



PRÉT

étude / Polyarthrite Rhumatoïde
et Travail

L'impact de la PR
sur votre vie professionnelle,
PARLONS-EN !



Edito

Depuis 30 ans l'ANDAR agit pour faire avancer la prise en charge des personnes atteintes de Polyarthrite Rhumatoïde (PR).

A travers plusieurs études reconnues scientifiquement, nous avons pu modifier de façon certaine la reconnaissance de problématiques essentielles comme les coûts restant à la charge des malades, la fatigue, la sexualité... Un autre sujet réclamait notre mobilisation : celui du travail. En effet, aucune étude française spécifique à la PR n'avait encore été menée alors que notre action sur le terrain montrait chaque jour un réel besoin de réponses.

Pour déterminer les conséquences de la PR sur le travail, nous avons entrepris, en partenariat avec UCB, de lancer l'étude PRET (Polyarthrite Rhumatoïde Et Travail) et de créer ce livret pour vous aider à prendre les bonnes décisions tout au long de votre parcours professionnel. Parce que même atteint d'une maladie chronique chacun doit rester libre de suivre son chemin !

Gérard THIBAUD
Président de l'ANDAR

Sonia TROPÉ
Directrice de l'ANDAR

Sommaire

Présentation et synthèse étude PRET 04 - 05

CHAPITRE 1 : Actifs employés 06

L'arrêt maladie 07

Le temps partiel 09

L'aménagement des conditions de travail 11

Le statut travailleur handicapé 12

CHAPITRE 2 : Recherche d'emploi 14

Le CV et la lettre d'embauche 14

Les possibilités de reclassement 15

La mise en invalidité 16

La reconversion professionnelle 17

CHAPITRE 3 : Sortie du marché de travail 19

La surveillance de la maladie 19

La pension d'invalidité 21

ANNEXES

S'impliquer et échanger avec son équipe soignante 22

Les contacts utiles 23

Tous nos remerciements pour leur contribution précieuse

- Au groupe de travail « patients » :

Patricia Chatelin, Rolande Guastalli, Anne Ley n'Gardigal, Anne-Marie Pain, Gérard Thibaud, Danielle Vacher, Anne-Sophie Woronoff, Monique Van Steenkiste.

- Au comité scientifique :

P. Bertin (Rhumatologie, CHU Dupuytren, Limoges), P. Chauvin (Epidémiologie, Inserm, Paris), F. Fagnani (Économie de la Santé, Bourg-la-Reine), M. Giros (Médecine du Travail, Paris), J.M. Joubert (UCB, Colombes), G. Kobelt (ANDAR, Paris), S. Rist (Rhumatologie, CHRU La Source, Orléans), S. Tropé (ANDAR, Paris), A.S. Woronoff (ANDAR, Paris).

Présentation **PR** **étude** Polyarthrite Rhumatoïde et Travail

L'étude Polyarthrite Rhumatoïde et Travail a été réalisée à l'initiative de l'Andar, en collaboration avec UCB.

Son objectif est d'évaluer les conséquences de la PR sur la vie professionnelle des patients et pour la première fois d'en évaluer l'impact réel.

Les données de base de cette étude



**Mode d'administration
de l'étude**

30 minutes

d'entretien téléphonique
individuel



**Dates
de l'étude**

de janvier à avril 2013



Population de l'étude

488 patients

de moins de 60 ans
recrutés par 90 rhumatologues



**Caractéristiques de la
population interrogée**

- Age moyen : **49,5 ans**
- Femmes : **84%**
- Ancienneté moyenne de la PR : 12 ans
- HAQ moyen : 0,91



**Pourcentage de
personnes bénéficiaires
d'allocations**



- Pensions d'invalidité versées par l'Assurance maladie : **17%**
- Allocation pour adulte handicapé : **6%**

Synthèse des résultats



488 patients

Situation professionnelle des patients

74,6%
sont des actifs

IMPACT SUR LE TRAVAIL



37% travaillent à **temps partiel**, dont 48% pour moins d'un mi-temps



38% bénéficient d'un **aménagement** des conditions de travail, **26% des besoins d'aménagements** sont toujours **insatisfaits**

49% ont bénéficié d'un **arrêt de travail** au cours des 12 derniers mois.
Durée moyenne : **2 mois**.



Chez les actifs **ayant un score HAQ $\geq 1,5$ (n=57)**

- **68%** ont bénéficié d'un arrêt de travail d'une durée moyenne de **3 mois**
- **49%** ont bénéficié d'un arrêt de travail d'au moins **6 mois consécutifs**

HANDICAP

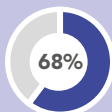


35% bénéficient du statut de travailleur handicapé

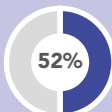


32% ignorent la possibilité d'une aide financière de l'AGEFIPH

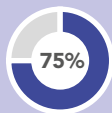
6,4%
sont en recherche d'emploi



estiment que la perte de leur dernier emploi est liée à la PR

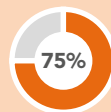


considèrent que la maladie complique la recherche en cours



indiquent ne pas avoir bénéficié d'une possibilité de reclassement professionnel au cours de leur vie active

19%
sont sortis définitivement du marché du travail



déclarent avoir cessé leur activité à cause de leur PR

74,6 %

des personnes interrogées travaillent

Les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde (PR) souhaitent la plupart du temps conserver une activité professionnelle. Mais il n'est pas toujours facile de concilier cette dernière avec la fatigue, la douleur ou le regard des autres sur ses éventuelles déformations articulaires.

Pourtant, il existe des solutions en fonction de la sévérité de la maladie, de son évolution ou de la pénibilité du travail qui permettent de rester dans la vie active.

En effet, avant d'envisager un arrêt maladie (de courte ou longue durée) ou un statut de travailleur handicapé, une simple adaptation du poste de travail (un bureau aménagé en fonction de vos aptitudes pour une plus grande efficacité, par exemple) peut considérablement vous simplifier la vie en vous permettant des horaires décalés, donc un dérouillage matinal sans vous lever à l'aube et des temps ou conditions de transport plus adaptés à vos difficultés.

