

AMENAGEMENTS RAISONNABLES A L'EMPLOI
La sclérose en plaques

« La sclérose en plaques (SEP) est une maladie inflammatoire qui touche le système nerveux central (cerveau et moelle épinière). Les symptômes de cette maladie chronique sont variés : visuels, moteurs, sensitifs, urinaires, cognitifs. Ils peuvent évoluer et dépendent de la localisation des lésions dans le cerveau et la moelle épinière. »¹

Il existe plusieurs formes d'évolution de sclérose en plaques dont la plus courante se présente par poussées et rémission. Il existe des traitements de fond qui ont pour effet de diminuer l'agressivité de la maladie. En un mot, ils ralentissent la progression du handicap. Il en existe plusieurs dont le mode d'administration (perfusion, injection) nécessite des absences au travail ponctuelles.

Etant donné que les symptômes dépendent intimement du nombre de lésions et de leur localisation, la symptomatologie est extrêmement variable d'une personne à l'autre.

Une personne atteinte de sclérose en plaques présente principalement des **difficultés** dues à trois symptômes différents repris dans le tableau suivant :²

La fatigue	La mobilité	La douleur
Sensation de fatigue extrême, hypersensibilité émotionnelle, périodes de dépression, faiblesse physique particulièrement au niveau des membres inférieurs ...	Pertes d'équilibre, tremblements, vertiges, manque de coordination, rigidité musculaire, spasmes musculaires ...	Douleurs musculaires ou douleurs faciales, sensations de brûlures sur certaines parties du corps, picotements et engourdissements dans certains membres ...

Les symptômes les plus courants sont la fatigue, la spasticité et les douleurs. D'autres symptômes peuvent être observés comme des troubles de la mémoire, des troubles visuels ou encore des problèmes urinaires.

Il est important d'identifier les besoins d'aménagements raisonnables avec la personne en situation de handicap (et son service d'accompagnement) au début de sa maladie et à chaque épisode de poussée.

¹ <http://www.ligue-sclerose.fr/La-SEP/Definition-de-la-SEP>

² <http://www.liguesep.be/index.php/la-sep/la-sclerose-en-plaques/les-symptomes>

« Un **aménagement raisonnable** est une mesure concrète permettant de réduire, autant que possible, les effets négatifs d'un environnement sur la participation d'une personne à la vie en société.

Le **caractère raisonnable** est apprécié sur la base du coût, de la fréquence et de la durée d'utilisation, des répercussions sur l'organisation, sur la personne en situation de handicap et sur l'environnement, sur l'absence d'alternatives équivalentes...

L'aménagement raisonnable répond à un problème individuel, ce qui le distingue de l'accessibilité.

Des mesures dites « aménagements raisonnables » doivent être prises dans certaines situations afin **d'éliminer les obstacles** qui empêchent une personne en situation de handicap d'exercer pleinement ses droits, à savoir notamment accéder à un emploi, à une formation, à une activité culturelle ou sportive, ou bénéficier d'un service. »³

AU TRAVAIL, les personnes atteintes de sclérose en plaques présentent des difficultés mais aussi de grandes **qualités** telles qu'une grande envie de garder un emploi et de se rendre utile. Ce sont souvent des personnes qui s'impliquent beaucoup dans leur travail. La pathologie ne remet pas en question la motivation ou les compétences professionnelles de la personne.

Il est important de préciser que chaque personne peut présenter des difficultés et des qualités différentes, chaque personne est unique.

La mise en place d'aménagements raisonnables est souvent réalisée au début d'une insertion professionnelle mais il ne faut pas oublier de les maintenir dans le temps.

Les besoins d'aménagements raisonnables peuvent évoluer au cours de la vie professionnelle d'une personne en situation de handicap, il est donc important de prévoir régulièrement des réunions de suivi afin de pouvoir les adapter si nécessaire.

TEMOIGNAGES

De personnes atteintes de sclérose en plaques au travail et d'employeurs :

[Lien vers une vidéo d'un témoignage d'un indépendant atteint de sclérose en plaques](#)

³ <https://phare.irisnet.be/droits/les-am%C3%A9nagements-raisonnables/>

Exemples d'aménagements raisonnables à l'emploi

(à adapter en fonction du profil de chaque personne)

<p>Un rythme de travail adapté</p> <p>Être plus souple au niveau des horaires (flexibilité des horaires de travail, télétravail, un horaire à temps partiel)</p> <p>Permettre des pauses régulières ou des moments de repos</p> <p>Laisser plus de temps pour réaliser les tâches</p> <p>Éviter les situations de stress</p>	<p>Une bonne communication</p> <p>Encourager et mettre en confiance la personne</p> <p>Poser des questions pour mieux comprendre les besoins de la personne</p> <p>Mettre la personne en contact avec une personne de confiance au sein de l'entreprise</p>	<p>Un environnement de travail adapté</p> <p>Rendre le poste de travail accessible</p> <p>Faciliter la circulation en voiturette dans les pièces et couloir du lieu de travail (débarrasser les couloirs et les lieux de passages de tout objet encombrant)</p> <p>Prévoir des toilettes PMR</p> <p>Réserver une place de parking proche de l'entrée</p> <p>Identifier et mettre en place les aides techniques telles que : souris ergonomiques, siège ergonomique, ...</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ <i>Adaptation du poste de travail⁴</i>⇒ <i>Intervention dans les frais de déplacement⁴</i>
<p>Une bonne organisation du travail</p> <p>Donner un nombre limité de tâches à réaliser</p> <p>Mettre en place un planning de travail (planification claire des tâches et des délais)</p> <p>Éviter d'imposer un travail avec de courtes échéances afin de minimiser le stress</p>		<p>Un bon accompagnement sur le lieu de travail</p> <p>Favoriser une ambiance de travail bienveillante</p> <p>Permettre un soutien du service d'accompagnement sur le lieu du travail</p> <p>Sensibiliser l'équipe à la sclérose en plaques avant l'entrée en fonction du travailleur.</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ <i>prime de sensibilisation à l'inclusion⁴</i>

⁴ <https://phare.irisnet.be/activités-de-jour/emploi/dans-le-milieu-ordinaire/>

Pour en savoir plus :

- ⇒ Sur la sclérose en plaques en Belgique : [Ligue Belge de la Sclérose en Plaques \(liguesep.be\)](http://liguesep.be)
- ⇒ Sur les aides à l'emploi du Service PHARE : <https://phare.irisnet.be/activités-de-jour/emploi/dans-le-milieu-ordinaire/>
- ⇒ Sur les services spécialisés qui accompagnent les personnes atteinte de sclérose en plaques vers l'emploi : <https://phare.irisnet.be/activités-de-jour/emploi/chercher-un-emploi/>
- ⇒ Sur la diversité en entreprise : [ediv](#)

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter :
Service PHARE – Rue des Palais, 42 – 1030 Bruxelles – emploi.phare@spfb.brussels