

## Durant mon arrêt de travail, que faire pour favoriser mon retour en emploi ?

**Pour préparer le retour à l'emploi, vous devez être acteur et vous mettre en dynamique :**

- Mettez à profit l'arrêt de travail pour préparer votre retour à l'emploi / projet de reprise. Votre interlocuteur clé : votre médecin du travail
- Maintenez le contact avec un membre de votre entreprise (*direction, service RH, IRP, référent handicap..*) et informez le des éventuelles difficultés à prévoir à la reprise; leurs conseils permettent de préparer votre retour dans les meilleures conditions.
- Sollicitez durant votre arrêt de travail une **visite médicale de pré reprise** auprès de votre médecin du travail. Son objectif est de préparer votre retour à l'emploi dans les meilleures conditions.
  - > A l'issue de cette visite et avec votre accord, le médecin du travail peut **recommander des aménagements et adaptations de votre poste de travail, préconiser un reclassement ou une formation professionnelle...**
  - > Le médecin du travail peut solliciter l'aide du Service Social et Conseil Maintien en Emploi d'OSTRA ou le CAP EMPLOI pour aider l'entreprise à mettre en œuvre ces recommandations en mobilisant les acteurs et/ou aides techniques, humaines et/ou financières nécessaires à leur mise en œuvre.
- Utilisez votre Compte Personnel de Formation (*CPF*) afin de réaliser un bilan de compétences ou une formation pour optimiser le retour à l'emploi et ce, dès l'arrêt de travail en cas de reprise difficile. En effet, ces actions sont possibles pendant l'arrêt de travail, après accord du médecin traitant et du médecin conseil de l'assurance maladie.

Vous pouvez vous rapprocher du Service Social et Conseil en Maintien en Emploi d'OSTRA ou d'une assistante sociale de votre caisse d'assurance maladie pour plus d'informations.

La recherche et la mise en œuvre de solutions nécessitant du temps, plus vite l'accompagnement débutera, plus vite les solutions seront finalisées, plus vite vous pourrez reprendre sereinement une activité professionnelle et plus court sera l'arrêt de travail.