

Aménager son temps de travail

La polyarthrite rhumatoïde a des conséquences sur de nombreux éléments de la vie quotidienne et notamment sur la vie professionnelle. Elle induit, par exemple, une fatigue importante qui peut rendre difficile la poursuite de votre activité professionnelle. En fonction des conséquences de votre maladie, cela peut être bénéfique de modifier votre temps de travail.

Le rôle du médecin du travail

Le médecin du travail est un acteur précieux qui va vous aider pour votre maintien dans l'emploi. Par sa connaissance de votre poste, il pourra faire des préconisations concernant votre temps de travail, que cela concerne l'allègement du nombre d'heures ou la modification de vos horaires. Il pourra proposer, par exemple, que vous commenciez à travailler plus tard le matin, ou un passage d'un emploi de nuit à un emploi de jour.

Modifiez votre temps de travail

Il existe plusieurs possibilités qui peuvent vous permettre de diminuer votre temps de travail dans le but de l'adapter à votre maladie.

Vous pouvez bénéficier d'un temps partiel avec l'accord de votre employeur. Dans la fonction publique, il existe un temps partiel de droit, que l'on peut obtenir dès qu'on est reconnu comme travailleur handicapé.

S'il y a une réduction du temps de travail, cela entraînera une baisse de salaire. Il existe des dispositifs pouvant permettre de compenser la perte de revenus générés par la diminution du temps de travail.

Le temps partiel thérapeutique

Le temps partiel thérapeutique a pour but à la fois de vous permettre de reprendre votre emploi suite à un arrêt maladie avec un temps de travail réduit (souvent un mi-temps), mais de le faire de manière progressive. Ce dispositif existe dans le secteur privé ainsi que dans la fonction publique, mais sa mise en place est différente.

Dans le secteur privé, les conditions d'accès à un temps partiel thérapeutique ont changé. En effet, il n'est plus nécessaire que vous ayez été auparavant en arrêt maladie à temps plein.

Pour en bénéficier, vous devez demander à votre médecin de vous prescrire un arrêt de travail pour une reprise ou un passage en temps partiel thérapeutique et il faut l'accord du médecin conseil de la sécurité sociale.

Une fois cet arrêt établi, vous devrez le déclarer à votre employeur. Néanmoins, il est préférable de commencer par solliciter votre employeur pour savoir si un temps partiel thérapeutique est envisageable. Votre employeur peut refuser ce temps partiel thérapeutique, mais uniquement si cela trouble l'organisation de l'entreprise. En cas de refus, vous pouvez vous mettre en arrêt maladie temps plein.

Si un temps partiel thérapeutique vous est accordé, il le sera pour une durée maximale d'un an. Vous serez alors payé à la fois par votre employeur, pour le temps de travail effectué, et par la Sécurité Sociale, qui vous versera des indemnités journalières pour le temps non travaillé. A l'issue de cette période d'un an, vous pourrez être convoqué par le médecin conseil de la Sécurité Sociale. Soit il n'y aura plus de raison à ce temps partiel thérapeutique et, dans ce cas, le médecin vous demandera alors de reprendre le travail à temps plein. Soit, à l'inverse, il jugera que vous n'êtes pas en mesure de reprendre votre emploi à temps plein et une mise en invalidité pourra alors être décidée.

Dans la fonction publique, le fonctionnement est différent. En effet, vous pouvez demander un temps partiel thérapeutique après 6 mois consécutifs de congé de longue maladie auprès de votre administration. Celle-ci saisira alors le comité médical. Le temps partiel thérapeutique ne pourra représenter moins de 50 % d'un temps plein et pourra durer un an au maximum. Il devra être renouvelé tous les trois mois. Vous ne pourrez bénéficier que d'un an de temps partiel thérapeutique pour une même pathologie dans votre carrière.

Le congé de longue maladie fractionné

Il existe un congé de longue maladie fractionné dans la fonction publique. Cela vous permet de disposer d'un congé que vous n'effectuez pas en un seul bloc. Vous pouvez ainsi alterner les périodes de travail et de congé. Vous pouvez, par exemple, obtenir d'être en congé un jour par semaine pour pouvoir effectuer des soins.

