



# LIVRET PATIENT

## PROGRAMME I KNOW HOW

► **« Maintien et Retour au travail  
pour les patients atteints d'un cancer »**





## INTRODUCTION

**Ce livret est à destination des patients en âge de travailler atteints d'un cancer.**

La survenue d'un cancer peut avoir de fortes répercussions sur la qualité de la vie des personnes touchées. La maladie et les traitements peuvent avoir un impact sur la vie, et notamment sur la vie professionnelle.

Les politiques de santé visent à renforcer leurs actions pour soutenir le parcours de vie du patient. L'emploi est un enjeu central et fait partie de la stratégie décennale : un des objectifs étant de « limiter les séquelles et améliorer la qualité de vie », notamment de « faire du maintien dans l'emploi un objectif du parcours ».

Ce programme est financé par le projet européen n° 2S06-034 "I-Know-How" sous le programme Interreg 2 Seas 2014- 2020, ayant pour objectif d'améliorer l'employabilité des personnes atteintes du cancer en implémentant de nouveaux services pour les employés, les employeurs et le personnel soignant afin de permettre le maintien/retour à l'emploi. Ce livret a pour objectif de vous informer et de vous aider tout au long de votre parcours. Il a été conçu sous forme de fiches thématiques dans lesquelles vous pouvez naviguer librement.

Ce livret a été réalisé et relu par des patients, des professionnels de santé, des partenaires institutionnels et des spécialistes de l'accompagnement des patients.

**Nous vous souhaitons une bonne lecture !**

## SOMMAIRE

### **FICHE 1 – p. 3**

L'annonce de la maladie au patient

### **FICHE 2 – p. 5**

Comment l'annoncer à l'employeur ?

### **FICHE 3 – p. 9**

Comment l'annoncer aux collègues, aux collaborateurs ?

### **FICHE 4 – p. 11**

Comment gérer son traitement ?

### **FICHE 5 – p. 13**

Comment préserver le lien avec l'entreprise ?

### **FICHE 6 – p. 15**

Quels sont les dispositifs favorisant le retour à l'emploi ?

### **FICHE 7 – p. 19**

Comment envisager le retour au travail ?

### **FICHE 8 – p. 21**

Comment accepter sa nouvelle situation de santé ?

### **FICHE 9 – p. 23**

Travailleurs non salariés et cancer

### **FICHE 10 – p. 25**

Les ressources/sites utiles pour vous accompagner dans vos démarches

### **FICHE 11 – p. 27**

L'impact de votre maladie du côté de l'employeur

### **FICHE 12 – p. 31**

Conclusion

### **FICHE 13 – p. 33**

Glossaire





# L'ANNONCE DE LA MALADIE AU PATIENT

L'annonce peut être faite par votre médecin traitant, le médecin spécialiste, le radiologue ou un autre professionnel de santé.

## LES CONSULTATIONS :

Vous aurez plusieurs consultations afin d'établir le diagnostic, avec parfois la réalisation d'examen complémentaires que le médecin vous prescrit.

Dans le cadre du dispositif d'annonce, vous allez avoir des temps de discussion afin de vous apporter une information adaptée, progressive et respectueuse. Ces temps seront :

> **Un temps médical** : lorsque le diagnostic de cancer est posé, après discussion de votre dossier en Réunion de Concertation Pluridisciplinaire (RCP), le médecin qui vous prend en charge prendra le temps de discuter avec vous et vos proches du projet de soins, vous expliquera les objectifs et les effets secondaires des traitements proposés. Il évaluera également vos besoins. Un plan personnalisé de soins précisant les différentes étapes de votre prise en charge vous sera remis.

> **Un temps d'accompagnement soignant** : ce temps de consultation paramédicale permettra de compléter les informations médicales reçues, de vous orienter selon vos besoins vers d'autres professionnels, de vous informer sur les associations pouvant vous aider.

> **L'accès à une équipe impliquée dans les soins de support** qui vous permettra d'être soutenu et guidé dans vos démarches en collaboration avec l'équipe soignante (exemple : accompagnement social, accompagnement psychologique, sur la diététique et la nutrition, sur votre activité physique, etc.).

> **Un temps d'articulation avec la médecine de ville**, favorisant les relations entre votre médecin traitant et l'établissement de soin.

Une déclaration de votre maladie sera réalisée par votre médecin traitant dans le cadre d'une Affection Longue Durée (ALD).

Tous ces moments vous permettront de poser les questions qui vous préoccupent, de préciser certains points (en particulier le retentissement des traitements sur vos habitudes de vie), d'être accompagné dans le lieu de soins ou près de votre domicile selon vos choix et vos besoins.

Un livret pourra vous être remis pour avoir toutes les informations utiles sur les soins, les démarches administratives, vos venues et hospitalisations.

La question du travail et de votre situation professionnelle peut être abordée dès la première consultation et/ou tout au long de votre parcours avec plusieurs professionnels. En complément des interlocuteurs institutionnels, vous pouvez également être accompagné par des associations : la Ligue contre le cancer, les Espaces Ressources Cancer (en Hauts-de-France), les Espaces Rencontres et Informations (ERI) ainsi que des coaches professionnels partenaires et reconnus. Vous pouvez trouver des informations via les Réseaux Régionaux de Cancérologie.

Exemple Hauts-de-France :

 <https://www.onco-hdf.fr/>

## POUR ALLER PLUS LOIN :

Référentiel INCa sur le Dispositif d'Annonce (2019) | Portail ProInfosCancer

Document extrait du carnet de liaison de l'Institut de Santé au Travail de Nord de la France :

### QUELS PROFESSIONNELS ET POUR QUOI ?

- \* **Votre équipe soignante en centre hospitalier ou de réadaptation** : pour évaluer votre état de santé, les répercussions de la maladie et des traitements et discuter avec vous de votre travail.
- \* **Votre médecin traitant** : pour votre suivi médical et la prescription des arrêts de travail à temps plein ou à temps partiel.
- \* **Votre médecin du travail / médecin de prévention** : pour évaluer la situation sur le plan santé et travail, vous informer, vous proposer des solutions pour le maintien dans l'emploi, mobiliser les professionnels.
- \* **Le médecin conseil de l'assurance maladie ou de la MSA** : pour justifier votre arrêt de travail selon votre état de santé.
- \* **Le médecin expert agréé (fonction publique)** : pour donner un avis sur l'aptitude aux fonctions, sur le **congé pour raison de santé** (octroi, renouvellement), sur la reprise.
- \* **L'assistant-e de service social de l'Assurance Maladie ou de la MSA** : pour évaluer votre situation, vous informer et vous accompagner dans vos démarches, vous proposer des solutions pendant l'arrêt de travail, préparer ensemble votre retour à l'emploi.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

- \* Une réflexion peut déjà être menée **tout au long de votre parcours de soin**, que vous poursuiviez votre travail ou pendant votre arrêt de travail.
- \* Une ou plusieurs visites avec votre médecin du travail sont possibles **pendant l'arrêt de travail**, sans en informer votre employeur **en contactant votre service de santé au travail**.
- \* Votre médecin du travail envisagera avec vous **la meilleure solution** pour continuer à travailler, après ou avec la maladie.
- \* Vous pouvez solliciter un **RDV avec le service social** auprès de la caisse d'assurance maladie de votre domicile ou de la MSA.

# COMMENT L'ANNONCER À L'EMPLOYEUR ?



## LE CANCER : L'ANNONCER OU PAS À VOTRE EMPLOYEUR ?

Vous venez d'apprendre que vous avez un cancer, vous êtes sous le choc de l'annonce.

Votre seule obligation légale est de transmettre votre **arrêt maladie** à votre employeur sous 48 h afin d'être indemnisé et juridiquement couvert. En dehors de cette obligation, rien ne vous impose de donner les raisons de votre absence.

À vous donc de choisir si vous parlez de votre cancer à votre employeur.

Si vous êtes indépendant, vous devez transmettre l'arrêt maladie à l'Assurance Maladie et à votre organisme de prévoyance.

C'est votre **médecin traitant** qui est habilité à l'émettre.

## QUATRE POSSIBILITÉS S'OFFRENT À VOUS DANS L'IMMÉDIAT CONCERNANT VOTRE TRAVAIL :

- > Votre médecin traitant vous met en arrêt maladie immédiatement. Il vous délivre le document.
- > Vous souhaitez continuer à travailler quelques jours pour mettre vos affaires professionnelles en ordre, en accord avec le médecin traitant. Il diffère la date du début de l'arrêt maladie.
- > Vous souhaitez continuer à travailler pour le moment, votre médecin traitant est d'accord. Vous n'avez pas d'arrêt maladie.
- > Vous souhaitez passer en temps partiel thérapeutique. Il vous faut l'accord de votre médecin généraliste, de la médecine du travail et de votre employeur. Cette situation de temps partiel thérapeutique n'est jamais figée et peut évoluer en fonction des circonstances.