Rien ne vous empêche de continuer à travailler. Cependant, il est important de poursuivre votre activité professionnelle dans de bonnes conditions, sans aggraver vos symptômes et en connaissant vos droits ou les aides disponibles, notamment en termes d'arrêt maladie ou de reprise du travail.

À RETENIR

vous ne pouvez pas être licencié(e) pour avoir déclaré votre PR après votre embauche¹.



Question de Christine,
42 ans, fleuriste

Dois-je parler de ma PR sur mon lieu de travail ?

Rien ne vous oblige à parler de votre PR ; il vous appartient de choisir de l'évoquer ou non.

C'est un choix personnel qui nécessite de peser le pour et le contre.

En effet, il peut être judicieux d'en parler à votre employeur ou au médecin du travail (tenu au secret médical) car ils vous aideront si vous souhaitez aménager vos horaires ou votre poste de travail.

¹ Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social : www.travail-emploi.gouv.fr

49 %

des personnes interrogées ont eu recours à un arrêt maladie au cours des 12 derniers mois, pour une durée moyenne de 2 mois

L'une des principales conséquences de la PR sur la vie professionnelle est l'absentéisme lié au traitement et les arrêts maladie prescrits par le médecin. Pour autant, culpabiliser est inutile : tous les salariés ont recours, un jour ou l'autre, aux arrêts maladie.

L'arrêt maladie : des procédures à suivre scrupuleusement

Vous êtes employé du privé²

- Envoyez l'arrêt de travail sous 48h : à votre entreprise (volet 3) et à votre caisse d'Assurance Maladie (volets 1 et 2).
- Respectez les horaires de présence à domicile, sauf en cas de sorties libres autorisées par le médecin et acceptez les contrôles éventuels.

À savoir : *en cas de retard de dépôt ou de non respect de vos obligations, l'Assurance Maladie peut prévoir des sanctions financières.*

Concernant les indemnités : elles seront calculées sur les derniers salaires perçus et sont imposables. N'oubliez pas que le délai de carence avant paiement des indemnités est de 3 jours.

Enfin, elles peuvent être réévaluées au-delà de 3 mois d'arrêt maladie.

Vous êtes fonctionnaire³

- Vous disposez de 48h pour transmettre l'arrêt de travail à votre administration (volets 2 et 3). Conservez le volet 1.
- Comme tout salarié, vous devez respecter les horaires de présence indiqués et accepter les contrôles.

Les indemnités sont versées dès le premier jour d'arrêt. Pendant 3 mois, vous percevrez votre rémunération en intégralité. Il sera ensuite réduit de moitié et éventuellement complété d'une indemnité différentielle s'il devient inférieur aux indemnités versées par la Sécurité Sociale.

Si vous êtes au RSI (Régime Social des Indépendants), en profession libérale, agriculteur ou artiste, renseignez-vous auprès de votre caisse d'assurance vieillesse pour connaître les solutions envisageables.

² L'Assurance Maladie : www.ameli.fr - l'arrêt de travail pour maladie

³ Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - le congé de maladie ordinaire

L'arrêt maladie de longue durée : une procédure encadrée

Vous êtes employé du privé⁴

Si votre arrêt maladie dépasse les 6 mois sans interruption, votre médecin traitant se met en relation avec le médecin conseil de l'Assurance Maladie, afin d'établir un protocole de soin et de définir un éventuel statut d'Affection de Longue Durée (A.L.D.) exonérante pour votre PR.

- Vous devez vous soumettre aux traitements préconisés par les deux médecins, et vous rendre aux visites médicales.
- Évitez les activités non autorisées par votre médecin et pratiquez les exercices prescrits, en vue de votre rééducation ou de votre reclassement professionnel.

À savoir⁵ :

- le protocole de soins est établi par votre médecin traitant en collaboration avec l'ensemble de votre équipe soignante. Il est automatiquement rédigé si votre arrêt de travail dépasse 6 mois. Cependant, il peut également être préparé si votre médecin considère que votre PR est une ALD (notamment si vous avez besoin d'un traitement de fond ou si votre PR est évolutive) et ce, en dehors de tout arrêt maladie.
- l'arrêt maladie de longue durée ne peut dépasser 3 ans et le versement de vos indemnités est soumis à certaines conditions d'affiliation et d'heures travaillées au cours des 12 derniers mois.

Zoom sur l'Affection de Longue Durée (A.L.D.)⁶ :

- Le statut ALD ne s'établit pas seulement dans le cadre d'un arrêt de travail. C'est la gravité, la forme évolutive ou invalidante de votre PR qui déterminent sa reconnaissance son taux de prise en charge.
- Une **A.L.D. exonérante** nécessite un traitement prolongé et particulièrement coûteux. **La prise en charge des soins est à 100 %.** La PR évolutive grave est une A.L.D. exonérante.
- L'**A.L.D. non exonérante** exige un arrêt de travail ou des soins, sur une durée supérieure à 6 mois. **Les soins sont remboursés aux taux habituels.**

Vous êtes fonctionnaire⁷

Votre congé de longue maladie sera attribué après consultation du comité médical, qui en détermine la durée.

À savoir : il est de votre responsabilité d'adresser une demande de congé de longue durée à votre administration. Le congé de longue maladie est renouvelé par périodes de 3 à 6 mois et ne peut dépasser 3 ans.

- Adressez les demandes de renouvellement un mois avant l'expiration.
- A l'expiration de votre congé de longue maladie, si vous êtes déclaré apte, refuser de prendre le poste proposé risque d'entraîner votre licenciement
- Votre traitement indiciaire sera versé en intégralité la première année, puis réduit de moitié et éventuellement complété d'une indemnité différentielle.

