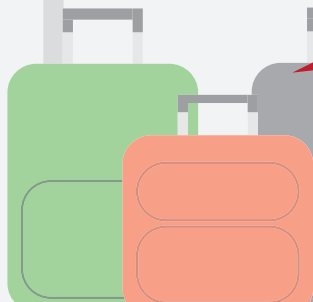


# AVOIR MAL AU TRAVAIL, CE N'EST PAS NORMAL !

Je m'appelle Amir.  
Je suis BAGAGISTE  
à l'aéroport. Je souffre de  
fortes douleurs...



## Mal de dos ?

## Articulations douloureuses ?

## Fatigue nerveuse ?

## Vous avez un problème de santé ? Pas de panique... Des solutions existent !

**Le maintien en emploi**, c'est :

- permettre à un salarié de conserver un emploi malgré un problème de santé ;
- accompagner tous les salariés et intérimaires, en activité ou en arrêt de travail.

N'attendez pas ! Contactez votre **médecin du travail**  
pour parler de votre **maintien en emploi**.



### Pour protéger votre santé, appliquez les bons gestes !

- **Veillez à une bonne hygiène de vie** : alimentation équilibrée, sommeil réparateur, activité physique...
- **Avant le travail** : échauffez-vous en réalisant des exercices.
- **Pendant le travail** : adoptez les bonnes postures, respectez les règles de sécurité, utilisez vos équipements de protection individuelle (EPI). Votre employeur veille à la mise en place des mesures de prévention.
- **Après le travail** : étirez-vous, détendez-vous !

**Soyez acteur de votre maintien en emploi !  
Agissez avec votre service de santé au travail.**

# ACTIVEZ VOTRE PARCOURS DE MAINTIEN EN EMPLOI EN 3 ÉTAPES !



## Rencontrez votre médecin du travail et son équipe

Le médecin du travail vous reçoit lors d'une **visite de pré-reprise\*** ou en **visite de reprise\*\*** pour vérifier la compatibilité entre votre état de santé et votre poste de travail.

Si la reprise au poste de travail s'avère compliquée du fait de votre état de santé, le médecin du travail peut se rapprocher de votre médecin traitant et vous orienter vers différents acteurs.

\* Pendant votre arrêt maladie et à votre initiative.

\*\* À la fin de votre arrêt de travail et à l'initiative de votre employeur.



## Bénéficiez d'un accompagnement individuel

Votre médecin du travail vous conseille et vous oriente vers des professionnels spécialisés pour réfléchir, avec votre employeur, à la solution la plus sécurisante et la plus adaptée à votre situation. Votre médecin et vous établirez un plan d'actions.

Les professionnels spécialisés du maintien en emploi sont divers. Certains travaillent dans les services de santé au travail (médecin du travail, psychologue, ergonome...), d'autres pour des organismes tels que l'Assurance maladie, la MDPH, Cap Emploi... Sans oublier votre médecin traitant. Tous ces acteurs travaillent ensemble pour vous accompagner et vous conseiller !



## Redevenez acteur de votre avenir professionnel

Les professionnels du maintien en emploi que vous rencontrez vous accompagnent pour mettre en œuvre ce plan d'actions. Vous construisez ensemble votre futur quotidien professionnel qui sera adapté à votre état de santé.

Exemples : aménagement de poste, reclassement interne sur un autre poste, formation, reconversion professionnelle, solutions sociales, etc.

### Bon à savoir pour votre maintien en emploi

- Votre médecin du travail est tenu au **secret médical**.
- Vous pouvez **prendre rendez-vous librement** avec le médecin du travail, y compris pendant votre arrêt maladie. Le plus tôt, c'est le mieux !
- Votre employeur sera informé de votre démarche **uniquement avec votre accord**, notamment si l'une des solutions nécessite son aval ou une implication de sa part.
- Accompagnement 100 % pris en charge.
- Vous seul pouvez actionner le dispositif de maintien en emploi. **À vous d'agir !**

Découvrez en images le parcours de maintien en emploi d'Amir, bagagiste à l'aéroport, dans une vidéo en scannant le QR code. Rendez-vous sur <https://youtu.be/PyZT1JM0rbg>