Ces possibilités sont directement en lien avec le protocole de traitement que l'oncologue met en place pour vous, avec la date de démarrage des traitements, et avant tout, avec votre état de santé et vos souhaits.

**Dans tous les cas, vous devez remettre votre arrêt maladie à votre employeur dans les 48 h.** Le volet destiné à l'employeur ne mentionne pas les raisons médicales. À vous de choisir d'en parler ou pas, comment vous en parlez et à qui vous en parlez.

Si vous êtes un travailleur indépendant, adressez cet arrêt à l'Assurance Maladie.

## VOUS CHOISISSEZ D'ANNONCER VOTRE CANCER À VOTRE EMPLOYEUR : COMMENT LE DIRE, ET À QUI ?

La façon dont vous choisirez de l'annoncer peut avoir un impact important sur la préparation de votre retour après la maladie, et sur le lien qui pourra être maintenu pendant la durée de votre absence. A minima, la personne qui gère votre contrat de travail et votre manager direct seront

informés de votre arrêt maladie. Votre absence ayant un impact sur le reste du collectif de travail, vos collègues seront également informés de votre arrêt, sans précision sur la raison médicale si vous ne le souhaitez pas. *Voir fiche 3 : Comment l'annoncer aux collègues, aux collaborateurs.*

En fonction de la taille et de l'organisation de votre entreprise, il vous sera plus ou moins facile de rester discret sur votre état de santé.

Il est intéressant pour vous comme pour votre employeur de pouvoir faire l'annonce de votre absence dans de bonnes conditions :

- > Dans un premier temps, si vous êtes trop sous le choc, vous pouvez demander à un proche d'informer votre employeur de votre absence, avec ou sans détail sur la nature du problème de santé.
- > Dans un deuxième temps, vous pouvez demander un rendez-vous physique ou téléphonique, pour avoir un temps d'écoute et de disponibilité. L'interlocuteur sera soit votre manager ou votre employeur directement, soit le service Ressources Humaines.
- > Vous pouvez annoncer que vous avez un problème de santé important qui vous tiendra éloigné de l'entreprise pendant un temps indéterminé. Une difficulté supplémentaire est que le temps d'arrêt ne peut être défini à l'avance, dépendant de votre parcours de soin et de votre état de santé.
- > Vous pouvez également évoquer que votre problème de santé est un cancer.

Le mot « cancer » génère encore souvent des réactions de crainte et de compassion chez la plupart des gens. Votre employeur est avant tout un être humain, qui réagira à sa façon... En plus de sa réaction humaine, votre employeur va aussi mesurer immédiatement l'impact que votre absence peut faire peser sur l'activité. Il a besoin d'organiser au mieux l'activité pendant votre absence. Vous pourrez envisager avec votre employeur le type de relations que vous avez envie de maintenir avec l'entreprise tout au long de vos soins.

*Voir fiche 5 : Comment préserver le lien avec l'entreprise.*

Le dialogue et la transparence sont des atouts pour favoriser un retour dans les meilleures conditions possibles pour vous, comme pour votre employeur.

**Légalement, vous ne pouvez pas travailler pendant la durée de votre arrêt maladie :** votre employeur est donc tenu de ne pas vous solliciter.

## POUVEZ-VOUS QUAND MÊME CONTINUER À TRAVAILLER ?

Il est tout à fait possible de continuer à travailler durant toute la durée du traitement, sous réserve que votre médecin traitant et votre médecin du travail vous y autorisent.

Dans ce cas, demandez à rencontrer le **médecin du travail** qui pourra prescrire à votre employeur des aménagements éventuels de poste si votre état de santé le nécessite :

réduction du temps de travail, aménagement de vos horaires, allègement ou modification du contenu de votre emploi, réduction ou interdiction des situations de travail fatigantes ou contre-indiquées avec votre état de santé.

Si vous êtes travailleur indépendant, il est possible d'être orienté vers les consultations médico-professionnelles via le service social de la CARSAT.


## L'EMPLOYEUR EN SITUATION DE PETITE ET MOYENNE ENTREPRISE PEUT NE PAS AVOIR DE SERVICE DÉDIÉ AUX RESSOURCES HUMAINES

C'est pourquoi il faut avoir à l'idée qu'un employeur peut ne pas avoir tous les outils disponibles pour vous accompagner. C'est aussi pour cela qu'il ne faut pas

hésiter à en discuter avec votre entourage, vos soignants et votre employeur. Les associations peuvent vous aider également.

## ► POUR ALLER PLUS LOIN :

Démarches sociales - Patients et proches (e-cancer.fr)

 <https://www.ameli.fr/roubaix-tourcoing/assure/droits-demarches/maladie-accident-hospitalisation/arret-travail-maladie/arret-travail-maladie-salarie>

# L'ARRÊT DE TRAVAIL POUR MALADIES

Suivez les étapes pour être indemnisé



### À qui transmettre votre arrêt de travail ?

- si votre médecin ne vous donne que le volet 3, envoyez-le à votre employeur
- si votre médecin vous donne les trois volets, envoyez le volet 3 à votre employeur et les volets 1 et 2 au médecin-conseil de l'Assurance Maladie



### Ce que vous percevez

- vos indemnités journalières sont calculées sur la base de la moitié de votre salaire
- vous touchez vos indemnités journalières tous les 14 jours
- les trois premiers jours ne sont pas indemnisés



### Attention :

- vous devez conserver vos relevés d'indemnisation : ils entrent en compte pour votre retraite

# COMMENT L'ANNONCER AUX COLLÈGUES, AUX COLLABORATEURS ?



**Vous avez récemment appris que vous avez un cancer. Vous allez sans doute être en arrêt maladie rapidement. Vous avez informé votre employeur de votre arrêt de travail. Voir fiche 2 : Comment l'annoncer à son employeur ?**

## ► QUE FAIRE AVEC VOS COLLÈGUES ?

> **La réponse vous appartient, c'est votre choix.**

Selon votre personnalité, votre situation professionnelle et votre état d'esprit, vous pourriez avoir envie d'en parler ou pas, d'en parler à tous ou seulement quelques-uns, de tout dire ou de simplement les informer que vous êtes malade et que vous allez devoir vous absenter un certain temps.

Votre situation professionnelle avant la maladie est importante dans votre prise de décision. La bonne entente entre collègues, le climat sympathique, l'amitié au travail peuvent favoriser l'annonce de votre cancer à votre équipe. A contrario, une ambiance tendue, l'absence d'équipe ou votre arrivée récente dans l'entreprise peuvent vous freiner dans votre envie d'en parler.

## ► QUELLE QUE SOIT VOTRE SITUATION, ET VOTRE ENVIE, UN ÉLÉMENT EST IMPORTANT À AVOIR EN TÊTE :

> **Chacun réagit comme il peut face au cancer et à la maladie.**

La maladie, et particulièrement le cancer, nous renvoie à l'idée de mort et de finitude. Nous prenons ainsi brutalement conscience que cela peut nous arriver à nous aussi, que nul n'est à l'abri.

Le mot « cancer » peut faire peur, et peut aussi déclencher des réactions inattendues chez vos collègues : certains vous regarderont avec pitié et compassion, pleureront

dans vos bras. D'autres vous parleront de « leur tante Alice qui avait le même cancer que vous, mais qui en est morte ». D'autres encore ne réagiront pas, ou vous sembleront indifférents. Certains sauront instinctivement adopter l'attitude qui vous fait du bien à vous, à ce moment-là.

Ce que vous pouvez vous dire, vous, c'est que leurs réactions leur appartiennent, et qu'ils font comme ils peuvent, avec les moyens dont ils disposent.

## ► PLUSIEURS POSSIBILITÉS S'OFFRENT À VOUS :

**1. Vous pouvez décider de ne rien dire**, et de vous concentrer sur vous-même et votre parcours de soin. Vous pouvez aussi avoir envie d'en parler plus tard, de façon plus ou moins détaillée.

**2. Vous pouvez décider d'annoncer votre absence** pour maladie, d'une durée non précisée. Cela permettra à vos collègues et à votre hiérarchie de pouvoir s'organiser en votre absence. Cela pourra aussi être un atout si vous décidez de reprendre ou continuer à travailler en ayant des conditions adaptées, en accord avec votre médecin traitant et le médecin du travail. Les collègues comprendront d'autant mieux que vous fonctionniez sur un rythme différent et qu'ils auront un minimum d'informations. Le plus important est de se déculpabiliser et de ne pas se prendre la tête tout en pensant à soi.

Dans ce cas, à vous de décider :

> *De ce que vous allez dire* : de votre maladie, et à quel niveau de détails. Parfois, cela soulage de parler beaucoup, parfois au contraire cela devient pesant.

> *À qui vous allez le dire* : à toute l'équipe en direct ou bien seulement à un collègue, un membre des RH, qui sera chargé de faire passer l'information aux autres.

> *Quand vous allez le dire* : au premier arrêt, ou bien lorsque vous aurez plus de visibilité sur la durée de votre absence.