⁴ L'Assurance Maladie : www.ameli.fr - l'arrêt de travail de plus de 6 mois

⁵ L'assurance Maladie : www.ameli.fr - les ALD avec protocole de soins
Service-public.fr : vosdroits.service-public.fr - le formulaire de protocole de soins

⁶ L'Assurance Maladie : www.ameli.fr - qu'est-ce qu'une A.L.D.

⁷ Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - le congé longue maladie



37 %

des personnes interrogées travaillent à temps partiel. Parmi elles, 48 % ont une durée de travail inférieure à un mi-temps.

Les contraintes de la maladie conduisent souvent les personnes atteintes de PR à opter pour un temps partiel.

Cet aménagement d'horaires peut vous permettre de vous dérouiller le matin, d'être moins angoissé(e) par votre traitement et moins fatigué(e) au bureau.

Le temps partiel thérapeutique : pour reprendre en douceur⁸

- Il est prescrit par votre médecin traitant, pour reprendre progressivement le travail, après un arrêt maladie indemnisé à temps complet.

À savoir : une reprise du travail est tolérée si votre PR est une A.L.D : renseignez-vous.

- Vous êtes salarié du privé : négociez-en les conditions avec votre employeur. Les indemnités journalières ne sont pas systématiques et dépendent de votre situation.

À savoir : votre employeur peut refuser le mi-temps thérapeutique si cela affecte le fonctionnement de l'entreprise.

- Vous êtes fonctionnaire⁹ : votre temps partiel thérapeutique est de 3 mois, renouvelable sur un an. Vous percevez l'intégralité de votre traitement.

Question de Vincent,
40 ans,
chef de chantier

**Est-ce que je risque
le licenciement à
cause de mes arrêts
maladie ?**

Malheureusement,
si votre PR et vos
absences ne sont
pas un motif en soi,
elles n'empêchent
pas un licenciement.

En effet, votre
employeur peut vous
licencier : si vos
absences entravent le
bon fonctionnement
de l'entreprise ; si vous
êtes jugé(e) inapte par
le médecin du travail.



À RETENIR

Vous ne pouvez **être licencié(e) pour inaptitude physique que s'il n'existe aucune solution de reclassement professionnel**, car vous pouvez être apte pour un autre poste.

⁸. L'Assurance Maladie : www.ameli.fr - la reprise du travail

⁹. Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - le temps partiel thérapeutique pour le fonctionnaire

Le temps partiel ¹⁰ : un aménagement d'horaires bénéfique

Comme tout salarié, vous pouvez négocier un temps partiel avec votre employeur. Adaptez-en les modalités : un temps partiel peut aller jusqu'à 90 % de votre temps de travail.

- Le seuil plancher est de 24h par semaine ¹¹, sauf demande spécifique de votre part.
- Votre employeur peut refuser un temps partiel s'il le juge préjudiciable au fonctionnement de l'entreprise. Préparez vos arguments : flexibilité et avantages financiers liés à la réduction de salaire.

Le télétravail : une orientation à envisager

Rien ne vous empêche de proposer un aménagement en télétravail à votre employeur. Les nouvelles technologies facilitent le travail à distance qui possède deux avantages : éviter les déplacements et la fatigue qui en découle ; organiser votre temps de travail selon vos contraintes.

Le rôle du médecin du travail ¹²

Le médecin du travail vous accompagne dans votre vie professionnelle et ce, dès l'embauche. Tenue au secret professionnel, c'est la seule personne habilitée à prescrire un aménagement de votre poste de travail ou de vos horaires et à vous juger apte au poste occupé. Le médecin du travail collabore avec un ensemble d'associations afin de prolonger autant que possible votre vie active.



À RETENIR

en cas d'inaptitude physique, votre médecin du travail envisagera toutes les alternatives pour éviter un licenciement.

¹⁰. Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social

¹¹. Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - la durée minimale de travail

¹². Travailler mieux : la santé et la sécurité au travail - le médecin du travail

38 %

des personnes interrogées ont déjà bénéficié d'un aménagement de leurs conditions de travail

L'aménagement du poste de travail est une solution idéale pour maintenir les personnes atteintes de PR dans la vie active. Son principal avantage est de limiter la fatigue au bureau en adaptant votre environnement à vos capacités.

L'aménagement de l'environnement de travail ¹³ : des possibilités multiples

Le médecin du travail est en mesure de proposer à votre employeur une adaptation de votre environnement de travail, en fonction de vos capacités et besoins.

- L'aménagement peut être permanent ou temporaire, s'il s'agit de vous aider à reprendre le travail après un arrêt.
- L'aménagement de votre environnement de travail peut impliquer de nouveaux équipements (notamment une chaise plus adaptée, un clavier ergonomique), une formation sur les postures à adopter ou une étude ergonomique de votre bureau pour l'adapter à vos capacités.

***À savoir :** votre employeur ne peut pas vous sanctionner pour avoir une faible productivité ou des difficultés à réaliser vos tâches s'il a ignoré les recommandations du médecin du travail.*

Obtenir un aménagement ¹⁴ : une collaboration avec le médecin du travail

- Votre employeur est tenu d'examiner les propositions d'aménagement fournies par le médecin du travail et de justifier un éventuel refus.
- En cas de difficulté face à votre employeur, vous pouvez déposer un recours devant un inspecteur du travail.
- Des financements sont envisageables si vous êtes reconnu(e) travailleur handicapé : renseignez-vous auprès de l'AGEFIPH (Association de gestion du fonds pour l'insertion professionnelle des personnes handicapées).



À RETENIR

Si vous êtes fonctionnaire, un aménagement du poste de travail est également envisageable. Renseignez-vous auprès de votre administration pour en connaître les modalités.

¹³. Handicap.fr

¹⁴. Médecine du Travail - l'aménagement du poste de travail

35 %

des personnes interrogées ont le statut de travailleur handicapé

La reconnaissance du handicap reste un sujet sensible. Pourtant, loin des préjugés, ce statut permet un maintien dans l'emploi quand votre PR devient trop invalidante, un soutien financier et un accompagnement adapté à votre situation. La reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé peut vous permettre de prolonger votre vie professionnelle.

