

Retour au travail : possibilités et accompagnement

Comment reprendre le travail après un accident ou une maladie ? Que faire si le retour dans la fonction que vous occupiez n'est pas possible ?

Pour toutes les personnes en incapacité de travail, mais qui conservent des capacités physiques et psychiques « suffisantes », il existe des solutions pour reprendre une activité professionnelle. Même quand la maladie est difficile, différentes mesures peuvent être mises en place, étape par étape, pour y arriver, selon votre propre rythme.

Et si vous envisagiez les diverses options qui s'ouvrent à vous ?

1. Reprise totale du travail

Si vous êtes guéri(e), vous pouvez simplement retourner au travail.

Votre incapacité de travail se termine ?

Vous devez reprendre le travail le jour ouvrable qui suit. Vous n'avez pas de démarche à faire auprès de Solidaris Brabant.

Vous êtes prêt(e) à retravailler plus tôt que prévu ?

Complétez une attestation de reprise du travail. Vous pouvez obtenir cette attestation dans l'une de nos agences ou la télécharger à l'adresse suivante :

www.solidaris-brabant.be/fr/que-faire-a-la-fin-de-lincapacite

Transmettez-la au plus vite à Solidaris Brabant. Si vous n'êtes pas en mesure de le faire, prévenez-nous au plus vite par téléphone ou par e-mail.

2. Reprendre le travail à votre propre rythme

Si vous n'êtes pas prêt(e) à reprendre le travail à votre régime habituel, vous pouvez opter pour une **reprise partielle du travail**. Vous combinez alors votre indemnité de maladie avec un travail à temps partiel. Les possibilités sont nombreuses. L'objectif est de reprendre le travail dans de bonnes conditions, à votre rythme et surtout en respectant votre état de santé.

Types de travail possibles :

- votre emploi habituel auprès de votre employeur actuel
- un travail adapté auprès de votre employeur actuel
- un autre emploi auprès d'un autre employeur
- une activité indépendante

Régimes de travail possibles :

- travailler à mi-temps
- travailler des demi-journées
- commencer par un jour par semaine et augmenter progressivement
- ...

Ça vous intéresse ?

Parlez-en à votre employeur. Vous devez ensuite **demander** une reprise à temps partiel au médecin-conseil de Solidaris Brabant. Vous pouvez obtenir le formulaire de demande dans l'une de nos agences ou le télécharger à l'adresse suivante :

www.solidaris-brabant.be/fr/vous-reprenez-le-travail-avant-la-fin-de-votre-incapacite/invalidite

Vous pouvez commencer à travailler le jour qui suit votre demande. Vous ne devez pas attendre l'approbation du médecin-conseil pour ce faire.

3. Se former à un nouveau métier

Vous ne pouvez plus exercer votre ancienne fonction en raison d'une maladie ou d'une blessure ? Une **reconversion professionnelle** peut vous ouvrir d'autres horizons. L'équipe « retour au travail » de Solidaris Brabant est à votre écoute pour construire avec vous un plan personnalisé.

4. Bénévolat

Le bénévolat est une activité utile qui donne du sens et du rythme à votre quotidien. Pendant une incapacité de travail, le bénévolat peut aussi être une **manière progressive et souple de renouer avec une activité.**

Ça vous intéresse ?

Discutez-en avec le médecin-conseil de Solidaris Brabant.

Il jugera si votre état de santé vous permet d'exercer le bénévolat envisagé. Expliquez clairement ce que vous comptez faire et à quelle fréquence. Le médecin-conseil peut également demander un rapport médical récent ou les coordonnées de contact de l'organisation.

Qui peut vous aider ?

Le retour au travail après une maladie ou un accident peut être facilité grâce à un accompagnement adapté. N'hésitez pas à faire appel à notre équipe « retour au travail » : elle est précisément là pour ça.

Un coordinateur ou une coordinatrice « retour au travail » définira avec vous un **trajet de retour au travail réaliste**. Il/elle vous informera des différentes possibilités de reprise du travail. Chaque trajet de retour au travail est personnalisé en fonction de votre situation. Des solutions existent pour chacun et chacune.

www.trajetsretourautravail.be

Pour qui ?

Toute personne salariée, demandeuse d'emploi ou indépendante qui est reconnue en incapacité de travail mais dont l'état de santé physique et mentale permet d'envisager une reprise du travail peut bénéficier de notre aide. Une **équipe pluridisciplinaire (médecins-conseils, psychologues et personnel infirmier)** et dotée de **connaissances administratives et médicales** vous soutiendra dans votre démarche.

Vous êtes en incapacité de travail depuis plus d'un an ? Vous avez des capacités restantes ? Vous voulez reprendre une activité professionnelle ? Vous pouvez contacter directement, facilement et spontanément votre mutualité Solidaris Brabant, le service de l'emploi de votre région (VDAB, FOREM ou Actiris) ou le conseiller/la conseillère en prévention-médecin du travail de votre employeur (pour toute incapacité de travail qu'elle soit de moins ou plus d'un an).