> *Comment vous allez le dire* : par écrit (e-mail) ou de vive voix à l'occasion d'une rencontre avec le ou les interlocuteurs que vous aurez choisi(s), dans l'enceinte de l'entreprise ou en dehors.

# COMMENT GÉRER SON TRAITEMENT ?



Selon votre type de cancer et votre situation, différents parcours de soin sont possibles.

## ▣ VOTRE PROTOCOLE SERA PERSONNALISÉ :

Dès le début de la maladie, une Réunion de Concertation Pluridisciplinaire (RCP) est requise pour tout nouveau patient ou changement important de traitement.

Dès lors, un protocole vous est proposé et pourra être modifié tout au long de votre parcours. Vous l'avez bien compris, vous allez développer de réelles capacités d'adaptation !

## ▣ ON NE CONNAÎT PAS À L'AVANCE LES EFFETS SECONDAIRES DES TRAITEMENTS...

Même si l'on vous présente une longue liste d'effets secondaires possibles, il se peut qu'un certain nombre ne figure pas à votre tableau et il n'est pas certain que vous les ayez tous. Vous pouvez être surpris dans les deux sens.

C'est pourquoi l'absence au travail de façon irrégulière ou « en pointillé » est difficile à anticiper, sauf si vous décidez dès le départ de vous mettre en retrait professionnel pour une longue durée.

## ▣ L'OBJECTIF PRINCIPAL EST DE GARDER UNE QUALITÉ DE VIE OPTIMALE PENDANT LA DURÉE DU TRAITEMENT

La qualité de vie touche les domaines du bien-être physique, mental et social. Ce n'est pas un gros mot ni une valeur abstraite, le maintien d'une bonne qualité de vie va vous permettre de traverser cette épreuve, et parfois de modifier le sens de votre vie.

Plusieurs associations existent pour vous soutenir pendant les traitements, vous aurez une multitude de questions à poser et pas toujours le professionnel en face au bon moment.

<https://www.unicancer.fr/fr/espace-patients>  
<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie>  
<https://www.centreoscarlambret.fr/les-associations>  
<https://www.onco-hdf.fr/annuaire-adulte/>

## ▣ LA GESTION DE LA FATIGUE

Outre les effets secondaires multiples que peuvent amener les traitements et malgré les solutions apportées par les équipes soignantes, un des points centraux reste la fatigue.

Car lorsque l'on est fatigué, la spirale descendante entre en action : manque de vitalité, baisse de moral, mauvaise appréhension du quotidien (familial, social, professionnel).

Il existe aujourd'hui des solutions afin de lutter contre la fatigue, souvent sous-estimée, liée au traitement (intervention non-médicamenteuse ou médicamenteuse) :

- > Activités physiques adaptées, progressives et régulières.
- > Interventions psychosociales (assistant de service social, psychologues, méditation...).
- > Intervention comportementale et cognitive.
- > Séances de massages thérapeutiques, acupuncture, consultations nutritionnelles...
- > Il est possible de prendre des médicaments pour des symptômes pouvant être à l'origine de la fatigue comme la douleur, l'anxiété/dépression, les troubles du sommeil, la toxicité du traitement.
- > N'hésitez pas à en parler à votre oncologue.

Ces conseils sont tirés de « Fatigue et Cancer » du référentiel de l'Association Française des Soins Oncologiques de Support (AFSOS) du 09/10/2020, téléchargeable sur le site :

<https://www.afsos.org/fiche-referentiel/cancer-et-fatigue/>

Vous pouvez trouver des informations sur internet mais rien ne vaut les échanges d'expérience et l'entourage d'équipes formées et bienveillantes. Des lieux dédiés au bien-être des personnes confrontées à la maladie existent près de chez vous, comme par exemple les Espaces Ressources Cancer (ERC) dans les Hauts-de-France.

<https://erc-hauts-de-france.ars.sante.fr/>

## ▣ LA GESTION DU QUOTIDIEN

Quel que soit l'âge, les contraintes du quotidien deviennent parfois lourdes à assumer lors des traitements (tâches ménagères, conduites des enfants...).

Les services d'assistance des mutuelles peuvent vous aider en sortie d'hospitalisation, les services d'une assistante de service social également.

Parfois une aide de votre entourage proche serait la bienvenue, mais nous n'y pensons pas toujours. N'hésitez

pas à le solliciter même pour un détail, toute aide est importante lors de ce passage difficile.

Se reposer, mais pas trop, rester actif, conserver de l'énergie, fixer des priorités, prévoir les activités importantes au pic d'énergie...

Les conseils ci-dessus sont précieux et amélioreront cette période.

## ▣ RESSOURCES UTILES ET FACILEMENT ACCESSIBLES :

<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Fatigue/Adapter-son-quotidien>



## COMMENT PRÉSERVER LE LIEN AVEC L'ENTREPRISE ?

Vous êtes en arrêt maladie, centré sur votre parcours de soin et votre santé. Le cancer peut avoir produit l'effet d'un tsunami dans votre vie. Quelle est la place de votre entreprise dans tout cela ?

> **Et bien c'est tout simplement la place que vous décidez de lui laisser.**

Aucune réponse toute faite : chacun réagit selon son histoire professionnelle, sa personnalité, son état du moment. Quand la maladie frappe, garder le lien avec ses collègues, son entreprise, peut être un facteur de soutien important. A contrario, l'absence de lien peut parfois être un soulagement.

Une seule certitude : **c'est à vous de décider** la nature et la fréquence de vos relations avec votre entreprise et vos collègues.

### ► GARDER UN LIEN AVEC L'ENTREPRISE, POUR QUOI FAIRE ?

- > Cela vous aide à vous projeter sur votre retour au travail. Vous tenir au courant de l'évolution des activités, sur les changements d'organisation, les mouvements de personnel, les potins internes, cela vous aide à vous sentir toujours comme étant un maillon de cette chaîne professionnelle.
- > Cela permet également à vos collègues, votre hiérarchie, votre service RH de garder en tête que vous allez revenir, et reprendre une place dans l'entreprise.
- > Enfin, cela vous aide à rester acteur de votre parcours. Le travail est un élément important de lien social, facteur de soutien important dans le processus de rétablissement.

### ► COMMENT FAIRE ?

Là encore, toutes les options sont ouvertes, et dépendent de votre envie et de votre état de santé, qui peuvent varier en fonction des périodes.

Vous gagnerez à prendre l'initiative du contact, et à informer vos interlocuteurs (collègues, manager, RH...) de la façon dont vous souhaitez communiquer avec eux : e-mail, téléphone, déjeuners, visites, etc. Il est en effet fréquent que, sous le coup de l'émotion, vos collègues se manifestent beaucoup, souvent, mais parfois pas au moment, ni de la façon qui vous fait du bien, surtout dans les premiers temps.

Cela peut vite devenir pesant d'être assailli de messages qui saturent votre répondeur ou votre boîte e-mail. Il se peut que vous en ayez juste assez de raconter votre dernier examen, résultat, ou soin pour la énième fois. Si vous ne répondez pas, ou plus, vos collègues peuvent se lasser, voire se vexer, parfois s'inquiéter ou simplement ne pas savoir comment interpréter votre silence.

Il est fréquent également que les contacts se fassent plus rares si votre absence se prolonge.

Pour éviter ces désagréments, une astuce peut consister à mettre en place un ou deux collègues « relais », qui feront passer les messages de l'entreprise vers vous et de vous vers l'entreprise. Un autre conseil consiste à fixer des moments où l'on peut vous appeler.

Cependant, garder le lien ne signifie pas travailler durant un arrêt maladie. Si l'envie de travailler vous prend, et si vous en avez les capacités physiques et cognitives, il est possible d'envisager une reprise du travail avec votre médecin traitant et le médecin du travail, qui pourront décider d'éventuels aménagements de poste. Une visite de pré-reprise auprès de votre médecin du travail pourra être organisée afin de préparer les conditions de reprise de travail (reprise qui pourra être progressive, voire modulée en fonction de vos possibilités).

La place du télétravail s'est renforcée ces deux dernières années dans les entreprises. En dehors de votre période d'arrêt de travail, cette solution peut être envisagée avec votre employeur si votre poste de travail le permet. Elle permet de garder une place dans l'entreprise en reprenant progressivement des activités en présentiel.

### ► PEUT-ON COUPER TOUT LIEN AVEC L'ENTREPRISE ?

> **Bien évidemment !**

À l'exception de l'envoi dans les 48 h des arrêts maladie, rien ne vous oblige à rester en contact avec l'entreprise. Le médecin du travail est soumis à la confidentialité (secret professionnel et médical), ainsi que le médecin conseil.

Toutefois, dans ce cas, la gestion du retour nécessitera une attention accrue de votre part : « loin des yeux, loin du cœur » dit la sagesse populaire. Plus votre absence et votre silence se prolongent, plus l'entreprise fera sans vous, et vous oubliera.

Il se peut que si l'arrêt se prolonge, l'entreprise demande à récupérer du matériel confié : ordinateur, téléphone, échantillons de produits, plaquettes commerciales, etc.