Le statut de travailleur handicapé : une option à méditer

Rien ne vous oblige à demander le statut de travailleur handicapé, quelle que soit la gravité de votre PR.

Ce statut est avant tout une aide facultative à l'insertion professionnelle et au maintien dans l'emploi. Demander le statut de travailleur handicapé est un choix très personnel, qui mérite réflexion.

Le statut de travailleur handicapé : de nombreux avantages^{15 16}

L'objectif du statut de travailleur handicapé est de vous permettre de mieux vivre votre emploi, dans un cadre de travail ordinaire.

- Des aides financières peuvent vous être octroyées par l'AGEFIPH.
- Des conseillers spécialistes du maintien dans l'emploi sont disponibles pour vous offrir un accompagnement adapté à votre situation.
- Vous avez accès aux dispositifs d'insertion professionnelle, notamment aux stages de rééducation ou de formation.
- Votre employeur reçoit une aide financière pour l'aménagement de votre poste de travail ou encore pour vous aider à conserver votre emploi.
- Le statut de travailleur handicapé favorise l'accès à la fonction publique.
- En cas de changement d'entreprise, vous pouvez faire jouer l'obligation d'emploi de travailleurs handicapés pour faciliter votre embauche. En effet, l'entreprise pourra ainsi réduire (ou suspendre) sa contribution AGEFIPH.

À savoir : chaque entreprise de plus de 20 salariés a pour obligation d'embaucher des travailleurs reconnus handicapés à hauteur de 6 % de sa masse salariale, sous peine de devoir verser une contribution financière à l'AGEFIPH¹⁷.

¹⁵ Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - être reconnu travailleur handicapé

¹⁶ AGEFIPH - reconnaissance du handicap les 5 bonnes raisons

¹⁷ Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social



Question de Bernard,
55 ans, cuisinier

Quel est l'âge de la retraite pour un travailleur handicapé ?

Vous pouvez bénéficier d'un départ à la retraite anticipée¹⁸, à partir de 55 ans.

Le critère unique pour déterminer votre droit à une retraite anticipée est de justifier d'une incapacité permanente, engendrée par votre PR, supérieure à 50 %.

Enfin, certaines conditions d'assurance sont exigées, en fonction de votre année de naissance : plus vous souhaitez partir tôt, plus le nombre exigé de trimestres cotisés sera élevé.

Obtenir le statut de travailleur handicapé : les démarches^{19 20}

Il est important de ne pas vous perdre dans les méandres administratifs. Si la CDAPH (Commissions des droits et de l'autonomie des personnes handicapées) est l'organisation qui délivre votre reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé (RQTH), c'est bien auprès de la MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées) que vous devrez déposer votre demande.

- Contactez votre MDPH afin d'obtenir des informations, ou un accompagnement, ainsi que le formulaire de demande de reconnaissance de travailleur handicapé.
- Adressez à la MDPH le formulaire de demande, en 2 exemplaires, accompagné d'un certificat médical, d'une fiche d'état civil et des pièces justificatives requises.

À savoir : 32 % des personnes interrogées ignorent qu'il existe des aides financières. Votre équipe soignante peut vous renseigner sur les démarches à accomplir. N'hésitez pas à aborder avec eux ce sujet.

Le rôle des associations de patients

L'association de malades, en vous intégrant dans son réseau, vous accompagne au quotidien et lutte contre un éventuel isolement dû à la maladie. Elle peut vous aider à mieux connaître vos droits et à les faire respecter. Elle représente une source fiable d'informations et peut également agir en soutien si vous en éprouvez le besoin. Enfin, les associations de patients sont des porte-paroles : elles sensibilisent non seulement les personnes atteintes de PR mais également l'ensemble des acteurs de la vie publique qui prennent ainsi conscience de ce qu'est la PR, des contraintes qu'elle engendre...

¹⁸ Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - retraite anticipée pour handicap

¹⁹ Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - Etre reconnu travailleur handicapé

²⁰ AGEFIPH - reconnaissance du handicap, la marche à suivre

6,4 %

des personnes interrogées sont en recherche d'emploi

Perdre son emploi, et le statut social qu'il implique, n'est jamais facile. Les répercussions de la PR sur la vie professionnelle sont souvent difficiles à gérer au quotidien. D'ailleurs, 68% des personnes interrogées, en recherche d'emploi, considèrent que la PR est la cause principale de la perte de leur emploi.

La recherche d'emploi : peaufiner son CV et maîtriser l'entretien d'embauche²¹

- Faites le point et trouvez des solutions qui auraient pu vous permettre de conserver votre dernier emploi. Cela vous permettra d'aborder le sujet de façon positive.
- Valorisez vos expériences et vos aptitudes, mais surtout, apprenez à les présenter.

Les symptômes de votre PR ne sont pas visibles :

- Évitez de mentionner votre PR sur le CV ou dans la lettre de motivation.
- À vous de décider si vous souhaitez, ou non, évoquer votre PR lors de l'entretien.

Votre PR exige certains aménagements :

- Ciblez les offres d'emploi concernées par une politique du handicap.
- Lors de l'entretien, patientez jusqu'au dernier moment pour évoquer votre PR et proposer des solutions vous permettant d'être efficace à ce poste.
- Attachez-vous, en entretien, à expliquer comment votre PR est compatible avec le poste.

Connaître les aides pour la recherche d'emploi et savoir les utiliser²²

- Pôle Emploi offre plusieurs services pour aider à l'insertion : bilan ; aide à la rédaction de CV ou à la formation professionnelle...

Vous avez le statut de travailleur handicapé :

- L'AGEFIPH propose un certain nombre d'aides financières pour l'insertion professionnelle, la création ou la reprise d'entreprise...
- Des conseillers Cap Emploi sont présents pour vous accompagner : bilan professionnel et analyse des éventuels besoins en formation ; rédaction de CV ; suivi après embauche...

