## Sources

« Le bilan de compétences », Ministère du Travail, 2019

<https://travail-emploi.gouv.fr/formation-professionnelle/droit-a-la-formation-et-orientation-professionnelle/bilan-competences>

« Bilan de compétences d'un salarié du secteur privé », Service-Public.fr, 2019

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F3087>