Les raisons peuvent être diverses, il est important de ne pas prendre trop à cœur cette requête, quelle que soit la forme sous laquelle cela est demandée, et même si cela ne favorise pas le maintien du lien avec l'entreprise.

### ► CI-DESSOUS UN SITE INTERACTIF QUI PEUT VOUS AIDER :

 <https://droit-demarche-cancer.fr/arbo-navigation/vie-professionnelle/>



# QUELS SONT LES DISPOSITIFS FAVORISANT LE RETOUR À L'EMPLOI ?



Faire le point dans sa vie privée mais aussi dans sa vie professionnelle n'a rien d'anormal, au contraire, c'est très positif : une première visite facultative, appelée « visite de pré-reprise », avec votre médecin du travail peut vous y aider, elle est d'ailleurs conseillée.

## À QUOI SERT LA VISITE DE PRÉ-REPRISE ?

**Pendant votre arrêt maladie, vous pouvez demander une visite de pré-reprise avec votre médecin du travail :**

- > Vous pourrez faire le point sur votre état de santé, les éventuelles séquelles liées à votre maladie et aux traitements, et vos motivations.
- > Cette visite médicale permet de déterminer si vous pouvez reprendre votre poste ou si certains aménagements sont nécessaires. Lorsqu'un aménagement est nécessaire, le médecin du travail peut prendre contact avec votre employeur pour essayer de trouver une solution qui convienne à chacun.
- > Cette visite de pré-reprise peut être faite ou demandée dès que vous vous interrogez sur votre reprise de travail ou quand vous en ressentez le besoin. Vous pouvez en faire plusieurs avant la reprise. **C'est à vous de la demander auprès de votre médecin du travail**, l'employeur n'est pas tenu d'en être informé.
- > La visite de pré-reprise peut permettre également de réfléchir à une autre orientation professionnelle, si une inaptitude est envisagée ou si vous ne vous projetez plus sur le poste que vous exercez.

Vous l'aurez compris, plus tôt vous anticipez votre reprise, mieux elle s'organisera car plusieurs options pourront ainsi vous être proposées. Ainsi, vous pourrez prendre le temps de la réflexion et choisir celle qui vous conviendra le mieux.

**Selon le décret du 16 mars 2022 applicable le 1<sup>er</sup> avril 2022 :**

« En vue de favoriser le maintien dans l'emploi, les travailleurs en arrêt de travail d'une durée de plus de trente jours peuvent bénéficier d'une visite de pré reprise.

Au cours de l'examen de pré-reprise, le médecin du travail peut recommander :

- 1° : Des aménagements et adaptations du poste de travail ;
- 2° : Des préconisations de reclassement ;
- 3° : Des formations professionnelles à organiser en vue de faciliter le reclassement du travailleur ou sa réorientation professionnelle. »

## QUI PEUT DEMANDER UNE VISITE DE PRÉ-REPRISE ?

Pour en bénéficier, vous devez prendre rendez-vous avec votre médecin du travail. **La visite de pré-reprise** peut

être initiée par le salarié, le médecin traitant, le médecin conseil ou le médecin du travail.

## LA VISITE DE PRÉ-REPRISE POURRA PERMETTRE D'ENVISAGER CERTAINS DISPOSITIFS :

### > L'essai encadré

Pendant votre arrêt de travail, sur une durée de 14 jours ouvrables maximum, renouvelable dans la limite de 28 jours fractionnables (décret du 16 mars 2022), vous pouvez tester la compatibilité :

- sur le même poste de travail. Cela permet de voir si des aménagements doivent être mis en place, d'ordre technique ou autres ;
- sur un nouveau poste de travail selon vos capacités, dans votre entreprise ou dans une autre qui accepte de vous accueillir et éventuellement de vous embaucher à l'issue de votre arrêt de travail.

### > La RQTH (Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé)

Si votre situation médicale se stabilise mais qu'au moins une fonction physique, mentale ou cognitive se trouve dégradée et qu'elle affecte votre travail, vous pouvez prétendre via votre médecin à la RQTH qui est un statut. Elle ouvre un droit d'accès à des dispositifs d'accompagnement vers l'emploi et elle renforce les droits du travailleur.

Cette déclaration est strictement personnelle et confidentielle. Il n'y a aucune obligation à la soumettre à l'entreprise. Dans ce cas, vous ne bénéficierez pas des éventuelles aides supplémentaires liées à cette démarche qui pourraient exister au sein de votre entreprise.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1650>

<https://www.handirect.fr/droits-et-handicap-le-point-sur-les-aides-existantes/>

## DE PLUS, PENDANT L'ARRÊT DE TRAVAIL, VOUS POUVEZ AVOIR :

- > Un accompagnement par un psychologue du travail au sein de la médecine du travail : cela permet d'aider à prendre du recul sur la situation professionnelle. Il est possible de solliciter ce type d'accompagnement par le biais de la médecine du travail ou du service social de la CARSAT.
- > Un accompagnement par les assistants sociaux : se rapprocher ou contacter un assistant de service social peut vous aider à préparer votre retour au travail. Pour ce faire, vous pouvez vous rapprocher du service social de

Le formulaire unique est téléchargeable sur :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R19993> ou sur le site de votre Conseil Départemental (MDPH).

Pour toute demande de RQTH vous pouvez être accompagné par votre service de santé au travail, les services sociaux de la CARSAT ou Cap emploi.

### > Un accès à des actions de formation pendant votre arrêt

Vous pouvez envisager de faire un bilan de compétences avec des formations courtes mobilisables pendant l'arrêt de travail sous réserve de l'accord du médecin conseil, donc de la CPAM, pour leur réalisation pendant l'arrêt du travail. Pour mieux être encadré pour ces formations, il faut se rapprocher du service social de la CARSAT auprès de votre CPAM de rattachement.

### > Le temps partiel thérapeutique, une reprise progressive du travail

Ce temps est décidé avec l'accord de votre médecin du travail en lien avec votre médecin généraliste. Ce dispositif se réfléchit avec vous pendant l'arrêt du travail et avec votre employeur en raison des contraintes organisationnelles de l'entreprise. Le temps non travaillé sera pris en charge par la sécurité sociale au titre des indemnités journalières.

*Remarque : l'enquête VICAN 5, réalisée par l'Institut national du cancer, nous apprend que « parmi les salariés, le temps partiel thérapeutique survient en moyenne 17 mois après le diagnostic et il est plus fréquent pour les femmes. »*  
<https://www.e-cancer.fr/Expertises-et-publications/Le-point-sur/La-vie-cinq-ans-apres-un-diagnostic-de-cancer/La-vie-professionnelle-et-la-situation-financiere>

la CARSAT, auprès de votre CPAM de rattachement, des services sociaux de votre territoire, du service social de la Mutualité Sociale Agricole ou de tout autre professionnel du social qui vous accompagne déjà.

- > Certaines structures proposent un accompagnement spécialisé par des professionnels médico-sociaux qui sont formés dans le cadre d'un coaching.

## ► PLUSIEURS SCÉNARIIS POSSIBLES :

- > Reprendre son poste comme avant, de manière progressive et/ou en l'adaptant
- > Reprendre une formation
- > Faire le choix d'une reconversion
- > Faire le choix de ne plus travailler
- > Engager une procédure de rupture conventionnelle
- > Engager une recherche d'emploi
- > Envisager la possibilité d'une inaptitude médicale au poste

## ► CONSEILS :

Mettez par écrit ce que vous souhaitez, ce que vous ne voulez plus vivre ou ce que vous ne pouvez plus faire.

Vos réflexions évolueront, parlez-en à vos proches ou à une personne qui n'aura pas de jugement, qui sera à même de vous écouter en toute objectivité et en qui vous avez confiance.

## ► POUR ALLER PLUS LOIN :

 <https://www.legisocial.fr/actualites-sociales/5178-visite-reprise-prereprise-modifications-intervenues-31-mars-2022.html>

<https://www.ameli.fr/lille-douai/entreprise/vos-salaries/retour-emploi/visite-pre-reprise>

[https://www.fondation-arc.org/sites/default/files/2017-04/brochure\\_retourtravail\\_1.pdf](https://www.fondation-arc.org/sites/default/files/2017-04/brochure_retourtravail_1.pdf)

<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Reprise-du-travail/Artisans-commerçants-et-professionnels-liberaux>

<https://www.ameli.fr/lille-douai/assure/remboursements/indemnites-journalieres/arret-maladie-profession-liberale>



## COMMENT ENVISAGER LE RETOUR AU TRAVAIL ?

### ▶ QUAND REPRENDRE LE TRAVAIL ?

Vous êtes passé dans un tourbillon qui a certainement modifié votre manière d'aborder le travail : fatigue, effets secondaires encore présents, motivation en berne ou au contraire prêt pour de nouvelles aventures. Vous pouvez en discuter avec votre oncologue, votre médecin généraliste et votre médecin du travail.