²¹ Cap Emploi ressources handicap - conseils aux candidats

²² AGEFIPH - accès à l'emploi et intégration

75 %

des personnes interrogées n'ont pas bénéficié d'une possibilité de reclassement professionnel

En cas d'incapacité physique pour votre poste actuel, le reclassement professionnel reste la meilleure solution pour vous maintenir dans l'emploi. Il vous permet d'évoluer différemment.

L'incapacité au travail : la voie du reclassement

I Vous êtes employé du privé ^{23 24}

En fonction de l'impact de votre PR, le médecin du travail peut déclarer votre incapacité :

- Il est de son devoir de proposer des solutions de reclassement, adaptées à vos capacités.
- Vous disposez d'un délai de 2 mois pour contester cet avis auprès de l'inspecteur du travail.
- Votre contrat de travail peut être suspendu pour suivre un stage de reclassement.
- S'il n'existe aucun reclassement possible, vous pouvez être licencié(e) pour incapacité : votre employeur devra prouver qu'il n'y a aucun autre emploi adapté à vos capacités.

À savoir : *Les possibilités de reclassement doivent être recherchées par l'employeur au sein de l'entreprise et, le cas échéant, au sein du groupe auquel elle appartient.*

I Vous êtes fonctionnaire ²⁵

Si un aménagement de poste est impossible ou insuffisant, vous pouvez bénéficier d'un reclassement professionnel pour incapacité physique : pour un autre emploi du même grade ; pour un emploi d'un grade différent ou dans un autre corps.

- L'affectation intervient après avis du médecin de prévention ou du comité médical.
- Vous conservez votre traitement antérieur en cas de reclassement à un grade inférieur.
- L'affectation dans un nouveau corps se fait par voie de détachement ou concours.

À RETENIR ²⁶

Si passer le délais d'un mois, à compter de la date de l'examen médical de reprise du travail, le salarié n'est ni reclassé dans l'entreprise, ni licencié, l'employeur est tenu de verser à l'intéressé, le salaire correspondant à l'emploi que celui-ci occupait avant la suspension de son contrat de travail. Ces dispositions s'appliquent également en cas d'incapacité à tout emploi dans l'entreprise constatée par le médecin du travail.

^{23 24} Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - arrêt maladie, incapacité du salarié
Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social

²⁵ Service-Public.fr : vosdroits.service-public.fr - Fonction publique reclassement
professionnel pour incapacité physique

²⁶ Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social



Le rôle de l'assistant de service social ²⁷

L'assistant de service social est là pour vous aider à faire face aux obstacles quand vous êtes fragilisé(e) par votre PR. Son rôle est d'améliorer vos conditions de vie, aux niveaux social, économique ou professionnel. C'est la personne à contacter dès que votre PR devient une gêne importante et durable au quotidien, ainsi qu'au moindre changement de situation venant modifier vos droits. Que ce soit par des rendez-vous individuels ou des réunions collectives, l'assistant de service social est en mesure de vous transmettre un ensemble d'informations essentielles pour vous maintenir dans l'emploi, vous faciliter l'accès aux soins ou aux aides financières, vous aider vers le délicat passage en invalidité.

La mise en invalidité : un statut indépendant de votre emploi

I Vous êtes employé du privé ²⁸

Contrairement à l'inaptitude, la mise en invalidité est décidée par le médecin conseil de l'Assurance Maladie et n'est aucunement liée à votre contrat de travail :

- L'invalidité est accordée si votre PR a un impact important sur votre capacité de travail ou sur vos gains : elle donne droit à une pension d'invalidité qui s'adapte à vos revenus.
- Vous avez la possibilité de reprendre, ou de continuer, votre activité professionnelle.
- Rien ne vous oblige à informer votre employeur de votre mise en invalidité et elle n'est pas une cause de licenciement.

A savoir : votre employeur, s'il est informé de votre invalidité, doit organiser une visite de reprise du travail. Le médecin du travail déterminera alors si vous êtes apte à occuper votre poste.

I Vous êtes fonctionnaire

Si vous ne pouvez pas reprendre vos fonctions ou être mis(e) en retraite pour invalidité, vous pouvez bénéficier d'une Allocation d'Invalidité Temporaire. La demande se fait auprès de votre caisse d'Assurance Maladie.

²⁷ Assurance Maladie : www.ameli.fr - le service social de l'Assurance Maladie

²⁸ Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social: l'inaptitude en 50 questions

²⁹ Service-public.fr : vosdroits.service-public.fr - Fonction publique, l'allocation d'invalidité temporaire

52 %

des personnes interrogées estiment que la PR complique la recherche d'un emploi

Plus de la moitié des personnes atteintes de PR et en recherche d'emploi pense que la maladie est un frein limitant leur accès au marché du travail, il existe pourtant des solutions. En effet, des associations de malades et des aides sont disponibles pour favoriser votre insertion professionnelle et vous accompagner.

Par ailleurs, si vous avez l'impression que votre PR est un obstacle à l'emploi que vous occupez, il peut être intéressant d'envisager une reconversion professionnelle. Changer de poste vous permettra d'adapter votre emploi à vos capacités, et non le contraire. S'il n'existe aucune solution de reclassement au sein de votre entreprise, la reconversion professionnelle est une alternative vous permettant de prolonger votre vie active.

Témoignage de Daniel, 43 ans, artisan

Lorsque j'ai commencé mon métier de plasturgiste, ma maladie n'était plus aussi présente que pendant mon enfance : je l'avais oubliée. Je manipulais les machines au quotidien, restais debout ou faisais même du sport en fin de journée.

A 24 ans, une rechute de ma PR m'a conduit à envisager une reconversion professionnelle.

Passionné par la voile, je me suis orienté vers une formation au brevet de capitaine 200 voile, afin de piloter des navires de plaisance dans le cadre de transport de passagers.

Après deux années d'embarquements, j'ai dû me résigner et stopper cette activité. Il m'arrivait souvent de prendre des congés car j'avais des raideurs et gênes au niveau des hanches. D'ailleurs, j'ai dû subir plusieurs interventions chirurgicales.