La mise en invalidité

En cas de perte de capacité de travail, vous pouvez bénéficier, sous conditions, d'une pension d'invalidité. Il faut que votre capacité de travail soit réduite d'au moins 2/3, que vous soyez âgé de moins de 60 ans et que vous aillez travaillé un minimum d'heures au cours des 12 mois précédant la demande.

L'invalidité 1^{ère} catégorie permet de poursuivre une activité professionnelle mais à temps partiel. Le salarié sera alors rémunéré par son employeur pour les heures de travail effectuées et percevra une pension d'invalidité versée par l'assurance maladie. Le montant de cette pension d'invalidité 1^{ère} catégorie correspond à 30% du salaire annuel moyen des dix meilleures années dans la limite d'un plafond.

Il existe deux autres catégories d'invalidité, qui concernent des personnes inaptes au travail.

Facilitez et limitez vos déplacements

Il est important, pour pouvoir vous maintenir durablement dans votre activité professionnelle, de limiter votre fatigue en simplifiant vos déplacements.

Pour cela, vous pouvez obtenir des aides *auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) concernant vos déplacements* :

- Dans le cadre de la **Prestation de Compensation du Handicap (PCH)**, il est possible d'obtenir des financements pour aménager votre véhicule et ainsi pouvoir continuer à vous rendre sur votre lieu de travail. Par exemple, vous pouvez obtenir des fonds pour équiper votre véhicule d'une boîte de vitesses automatique.
- Vous pouvez aussi obtenir une carte qui a pour but de faciliter vos déplacements en obtenant une priorité d'accès aux places assises dans les transports en commun et dans les files d'attente. Il en existe deux :
 - **La carte de priorité** pour personne handicapée sera accordée aux personnes ayant un taux d'incapacité inférieur à 80%.
 - **La carte d'invalidité** sera accordée aux personnes ayant un taux d'incapacité supérieur à 80%.

La carte européenne de stationnement peut aussi vous être accordée sous certaines conditions Elle vous permettra de stationner gratuitement et sans limitation de durée, sur les places de stationnement réservées aux titulaires de la carte mais aussi sur les places non réservées au stationnement des personnes handicapées.

Pour ce qui est de la réduction des déplacements, le télétravail peut constituer un aménagement intéressant pour les polyarthritiques. Il permet au salarié de travailler hors des locaux de l'entreprise, en utilisant les technologies de l'information et de la communication comme Internet et le téléphone. Ainsi, les déplacements entre le domicile et le lieu de travail sont limités. Néanmoins, le télétravail reste peu développé en France à ce jour.

Le rôle de l'assistant de service social

L'assistant de service social du personnel peut être l'une des personnes ressources pour vous accompagner. Il peut en effet étudier avec vous les dispositifs permettant de limiter votre temps de travail et ceux ayant pour but de compenser la perte de revenus résultant de la baisse du temps de travail. Vous pouvez le rencontrer au sein du service social du personnel, si votre entreprise emploie de nombreux salariés. Si vous travaillez dans une petite structure, vous pouvez avoir accès à une assistante sociale au sein d'un service extérieur, que l'on nomme service social interentreprises. Ce service est souvent lié au service de médecine du travail.

Coordonnées utiles



Le service Entr'Aide de l'Association Française des Polyarthritiques et des rhumatismes inflammatoires chroniques : Tél. : 01 400 30 200

Droit du travail :

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

Tél. : 0 821 347 347 - Courriel : www.travail-emploi.gouv.fr

Fonction publique - Tél. : 39 39 (Allo service public) - Courriel : www.fonction-publique.gouv.fr

Santé au travail : www.atousante.com

Télétravail : www.teletravail.fr et www.teletravailler.com

Maison départementale des personnes handicapées : www.mdpsh.fr

Réalisé avec le soutien institutionnel de :