La reprise du travail sera effective à la fin de votre arrêt de travail, ou au cours, ou à l'issue de votre traitement, si vous le souhaitez.

**Elle passe par une visite de reprise obligatoire avec votre médecin du travail à la demande de votre employeur.**

Les différents acteurs (service social CARSAT, service de santé au travail, Cap emploi) vous aideront s'il est envisagé d'adapter votre poste ou d'en changer.

### ▶ EN CAS DE REPRISE AVANT LA FIN DE VOTRE ARRÊT DE TRAVAIL :

Si vous souhaitez reprendre votre activité avant la fin de votre arrêt de travail, vous avertissez votre employeur qui sollicitera alors une visite de reprise.

Vous n'avez pas besoin de l'autorisation de votre médecin traitant, ni du médecin conseil pour reprendre le travail.

### ▶ L'AMÉNAGEMENT/ADAPTATION DU POSTE :

En fonction des restrictions médicales émises par le médecin du travail (par exemple l'interdiction du port de charges lourdes), votre poste pourra être aménagé ou adapté.

Si vous bénéficiez d'une RQTH (ou en cours de reconnaissance), le médecin du travail, l'employeur ou vous-même pouvez faire appel à Cap emploi. Un chargé de mission se rendra sur place et proposera du matériel adapté ou demandera éventuellement l'intervention d'un ergonome. Il mobilisera les aides AGEFIPH appropriées.

### ▶ QUE SE PASSE-T-IL SI VOTRE ÉTAT DE SANTÉ NE VOUS PERMET PAS UN RETOUR AU TRAVAIL ?

#### > Si besoin, votre arrêt sera renouvelé

Avec réévaluation médicale régulière dans le cadre de votre Affection Longue Durée (ALD) jusqu'à trois ans maximum.

#### > Invalidité en cas de non amélioration de votre état de santé

La mise en invalidité ne constitue pas une interdiction de travailler. Trois niveaux d'invalidité existent en rapport avec votre taux de réduction de capacité de travail.

- Vous devez être assuré social depuis au moins 12 mois et avoir cotisé ou travaillé un nombre d'heures suffisant.

- La décision de mise en invalidité est fonction de votre état général, de votre âge, de vos facultés physiques et mentales ainsi que de vos aptitudes et de vos possibilités de formation et de reclassement.

La catégorie d'invalidité repose sur une appréciation médicale, la décision est prise par le médecin conseil de l'Assurance Maladie et notifiée par la CPAM.

#### > Inaptitude médicale au poste

Le médecin du travail peut émettre un avis d'inaptitude lors de la reprise du travail.

Après la notification médicale d'inaptitude, l'employeur dispose d'un mois pour rechercher un autre emploi approprié à vos capacités. Il prend en compte les conclusions

écrites du médecin du travail et les indications qu'il formule sur la fiche émise lors de la reprise du travail.


Le médecin du travail et son équipe pluridisciplinaire pourront vous orienter vers les dispositifs de formation et de reconversions professionnelles pour vous aider à rester en emploi. Le Cap emploi peut également vous accompagner dans votre transition professionnelle.

#### > La demande de retraite pour inaptitude

L'assuré qui ne peut pas travailler sans nuire gravement à sa santé, et se trouve définitivement atteint d'une incapacité de travail médicalement constatée de 50 % par le médecin conseil de la CARSAT, est considéré inapte au travail dès l'âge légal de départ à la retraite même s'il n'a pas cotisé l'ensemble de ses trimestres.

N'hésitez pas à contacter votre organisme social de la CARSAT de retraite afin d'évaluer vos droits.

### ▶ POUR ALLER PLUS LOIN :

 <https://www.ameli.fr/lille-douai/medecin/exercice-liberal/prescription-prise-charge/regles-de-prescription-et-formalites/prescription-invalidite>

<https://www.ameli.fr/medecin/exercice-liberal/prescription-prise-charge/arret-de-travail/accompagner-la-reprise-du-travail>

<https://www.fnath.org/connaitre-la-fnath/ou-nous-trouver/>

<https://www.fnath.org/connaitre-la-fnath/notre-mission/>

<https://www.lassuranceretraite.fr/portail-info/hors-menu/annexe/salaries/le-handicap-et-linaptitude/retraite-inaptitude-travail.html>

<https://travail-emploi.gouv.fr/ministere/service-public-de-l-emploi/article/cap-emploi>

[https://www.legislation.cnnav.fr/Pages/expose.aspx?Nom=retraite\\_personnelle\\_inaptitude\\_travail\\_retraite\\_titre\\_inaptitude\\_travail\\_ex](https://www.legislation.cnnav.fr/Pages/expose.aspx?Nom=retraite_personnelle_inaptitude_travail_retraite_titre_inaptitude_travail_ex)

# COMMENT ACCEPTER SA NOUVELLE SITUATION DE SANTÉ ?



## ► COMME UN ÉCLAIR DANS LE CIEL BLEU

L'annonce du cancer intervient comme un éclair dans le ciel bleu. Accepter la maladie et les conséquences plus ou moins durables des traitements, c'est faire le deuil de la bonne santé. Chaque personne va réagir différemment face à la maladie, avec ses propres ressources, son histoire et son entourage.

Les différentes étapes du processus d'acceptation sont connues et ont été décrites comme : le choc, la colère, la dénégation voire le déni, le marchandage, la tristesse/dépression, l'acceptation. Le déroulement de ce processus n'est pas uniforme, il varie selon les personnalités et les situations.

Il faut voir ce processus comme un ensemble de points de repère et non comme un parcours obligé par lequel tout le monde passerait et qui serait obligatoirement linéaire. Par ailleurs, ce cheminement n'est pas définitif : en fonction de l'évolution de la maladie, des circonstances de la vie, une personne peut retourner à des étapes antérieures.

Chaque patient va avancer à son rythme pour prendre conscience de ce que la maladie et ses traitements génèrent comme conséquences sur sa vie, et son état de santé en général.

## ► CONNAÎTRE L'EXISTENCE DE CE CHEMINEMENT PERMET :

> **De déculpabiliser** : c'est normal de traverser des états émotionnels intenses, et parfois contradictoires. Passer de l'abattement à l'excitation, du désespoir à l'espoir. Nous sommes des êtres humains, confrontés à une difficulté majeure.

> **D'accepter d'avoir des besoins différents** en fonction de l'état, de l'étape dans laquelle on se trouve. L'aide des autres est parfois la bienvenue, parfois insupportable.

> **De considérer que le processus prend du temps**, et développer une attitude douce et bienveillante avec soi-même. Il est important de prendre le temps pour faire le point sur sa propre situation physique, psychologique, sociale.

## ► MAIS QUEL RAPPORT AVEC LE RETOUR AU TRAVAIL ?

Il existe une différence entre avoir ENVIE de reprendre le travail, et avoir la CAPACITÉ de le faire dans de bonnes conditions de santé.

Le retour au travail symbolise pour beaucoup le retour à la vie normale, celle d'avant la maladie. Cette envie de reprendre sa vie là où elle s'était arrêtée avant l'annonce du cancer est légitime, mais peut parfois mettre en danger.

Il faut être conscient que nous ne reprenons pas la vie là où nous l'avons laissée.

**La question appropriée semble être : est-ce le bon moment pour moi de reprendre une activité professionnelle ?**

Reprendre le travail trop tôt, c'est présumer de ses forces et risquer un épuisement à court ou moyen terme.

Reprendre le travail trop tard est tout aussi pénalisant : l'intégration sociale et la mise en activité adaptée sont des facteurs de récupération de santé importants.

Il n'y a pas de réponse unique à cette question. Plusieurs acteurs peuvent vous aider à trouver la réponse qui est la plus adaptée à votre situation :

> **Votre médecin traitant**, qui suit votre parcours depuis le départ, en lien avec **votre oncologue**.

> **Votre médecin du travail**, qui donnera le feu vert de la reprise, mais aussi vous aidera à préparer votre retour au travail en prévoyant des adaptations de poste si besoin : temps partiel thérapeutique, adaptation des horaires, conditions de travail, contenu du travail.

> **Votre psychologue**, si vous avez pu en bénéficier.

> **Un assistant du service social, voire un coach professionnel formé** à l'accompagnement des personnes touchées par la maladie, qui pourra vous aider à faire le point sur votre situation professionnelle et vos projets.

> **Votre employeur** : échanger peut permettre d'anticiper certaines difficultés, de lever des craintes, d'adapter le contenu ou le rythme de travail.

La question de votre projet professionnel est un enjeu majeur pour vous et pour nous. Vous pouvez en parler lors de vos échanges avec votre entourage de soin.

# TRAVAILLEURS NON SALARIÉS ET CANCER



## ▶ TRAVAILLEURS INDÉPENDANTS, LIBÉRAUX OU EXPLOITANTS AGRICOLES

Être à son compte n'interdit pas l'arrêt maladie, en théorie. Le système social des indépendants est complexe et peut décourager, et certains peuvent renoncer à faire valoir leur droit. Le travail non salarié regroupe plusieurs régimes fiscaux et sociaux.