Au vue de cette situation qui se renouvelait, j'ai pris le temps de me poser les bonnes questions concernant mes expériences passées, mes démarches pour retrouver un emploi, ainsi que l'éloignement familial qui me pesait... Travailler pour « moi » et donc gérer seul mon activité et mon temps de travail, me semblait être la solution.

J'ai ainsi ouvert un atelier-boutique de création d'objets en plexiglas.

Aujourd'hui, je suis ravi, tant sur le plan professionnel car j'ai pu adapter mon lieu de travail à mes besoins et le contact client est très agréable ; qu'au niveau personnel puisque je peux profiter de ma famille et me dégager du temps pour ma passion.

La reconversion professionnelle : un projet qui se prépare³⁰

Changer d'emploi pour retrouver la vie active mérite réflexion. Avant toute chose, il est important de faire le point sur votre parcours et de déterminer quelles sont les compétences professionnelles qui peuvent être utilisées dans le cadre d'un autre poste et quelles sont les aptitudes à acquérir pour répondre aux attentes d'un employeur.

Les aides

Plusieurs organismes sont présents pour vous aider à préparer votre projet :

- Pôle Emploi peut vous accompagner : bilan pour vous aider à préciser votre projet ; parcours de formation si vous avez besoin d'obtenir de nouvelles compétences professionnelles ; définition d'un plan d'action ; aides pour financer votre projet...
- En cas de création d'entreprise, pensez aux CCI (Chambres du Commerce et de l'Industrie), au Conseil Régional et à Pôle Emploi : de nombreuses aides financières sont disponibles, de même que des informations sur la gestion d'une entreprise ou les formalités nécessaires à son lancement.

Le financement

En fonction du projet choisi, une reconversion professionnelle peut se révéler coûteuse : formation à financer ; perte d'un salaire pendant la reconversion...

- Vous pouvez utiliser votre DIF (Droit individuel à la formation) pour des formations courtes et Pôle Emploi propose des aides financières, sous condition.
- Le contrat de professionnalisation n'est pas exclusivement réservé aux jeunes : il est accessible à tout demandeur d'emploi, quel que soit son âge.

Le « marketing »

Préparez vos arguments car une reconversion n'est pas toujours évidente pour le recruteur, bien qu'elle ait un sens pour vous. Vous devez lui prouver que cette reconversion professionnelle est mûrement réfléchie et dans la continuité de votre parcours.

- Exposez les compétences en adéquation avec le poste recherché.
- Dressez des analogies entre vos précédentes expériences et le poste voulu.
- Montrez votre capacité à endosser de nouvelles responsabilités ou à vous adapter.

A savoir : la VAE³¹ (Validation des Acquis par l'Expérience) est une solution pour accéder à un diplôme en fonction de votre expérience. Renseignez-vous auprès de l'organisme délivrant le diplôme, titre ou certificat voulu : vous y déposerez un dossier que vous devrez défendre devant un jury.

À RETENIR

Prendre votre traitement reste le seul moyen de résorber durablement l'inflammation et, ainsi, de limiter les destructions articulaires, de réduire les symptômes de votre PR, comme la fatigue ou la douleur.

³⁰. Pôle Emploi - la reconversion professionnelle

³¹. Portail de la validation des acquis de l'expérience : vae.gouv.fr



19,1 %

des personnes interrogées sont
définitivement sorties
du marché du travail

Question d'Annie,
42 ans, secrétaire

**Les symptômes de ma
PR s'aggravent : dois-
je envisager de quitter
mon emploi ?**

Absolument pas !
L'objectif de votre
traitement est de limiter
l'impact de la PR sur
votre quotidien et donc
de préserver votre vie
active.

En revanche, si les
symptômes s'aggravent,
prenez rendez-vous avec
votre médecin.

A savoir :

*Prendre votre traitement
reste le seul moyen de
résorber durablement
l'inflammation et, ainsi,
de limiter les destructions
articulaires, de réduire
les symptômes de votre
PR, comme la fatigue ou
la douleur.*

Pour les personnes atteintes de PR, la maladie est souvent la cause de l'arrêt de toute activité professionnelle. Les symptômes, comme la fatigue ou la douleur, s'ajoutent parfois à la difficulté de se déplacer et contribuent à l'interruption de votre vie professionnelle.

Ce n'est toutefois pas une fatalité. Si l'impact de la PR sur votre travail n'est jamais simple à gérer, il peut néanmoins être contrôlé. En fonction de la gravité de votre PR, de son ancienneté et de vos symptômes, il est possible d'adapter votre traitement et de conserver votre qualité de vie.

Zoom sur la fiche de santé Sanoia :

Il s'agit d'un outil gratuit pour faciliter l'auto-surveillance. Créer votre fiche santé Sanoia vous permet de renseigner l'ensemble des informations liées à votre maladie et d'y accéder à tout moment : traitements suivis ; résultats d'analyses ; historique médical...

La fiche de santé Sanoia a été complétée d'un module adapté à la PR afin d'en améliorer la pertinence. Vous pourrez ainsi accéder à des auto-évaluations, indiquer vos humeurs ou le niveau de douleur ressenti, mais également avoir accès à des informations adaptées à votre situation.

Par ailleurs, votre fiche de santé inclut le suivi du score DAS28 fourni par votre médecin : à partir d'analyses sanguines, d'une évaluation de la douleur et de vos articulations, le DAS28 établit un score d'activité de votre PR. La fiche de santé Sanoia vous permet d'y avoir accès rapidement et de suivre son évolution.



www.sanoia.com

75 %

d'entre elles estiment que les symptômes de leur PR sont la raison de leur sortie du marché du travail

Faites de votre équipe soignante votre alliée : en surveillant de près l'évolution de votre PR et en limitant ainsi les détériorations articulaires, vous parviendrez à prolonger votre activité professionnelle, grâce à un traitement adapté. De même, ne négligez pas les aménagements de poste : ils peuvent favoriser votre maintien dans l'emploi s'ils sont réalisés avant qu'il ne soit trop tard.