Chaque cas peut, ou non, ouvrir des droits à des indemnités journalières, selon la durée de cotisation avant la maladie.

Depuis 2018, la Sécurité sociale des indépendants remplace le Régime social des indépendants (RSI) et l'Union de Recouvrement des cotisations de Sécurité Sociale et d'Allocations Familiales (Urssaf).

Avoir un seul interlocuteur simplifie les démarches, mais les indemnités journalières en cas d'arrêt maladie n'ont pas changé, ni le décalage de deux ans entre revenus et prélèvements.

L'arrêt signifie perte de clientèle et donc une perte de revenus. La protection sociale des indépendants est souvent faible. Ils doivent s'auto-assurer en souscrivant des contrats de prévoyance à hauteur de leur capacité financière, et le niveau de cotisations détermine le montant des indemnités versées en cas de maladie. Le coût peut s'avérer trop important pour ces entreprises.

La réorientation vers un statut de salarié est parfois envisagée dans l'urgence.

Il est prévu prochainement, dans le futur « plan indépendants 2022 », une baisse des cotisations des assurances volontaires de 30 %, une modulation en temps réel des cotisations sociales...

## ▶ POUR LA PROTECTION SOCIALE DES ARTISTES

Depuis le 01/01/2019, les CPAM recouvrent la gestion des cotisations (comme les indépendants) ainsi que la suppression de la distinction entre affiliés et assujettis.

Les artistes auteurs, dont les revenus ne leur permettent pas de cotiser pour un montant permettant de valider quatre trimestres, pourront s'ouvrir les droits aux prestations en espèces (indemnités journalières, congés maternité et paternité) en cotisant sur un forfait. Cette possibilité est particulièrement importante pour tous ceux dont les revenus tirés de leur activité sont à la fois modestes et variables.

Le régime des artistes auteurs reste géré par l'Agessa et la Maison des Artistes (MdA) qui voient leurs missions spécifiques renforcées (l'affiliation, l'action sociale, l'accompagnement, l'accès aux droits sociaux...).

Pour tout changement de situation complexe, contactez le service social de la CPAM. Le site de la CAF peut également redéfinir vos droits aux allocations.

## ▶ DEMANDEUR D'EMPLOI

Inscrit à Pôle emploi, bénéficiaire du RSA, la CPAM reste votre interlocuteur principal en cas d'arrêt maladie. (assistante sociale, médecin conseil, service invalidité...).

Il vous appartient de déclarer au Pôle emploi votre incapacité à poursuivre votre recherche d'emploi et de vous adresser à votre régime d'Assurance Maladie qui étudiera vos droits aux indemnités journalières, basées sur un mode de calcul différent de vos allocations chômage.

En effet, lors de votre arrêt maladie, le versement de vos allocations chômage cesse. Dans ce cas, vous percevez des indemnités journalières versées par l'Assurance Maladie, selon les règles appliquées par l'Assurance Maladie.

Pour tout changement de situation complexe, contactez le service social de la CPAM. Le site de la CAF peut également redéfinir vos droits aux allocations.

## ▶ POUR ALLER PLUS LOIN :

 <https://www.caf.fr/allocataires/aides-et-demarches/ma-situation/vie-professionnelle/je-suis-en-maladie-de-longue-duree-en-accident-du-travail-ou-en-invalidite>

<https://www.mes-allocs.fr/guides/aides-sociales/aide-financiere-en-cas-de-cancer/>

<https://www.e-cancer.fr/>

<https://www.ligue-cancer.net/>

<https://www.ameli.fr/lille-douai/assure/droits-demarches/salaries-travailleurs-independants-et-personnes-sans-emploi/emploi-independant-non-salarie>

<https://www.lassuranceretraite.fr/portail-info/home.html>

<https://www.msa.fr/lfp/sante/ij-amexa>

<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Revenus-pendant-un-arret-de-travail/Exploitants-agricoles>

<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Revenus-pendant-un-arret-de-travail/Artisans-commerçants-et-professionnels-liberaux-non-reglementes>

<https://www.portail-autoentrepreneur.fr/academie/statut-auto-entrepreneur/couverture-arret-maladie>

<https://www.ameli.fr/lille-douai/assure/droits-demarches/maladie-accident-hospitalisation/assurance-volontaire-individuelle/mp/assurance-volontaire-individuelle-mp>

<https://www.culture.gouv.fr/Thematiques/Arts-plastiques/Actualites-du-reseau/Reforme-du-regime-de-protection-sociale-des-artistes-auteurs>

# LES RESSOURCES/SITES UTILES POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS DÉMARCHES



Cette fiche a pour but de vous donner une vision de qui fait quoi lors du processus du soin.

## ► RESSOURCES GÉNÉRALES :

### > L'INCa :

<https://www.e-cancer.fr/Institut-national-du-cancer/Cancer-et-emploi>

« L'Institut national du cancer (INCa) est l'agence d'expertise sanitaire et scientifique en cancérologie de l'État chargée de coordonner les actions de lutte contre le cancer. Créée par la loi de santé publique du 9 août 2004, elle est placée sous la tutelle conjointe du ministère des Solidarités et de la Santé d'une part, et du ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation d'autre part. »

### > L'ANACT/ARACT :

<https://www.anact.fr/travailler-avec-un-cancer>

« Un réseau exerçant une mission de service public au profit de l'amélioration des conditions de travail dans les TPE-PME. Le réseau Anact-Aract se compose de l'Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail (Anact), établissement public administratif sous tutelle du ministère du Travail et d'un réseau de 16 associations régionales pour l'amélioration des conditions de travail (Aract). »

### > Ligue nationale contre le cancer :

<https://emploicancer.ligue-cancer.net>

« Créée en 1918, la Ligue contre le cancer est une association loi 1901 reconnue d'utilité publique reposant sur la générosité du public et sur l'engagement de ses bénévoles et salariés formés grâce à une école de formation agréée pour répondre aux besoins des personnes concernées par le cancer. Notre fédération, composée de 103 Comités départementaux présents sur tout le territoire national, est apolitique et indépendante financièrement. »

### > La CARSAT : [www.carsat.fr](http://www.carsat.fr)

« Structure de droit privé exerçant une mission de service public, elle intervient auprès des salariés, des retraités et des entreprises de la région, au titre de la retraite, de l'action sociale et de la gestion des risques professionnels. Elle assure ses missions sous l'égide de deux caisses de tutelle :

- La Caisse nationale d'Assurance Vieillesse (l'Assurance retraite),
- La Caisse nationale de l'Assurance Maladie (l'Assurance Maladie). »

### > La CPAM (Ameli, Assurance Maladie) : <https://www.ameli.fr/>

Organisme de droit privé assurant une mission de service public. Elle a pour mission de « protéger durablement la santé de chacun – dans sa vie personnelle ou professionnelle – en agissant auprès de tous. C'est sa raison d'être. Concrètement, elle accompagne 60 millions d'assurés tout au long de leur vie, en prenant en charge leurs soins quels que soient leurs ressources, leur situation ou leur état de santé. »

### > La MSA Mutualité Sociale Agricole <https://www.msa.fr>

« La MSA (Mutualité sociale agricole) assure la couverture sociale de l'ensemble de la population agricole et des ayants droit : exploitants, salariés (d'exploitations, d'entreprises, de coopératives et d'organismes professionnels agricoles), employeurs de main-d'œuvre. Avec 27,4 milliards de prestations versées à 5,4 millions de bénéficiaires, c'est le deuxième régime de protection sociale en France. »

### > Les services de prévention et de santé du travail : <https://www.inrs.fr/demarche/services-sante-travail/organisation.html>

Les services de santé au travail ont pour mission de conseiller les employeurs, les travailleurs et leurs

représentants afin d'éviter toute altération de la santé des travailleurs du fait de leur travail. Dans les services interentreprises, cette mission est assurée par une équipe pluridisciplinaire.

## ► VOLET MÉDICAL

- > Le médecin traitant / le médecin du travail / le médecin conseil
- > L'oncologue et son équipe pluridisciplinaire

> Les soins de support vous seront conseillés, n'hésitez pas à en bénéficier (ateliers socio-esthétiques, services sociaux, activités physiques adaptées...).

<https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Soins-de-support>

## ► VOLET SOCIAL ET FINANCIER :

- > Service de médiation familiale (lors de difficultés conjugales et familiales) : <https://www.caf.fr/allocataires/caf-du-nord/offre-de-service/thematique-libre/la-mediation-familiale>
- > Les services d'assistance des mutuelles (beaucoup adhèrent maintenant à des services d'assistance personnalisés – RMA...).
- > Les Espaces Ressources Cancers (ERC) : <https://erc-hauts-de-france.ars.sante.fr>

### > Associations pour l'accompagnement financier :

Elles accompagnent les personnes ayant des difficultés financières, vous soutiennent dans votre nouveau budget, aide à la constitution d'un dossier de surendettement, demande de micro-crédit...

[https://www.ligue-cancer.net/article/27999\\_les-aides-financieres-et-autres-aides-materielles](https://www.ligue-cancer.net/article/27999_les-aides-financieres-et-autres-aides-materielles)

- > Les CESF (Conseillères en Économie Sociale et Familiale) au sein du Conseil départemental ou en association d'aide à domicile.

- > Assurances crédits – la convention Aeras : <https://www.aeras-infos.fr/sites/aeras/accueil/aeras-en-pratique.html>

- > Ministère du travail : [https://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/carto-parcours\\_de\\_maintien\\_en\\_emploi-3.pdf](https://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/carto-parcours_de_maintien_en_emploi-3.pdf)

**Vous cherchez une situation particulière ? Ce site peut vous être utile :**

<https://droit-demarche-cancer.fr>

### Démarches sociales :

<https://www.e-cancer.fr/Expertises-et-publications/Catalogue-des-publications/Demarches-sociales-et-cancer>

**Le réseau de l'Unaf, premier réseau de soutien aux familles en difficulté financière (associations familiales) :**

<https://www.unaf.fr/ressources/prevention-surendettement-226-points-conseil-budget-reseau-des-udaf-premier-reseau-de-soutien-aux-familles-en-difficulte-financiere/>

### Exemple l'UDAF du nord :

<https://solidarites.lille.fr/acteur/134/3-union-departementale-des-associations-familiales-udaf-du-nord.htm>



# L'IMPACT DE VOTRE MALADIE DU CÔTÉ DE L'EMPLOYEUR

En cas d'arrêt maladie, l'employeur a des obligations légales relatives à la gestion de la situation administrative et financière lors de l'absence du salarié. Outre ces obligations légales, rien ne l'oblige à maintenir un lien avec son salarié absent.

## ► POURQUOI MAINTENIR LE LIEN AVEC LE SALARIÉ ABSENT ?

En maintenant le lien, l'entreprise :

- Continue à vous considérer comme un membre de l'équipe.
- Vous informe de son évolution dans l'optique de faciliter votre retour.

- Facilite le retour au travail avec vous.

Plus vous vous sentirez proche de votre entreprise, plus le retour au travail peut être envisagé dans de bonnes conditions. Cela permet aussi à l'entreprise de vous réintégrer plus vite.

## ► COMMENT MAINTENIR LE LIEN AVEC LE SALARIÉ ABSENT ?

Pour l'entreprise comme pour vous, le dialogue est primordial.

Indépendamment des relations humaines spontanées et naturelles, l'entreprise peut en accord avec vous, mettre en place des actions, comme par exemple :

- > Établir les modalités d'un suivi en cas d'absence de longue durée : Selon quelles modalités ? À quel(s) moment(s) de l'absence ? Rôle du manager direct ? Comment préparer le retour au mieux ? Rôle de la pré-visite de reprise avec le médecin du travail, etc. ;
- > Envoyer systématiquement à domicile des newsletters, e-mails internes d'information générale destinés à tous les salariés ;
- > Planifier dans votre agenda des alertes pour penser à se donner des nouvelles à intervalles réguliers ;

> Programmer des prises de contact régulières avec l'assistant du service social, qui reste cependant tenu au secret professionnel, même s'il intervient pour vous.

De plus, l'entreprise doit proposer au salarié un rendez-vous de liaison pour tout arrêt de travail de plus de 30 jours. Ce rendez-vous de liaison associe le service de prévention et de santé au travail (décret du 16 mars 2022 et article L.1226-1-3 du code du travail) : ce rendez-vous a pour but d'informer le salarié qu'il peut bénéficier d'actions de prévention de la désinsertion professionnelle. Durant ce temps, il vous sera informé de l'existence de la visite de pré-reprise. Ce n'est pas un rendez-vous obligatoire, vous pouvez refuser de vous y rendre.

Voici ci-dessous les démarches administratives auprès de l'Assurance Maladie que l'entreprise doit faire lors d'un arrêt de travail.

## ► EXTRAIT DU SITE DE L'ASSURANCE MALADIE :

Obligations de l'employeur au début de l'arrêt de travail : l'attestation de salaire

<https://www.ameli.fr/roubaix-tourcoing/entreprise/vos-salaries/arret-de-travail/formalites-employeur>

Vous pouvez trouver des informations sur les démarches sur le site Ameli :

- > L'essentiel
- > Au début de l'arrêt du travail
- > En cas de prolongation de l'arrêt du travail au-delà de 6 mois
- > Reprise du travail

## ► L'ESSENTIEL - AU DÉBUT DE L'ARRÊT DU TRAVAIL

Dès réception du volet 3 de l'avis d'arrêt de travail délivré par le médecin, l'entreprise doit établir l'attestation de salaire. Elle permet de déclencher le versement des

indemnités journalières. Plus vite l'attestation de salaire sera transmise, plus vite le salarié pourra percevoir ses indemnités journalières.

### Arrêt maladie : quelles démarches pour l'employeur ?

#### Dès le début de l'arrêt maladie



Vous devez établir l'attestation de salaire de votre salariée.



Cette démarche est à effectuer le plus tôt possible pour ne pas retarder le versement de ses indemnités journalières.

#### COMMENT TRANSMETTRE L'ATTESTATION DE SALAIRE ?



Via [net-entreprises.fr](https://net-entreprises.fr)



Via votre logiciel de paie certifié

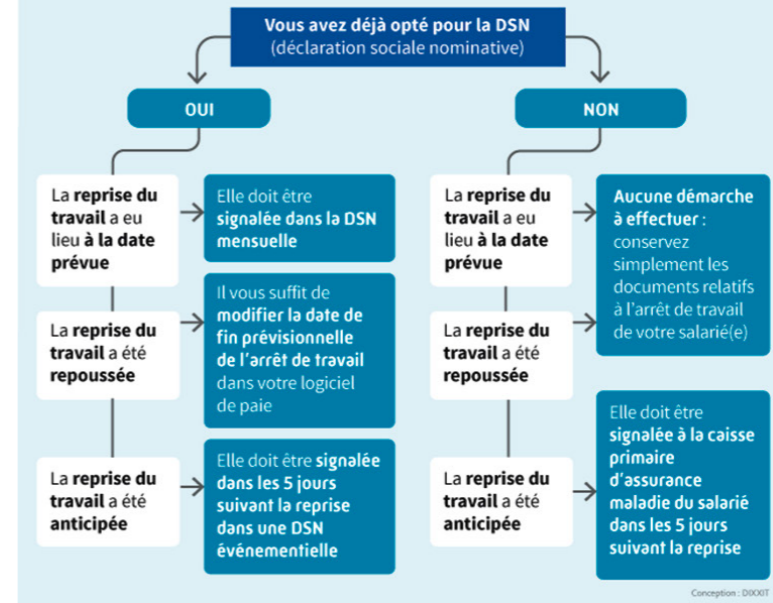


Par courrier en envoyant le formulaire « Attestation de salaire pour le paiement des indemnités journalières » à la caisse primaire d'assurance maladie de votre salarié(e)

#### Au moment de la reprise du travail



QUELS SIGNALEMENTS FAIRE À LA DATE DE REPRISE DU (DE LA) SALARIÉ(E) ?



## ► QUAND L'ARRÊT DE TRAVAIL SE PROLONGE SANS INTERRUPTION AU-DELÀ DE 6 MOIS

Deux cas de figures se présentent :

- > L'entreprise adhère à la Déclaration Sociale Nominative (DSN) : il vous suffit de modifier la date de fin prévisionnelle de l'arrêt de travail dans votre logiciel de paie ;
- > L'entreprise n'adhère pas encore à la DSN : vous devez établir une nouvelle attestation de salaire.

Déclaration Sociale Nominative (DSN) : « Tous les employeurs du secteur privé qui paient des salariés doivent remplir une DSN. C'est une déclaration en ligne produite tous les mois à partir de la fiche de paie.

Vous y inscrivez les informations concernant chacun de vos salariés. Elle sert à payer vos cotisations sociales et à transmettre les données sur vos salariés aux organismes sociaux (Pôle emploi, CPAM, Urssaf, etc.). Vous devez avoir un logiciel de paie compatible en DSN. » (Définition de la République française).

L'entreprise a ses propres enjeux lorsqu'un salarié se retrouve absent pendant une certaine durée. Elle a des enjeux administratifs et d'organisation. Il est d'autant plus difficile pour une entreprise de s'adapter quand le nombre de salariés est petit.

## ► RESPONSABILITÉ SOCIALE ENTREPRISE/ENVIRONNEMENTALE (RSE) :

Les entreprises sont de plus en plus sensibles aux logiques sociales, environnementales et économiques en développant la RSE au sein de leur organisation.

Il se peut que votre structure pratique une politique de RSE autour de la santé, ce qui peut vous octroyer des avantages.