Suivre l'évolution de la maladie : une étape essentielle pour préserver la qualité de vie

Un suivi étroit et une adaptation rapide du traitement sont la clef pour prolonger votre vie professionnelle.

- La surveillance de votre PR repose essentiellement sur votre collaboration avec votre rhumatologue et votre médecin traitant : ils vérifieront l'évolution de votre PR.
- Surveillez l'activité de votre PR tous les 6 mois, auprès de votre rhumatologue.
- Discutez avec votre équipe soignante au moindre symptôme inquiétant : elle ajustera au mieux votre traitement et préservera votre qualité de vie.

À RETENIR

Si vous avez l'impression que la PR vous empêche d'avancer et de vivre pleinement votre emploi, ou si vous avez besoin d'un accompagnement, contactez l'association ANDAR qui vous apportera écoute, aide et soutien.



Question de Marie,
57 ans, vendeuse

Si je suis encore apte à travailler, puis-je tout de même prétendre à une pension d'invalidité ?

La pension d'invalidité est là pour compléter un manque de revenus et se fonde sur votre capacité à travailler, et à réaliser les gestes de la vie quotidienne. Il existe 3 catégories de pension d'invalidité :

Catégorie 1 : vous pouvez exercer, sous certaines conditions, une activité salariée. Dans ce cas, la pension est égale à 30 % du salaire annuel moyen des dix meilleures années. Son cumul avec le salaire d'activité ne doit pas être supérieur au salaire perçu avant l'invalidité.

Catégorie 2 : vous pouvez exercer, sous certaines conditions, une activité salariée. La pension est égale à 50 % du salaire annuel moyen.

Catégorie 3 : vous ne pouvez plus exercer, une activité salariée et votre invalidité nécessite une aide extérieure. La pension est égale à 50 % du salaire annuel moyen et est augmentée d'une somme forfaitaire : la majoration pour tierce personne.

17 %

des personnes interrogées perçoivent une pension d'invalidité

Quand les symptômes de votre PR rendent difficile toute activité professionnelle, des aides financières peuvent prendre la relève et vous assurer des revenus. Loin d'être un aveu de faiblesse, ces ressources peuvent vous aider à préserver votre qualité de vie.

La pension d'invalidité : une compensation pour la perte de vos revenus

Vous êtes salarié du privé ³²

Sous réserve de certaines conditions d'âge, d'assurance, de capacité de travail et d'heures travaillées, vous pouvez bénéficier d'une pension d'invalidité.

- Contactez le médecin conseil de l'Assurance Maladie, par l'intermédiaire de votre médecin traitant ou votre caisse, et effectuez une demande de pension d'invalidité.
- Le montant de votre pension dépend de votre capacité de travail et de votre aptitude à réaliser les gestes de la vie courante.
- Votre pension d'invalidité pourra être réévaluée en fonction de votre situation.

À savoir : une fois l'âge légal de la retraite atteint, votre pension d'invalidité sera remplacée par une pension retraite pour inaptitude.

Vous êtes fonctionnaire ³³

Si vous êtes inapte à exercer vos fonctions, une retraite anticipée pour invalidité peut être envisagée, sous conditions d'âge, d'inaptitude et d'impossibilité de reclassement. Vous touchez alors une pension de retraite calculée sur la base des traitements reçus.

L'allocation aux adultes handicapés (AAH) : un complément de ressources ³⁴

L'AAH est accordée par la CDAPH (Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées) mais son versement se fait via la CAF ou la MSA (Mutualité Sociale Agricole).

- Votre incapacité permanente doit être supérieure à 80 %. Une exception peut être faite si vous avez moins de 60 ans et que la CDAPH considère que votre incapacité physique restreint votre accès à l'emploi.
- Le montant de votre retraite ou pension d'invalidité doit être inférieur à celui de l'AAH. Vos autres revenus conditionnent le montant de l'AAH.
- La demande d'AAH se fait auprès de la MDPH (Maison départementale des personnes handicapées) et le formulaire doit être accompagné d'un certificat médical daté de moins de 3 mois.

Si vous êtes au RSI, en profession libérale, agriculteur ou artiste, renseignez-vous auprès de votre caisse d'assurance vieillesse pour connaître les solutions envisageables.

³² Assurance Maladie : www.ameli.fr - la pension d'invalidité : attribution et montant

³³ Service-public.fr : vosdroits.service-public.fr - Fonction publique, retraite pour invalidité

³⁴ Ministère des Affaires sociales, de la Santé et des Droits des femmes : www.social.gouv.fr - l'allocation aux adultes handicapés

S'impliquer et échanger avec son équipe soignante

Votre médecin est votre allié pour lutter contre la PR mais aussi pour vous écouter et vous conseiller. Etablir un dialogue avec votre médecin est important. Votre médecin est une personne de confiance qui vous connaît bien et avec qui vous pouvez aborder d'autres sujets que votre maladie ou votre traitement. Il peut vous aider à mieux gérer les incidences de votre maladie sur votre vie quotidienne ou professionnelle.



Votre situation professionnelle

Vous êtes en activité :

Votre parcours professionnel : avez-vous changé de métier, évolué depuis le début de votre vie active ? Comment évaluez-vous votre poste : vous semble-t-il adapté ?

Détaillez votre type de contrat (temps complet, partiel...), descriptif du poste, type d'entreprise, ancienneté...

Expliquez en quoi consiste votre journée de travail type, vos différentes tâches, votre position assise ou debout, la qualité de votre équipement...

L'ambiance au travail : comment évaluez-vous votre bien-être au travail ? Etes-vous épanoui ? Donnez un aperçu de vos rapports avec votre hiérarchie et vos collègues, votre choix de parler de votre maladie ou non, vos sentiments face à certaines réactions...

Vos conditions d'accès à votre travail

Décrivez l'équipement existant ou absent de votre lieu de travail (ascenseur, escalier, rampe d'accès pour handicapé...) mais également la marche obligatoire depuis votre domicile (arrêt de bus ou de métro...).

Vos absences professionnelles à cause de la PR

Parlez de la façon dont vous gérez et assumez vos absences, vos difficultés d'organisation, votre solitude éventuelle...

À RETENIR

Pour faire le point avant chaque consultation, ou ne rien oublier de la discussion avec votre équipe soignante, n'hésitez pas à noter l'ensemble des questions que vous souhaitez aborder, à reporter tous les éléments et événements qui vous paraissent importants dans l'évolution de votre maladie, ainsi que les conseils de votre équipe soignante dans un carnet.

Si vous vivez des situations pénibles, pouvez-vous en identifier les causes ? Est-ce dû...

- A vos capacités physiques/morales altérées par la douleur, la fatigue, vos éventuelles difficultés à dormir, à trouver une position non douloureuse, une gêne fonctionnelle, un dérouillage matinal trop long ?
- A un équipement inadapté ou des déplacements (jusqu'au travail ou professionnel) ?
- Au regard des autres (sur votre maladie, sur vos arrêts de travail...) ?
- Aux contraintes causées par les médicaments ?

Certaines situations pourraient trouver une amélioration :

- Avez-vous fait des recherches par vous-même ?
- En avez-vous discuté avec votre médecin (contrôle de la maladie), votre médecin du travail (adaptation du poste...), un assistant social (reclassement...), votre employeur ou des collègues, une association ?

Vous n'êtes pas en activité :

Quelles en sont les raisons ? Est-ce à cause de votre PR ? Etes-vous parent au foyer, retraité... ?

Votre projet professionnel

Vous souhaitez reprendre ou débiter une nouvelle activité professionnelle ? Précisez votre objectif professionnel et les actions à réaliser pour l'atteindre.

Vous trouverez dans cette brochure les ressources à mobiliser pour atteindre les objectifs que vous vous êtes fixés.

Les contacts utiles

AGEFIPH : Association nationale de gestion du fonds pour l'insertion professionnelle des handicapés
Toutes les informations utiles sur la reconnaissance du handicap et les aides disponibles. www.agefiph.fr

 **N°Vert 0 800 11 10 09**
(appel gratuit depuis un poste fixe)

SFR : Société Française de Rhumatologie
Toutes les informations de la Société savante, association scientifique de référence en rhumatologie.
www.sfr.larhumatologie.fr

Services sociaux de l'Assurance Maladie

Toutes les informations de l'Assurance Maladie pour tout connaître de l'arrêt de travail pour maladie, les pensions d'invalidité... **Tél. : 3646 - www.ameli.fr**

MDPH : Maison Départementale des Personnes Handicapées.

Lieu unique destiné à faciliter les démarches des personnes handicapées.

www.mdpd.fr

www.vosdroits.service-public.fr

Pour tout savoir des démarches administratives, vos droits et aides financières.

www.travailler-mieux.gouv.fr

Le site du Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social.

www.handroit.com

Renseignements sur l'incapacité médicale de travail, le handicap et législation.

www.travail-emploi-sante.gouv.fr

Tout savoir sur la reconnaissance de la qualité de travailleur.

www.capemploi.net

Insertion professionnelle des personnes handicapées (candidats, offres d'emploi).

www.pole-emploi.fr

Offres d'emploi actualisées en permanence, tous domaines d'activité.

ANDAR

L'Association Nationale de Défense contre l'Arthrite Rhumatoïde est la seule association nationale exclusivement dédiée à la PR. Créée en 1984, reconnue d'utilité publique et agréée par le ministère pour la représentation des usagers, elle regroupe des personnes malades et leurs proches mais aussi toutes les personnes qui se sentent concernées par la PR.

Composée principalement de bénévoles, elle est présente dans de nombreuses régions pour assurer des opérations de proximité. Ses actions sont validées par un comité composé de patients et de professionnels de santé. L'action de l'ANDAR se résume en un anagramme : FIERs.

Formation : des patients-experts (Formation validante à l'Education Thérapeutique du Patient- ETP) et professionnels de santé (intervention dans les cursus, journée des professionnels de santé durant les Rencontres Nationales sur les Rhumatismes...)

Information du public : réunions locales et nationales, documentations (Collection d'information ARTICULE !, fiches traitements, ETP, brochures pour les professionnels de santé...) et sites Internet.

Études : sur l'éducation thérapeutique, le travail, l'économie de santé, la sexualité, la fatigue...

Recherche : attribution de bourses et participation au recrutement.

Soutien : aux patients et aux proches avec un réseau de délégations régionales et une écoute téléphonique active.

Toutes les ressources de l'association en ligne pour mieux connaître la PR, ses répercussions et les aides disponibles : 149 avenue du Maine - 75014 PARIS.

 **N° Vert 0 800 001 159**
(appel gratuit depuis un poste fixe)

 **andar@polyarthrite-andar.com**

www.polyarthrite-andar.org
www.polyartrottons.org
www.rencontre-rhumatisme.org

UCB

UCB est une entreprise biopharmaceutique qui se consacre à la recherche, au développement et à la commercialisation de médicaments innovants centrés sur les pathologies du système nerveux central et les maladies immunologiques, en particulier les rhumatismes inflammatoires chroniques et notamment la polyarthrite rhumatoïde.

UCB s'engage pour aider les patients et leurs familles à mieux vivre leur maladie, tant sur le plan physique que social et pour leur offrir une nouvelle génération de traitements qui aura un impact majeur sur leur quotidien.

La volonté d'UCB est d'améliorer la qualité de vie des patients notamment au travers de collaborations avec les associations de patients et leurs représentants.

UCB emploie environ 8500 personnes, dont 150 en France, réparties dans près de 40 pays.

www.ucb-france.fr
www.ucb.com