## CONCLUSION

### ➤ VOUS N'ÊTES PAS SEUL !

Dès l'annonce de votre cancer et tout au long de votre parcours, il vous sera proposé un accompagnement médico-social individualisé et personnalisé. Vous allez être suivi par plusieurs soignants et par une équipe de

soins de support dans l'institution où vous êtes soigné et sur votre lieu de vie. Des associations existent pour vous accompagner dans votre quotidien.

### ➤ LA COMMUNICATION EST IMPORTANTE !

Vous restez décisionnaire dans votre choix en l'annonçant ou pas à votre employeur et vos collègues. Lorsque vous vous sentirez prêt, vous pourrez alors en discuter avec eux. Il n'y a pas une manière pour l'annoncer, chacun a son propre ressenti et il est important que vous vous sentiez soutenu.

Cette communication est un enjeu important car elle vous permettra d'anticiper votre retour au travail si vous le souhaitez.

### ➤ VOUS ÊTES LIBRE DE DÉCIDER !

Tout comme la manière d'annoncer votre maladie à votre entourage, c'est à vous de décider avec les professionnels de santé ce qui semble être le plus adapté en fonction

de votre situation. L'objectif est que vous soyez acteur de votre décision. Elle peut être modulable dans le temps pendant tout votre parcours.

## NOUS ESPÉRONS QUE CE LIVRET VOUS SERA UTILE POUR VOTRE PARCOURS ET VOUS AIDERA À CONSTRUIRE VOTRE NOUVELLE VIE.

*Votre avis concernant ce livret nous est précieux et nous permettra de le faire évoluer. Nous vous remercions de prendre quelques minutes, au moment qui vous semble le plus opportun, maintenant ou d'ici quelques mois, pour remplir le questionnaire d'évaluation en cliquant sur ce lien :*

concernant le livret patient pour le centre Oscar Lambret  
<https://fr.surveymonkey.com/r/QHGM2CN>

concernant le livret patient pour les autres établissements  
<https://fr.surveymonkey.com/r/KZJMF67>

## I GLOSSAIRE

**Affection de longue durée :** « Le dispositif des affections de longue durée (ALD) a été mis en place dès la création de la sécurité sociale afin de permettre la prise en charge des patients ayant une maladie chronique comportant un traitement prolongé et une thérapeutique particulièrement coûteuse. » (Définition de l'INSEE)

**Dispositif d'Annonce (DA) :** « Le dispositif d'annonce est une mesure du Plan cancer (2003-2007), mise en place à la demande des patients lors des États généraux des malades atteints de cancer organisés par la Ligue nationale contre le cancer. Le patient doit bénéficier d'une prise en charge de qualité au moment de l'annonce de sa maladie. »

**Réunion de Concertation Pluridisciplinaire (RCP) :** « Réunion régulière entre professionnels de santé, au cours de laquelle se discutent la situation d'un patient, les traitements possibles en fonction des dernières études scientifiques, l'analyse des bénéfices et les risques encourus, ainsi que l'évaluation de la qualité de vie qui va en résulter. Les réunions de concertation pluridisciplinaires rassemblent au minimum trois spécialistes différents. Le médecin informe ensuite le patient et lui remet son programme personnalisé de soins (PPS). Plusieurs médecins se réunissent et élaborent une stratégie thérapeutique qui correspond à votre situation. » (Définition de l'Institut national du cancer).

**Effets secondaires :** Conséquences souvent prévisibles d'un traitement survenant en plus de son effet principal. Certains effets secondaires peuvent être gênants, d'autres non. Les effets secondaires n'apparaissent pas de façon systématique, mais dépendent des traitements reçus, de leur association avec d'autres, des doses administrées, du type de cancer et de la façon dont la personne malade réagit. Le patient doit être informé de l'apparition possible d'effets secondaires.

**Qualité de vie :** « C'est la perception qu'a un individu de sa place dans l'existence, dans le contexte de la culture et du système de valeurs dans lesquels il vit, en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes. » (Définition de l'Organisation mondiale de la santé).

**Médecin conseil :** Médecin attaché à un organisme public ou privé (CPAM, assurances...) chargé de donner un avis médical motivé sur les situations qui lui sont soumises (arrêt de travail, retour au travail...).

**Visite de pré-reprise :** « La visite de pré-reprise est un examen médical effectué par le médecin du travail pendant l'arrêt de travail du salarié. Elle vise à aider le salarié à reprendre son emploi ou un emploi compatible avec sa situation. » (Définition d'Ameli).

**Visite de reprise :** C'est une obligation légale de la part de votre employeur de demander une visite de reprise réalisée par le médecin du travail suite à un arrêt maladie de 60 jours.

**L'essai encadré :** « Avec l'essai encadré, favorisez le retour à l'emploi du salarié en arrêt de travail en testant sa capacité à reprendre son poste ou à en occuper un nouveau s'il ne peut plus exercer son emploi actuel pour des raisons de santé. » (Définition d'Ameli.)

**Temps Partiel Thérapeutique (TPT) :** « est prescrit par le médecin traitant lorsqu'il estime que son patient ne peut pas reprendre son travail à charge pleine, mais qu'il juge que la reprise d'une activité peut contribuer à son rétablissement. » (Définition du ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Insertion).

**La Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH) :** « La RQTH est une décision administrative qui accorde aux personnes en situation de handicap une qualité leur permettant de bénéficier d'aides spécifiques. Une procédure de reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé est engagée à l'occasion de l'instruction de toute demande d'attribution ou de renouvellement de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH). » (Définition du ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Insertion). *Nota : certaines entreprises ont une politique active en matière de recrutement de collaborateurs disposant d'une RQTH.*

**La RQTH se définit comme tel d'après la loi 2005 :** « Constitue un handicap, au sens de la présente loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant. »

# CONTRIBUTEURS :

## ► L'ÉQUIPE DU CENTRE OSCAR LAMBRET (COL) : COORDINATION ET ÉCRITURE


**Pr Éric  
LARTIGAU**

Directeur  
Général du COL



**Laurence  
VANLEMMENS**

Oncologue médicale,  
coordinatrice



**Maxime  
FLINOIS**

Chargé  
administratif



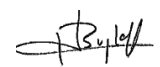
**Sophie  
REYNOLDS**

Consultante  
sociale



**Helen  
BURZLAFF**

Coach  
professionnelle



## ► LES PATIENTS : RELECTURE

Nous remercions Nathalie DELABROY, Laurène DELCOURT, Patricia DEREUDER, Caroline FAGOT KIK, Valérie GAMBERT, Marie-Christine GHESQUIERE, Yasmine GUEMRA, Émilie LAHOUSSE, Gilberte LARIVIERE, Marie-Rose LEMAIRE, Barbare LUGEZ, Anne MENDES, Christelle MEURILLON, Muriel MOIREAU, Sandrine MORIZET, Laetitia OGEZ, Jennifer PRALAT, Pascale QUOY, Aurore RIDET, Sylvie WANDELST-LEJEUNE.

Alain, Anne-Sophie, Caroline, Corinne, Gaëlle, Gwendoline, Hélène, Jennifer, Marianne, Michaëlle, Mylène, Sandrine, Véronique, Virginie, Sophie, Susan, Yves.

Et tous les autres patients pour leur aide précieuse.

## ► LES PARTENAIRES : RELECTURE

Association de Gestion du Fonds pour l'Insertion Professionnelle des Personnes Handicapées (AGEFIPH)/ Agence nationale pour l'amélioration des conditions de travail - associations régionales pour l'amélioration des conditions de travail (ANACT-ARACT), Antoine Koubemba pour l'ANACT / Alexandra THIERRY de l'Agence Régionale de Santé (ARS) / Cancéropôle Nord-Ouest / Dr Chloé CARPENTIER et Dr Nicolas LEFEBVRE, médecins généralistes / Philippe MARTIN du Comité Nord de la Ligue nationale contre le cancer / Dr Jean-Marc VANDENDRIESSCHE et Hélène BEHAGUE du service médical de l'Assurance Maladie / Mireille SURQUIN de l'Institut de Santé au Travail du Nord de la France (ISTNF) / Véronique BUEWAERT et Véronique MONSTERLEET de Pôle Santé Travail Métropole Nord / Sylvie LECARDEZ de la Caisse d'Assurance Retraite et Santé au Travail du Hauts-de-France (CARSAT), Arnaud SCHWARSHAUPT, DRH CIC Nord-Ouest.

**NOUS VOUS REMERCIONS D'AVOIR ÉTÉ NOS AMBASSADEURS/PARTENAIRES  
DANS L'ÉCRITURE DE CE LIVRET !**

**Centre Oscar Lambret**

3 rue Frédéric Combemale  
59000 Lille

☎ 03 20 29 59 59

⊕ [centreoscarlambret.fr](http://centreoscarlambret.fr)

**Centre  
Oscar Lambret**  
unicancer HAUTS-DE-FRANCE

**Interreg**   
**2 Seas Mers Zeeën**  
**I-KNOW-HOW**  
European Regional Development Fund