



**DES SOLUTIONS
EXISTENT
POUR CONCILIER
HANDICAP
MOTEUR
& EMPLOI**

SOMMAIRE

- 3** IDÉES REÇUES SUR LE HANDICAP MOTEUR
- 5** C'EST QUOI LE HANDICAP MOTEUR ?
- 9** FOCUS : L'ACCESSIBILITÉ
- 13** ET AU TRAVAIL : LES CONSÉQUENCES DU HANDICAP MOTEUR, AMÉNAGEMENTS ET BONNES PRATIQUES
- 15** JE SUIS CONCERNÉ : QUE PUIS-JE FAIRE ?
- 16** ET CONCRÈTEMENT À QUOI VA SERVIR MA RQTH ?
- 17** RESSOURCES

DES SOLUTIONS EXISTENT POUR CONCILIER HANDICAP MOTEUR & EMPLOI

Merci à Messieurs Sébastien VIENNE et Rodolphe TECHER, ergothérapeutes, pour leurs précieuses contributions et leur temps accordés lors de l'élaboration de ces supports.

IDÉES REÇUES SUR LE HANDICAP MOTEUR

Handicap moteur = Fauteuil roulant FAUX.

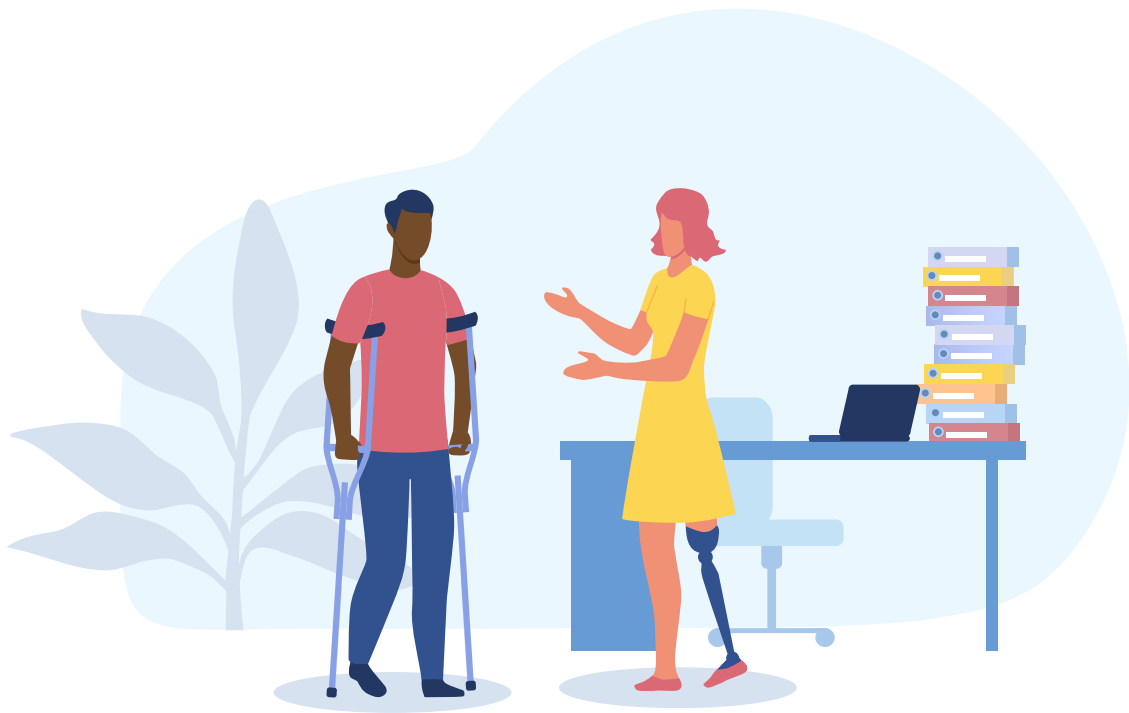
Le fauteuil n'est pas le seul symbole du handicap moteur. On pense à tort que le handicap moteur se résume au fauteuil **tout simplement parce que c'est ainsi qu'il est le plus visible.** Or, les conséquences d'une déficience motrice d'une personne sont très disparates. D'une difficulté à marcher à des lombalgies récurrentes ; d'un manque de coordination des gestes à l'immobilité des membres inférieurs... Toutes les personnes souffrant d'un handicap moteur n'auront donc pas besoin d'un fauteuil pour se déplacer.

Repère

13,4 % des français souffrent d'une déficience motrice mais seuls 2 à 3 % d'entre eux se déplacent en fauteuil roulant.

Source: INSEE





Des personnes en situation de handicap moteur, on n'en voit pas tant que ça au quotidien !

VRAI...

Mais peut-être est-ce tout simplement parce qu'il existe encore en France beaucoup de problèmes liés à l'accessibilité ? Absence de rampes d'accès, largeurs de porte, pannes d'ascenseurs, manque de personnel pour aider... autant de raisons (et la liste est encore bien longue !) qui **ne facilitent pas le quotidien des personnes à mobilité réduite et les freinent dans leurs déplacements.**

C'est compliqué de rendre un établissement accessible aux personnes souffrant de handicap

VRAI MAIS FAUX.

D'abord, **faire en sorte qu'un lieu soit accessible à tous, c'est juste une évidence dans une société inclusive et moderne.** Il faut pour cela investir dans un projet global pour que toutes les situations de handicap soient prises en compte. Ainsi, une rampe d'accès ne sera pas utile si la largeur des portes est trop étroite pour le passage d'un fauteuil. Certains aménagements sont coûteux, c'est vrai, d'autres le sont moins (exemple : une signalétique claire et contrastée, une barre d'appui, des chaises d'appoint...) et seront toujours bien utiles (et finalement du confort pour tous !). Des aides existent pour accompagner les entreprises dans leur mise en accessibilité.

C'EST QUOI LE HANDICAP MOTEUR ?

DÉFINITION

Le handicap moteur (ou autrement appelée la « déficience motrice »)

fait référence à l'ensemble des **troubles de la motricité** (partielle ou totale).

Dès lors, **les personnes souffrant d'un handicap moteur perdent tout ou partie de leur capacité de mouvement ou à effectuer certains gestes.**

Le trouble peut atteindre les membres supérieurs et/ou inférieurs. Les affections ont différentes origines : congénitales, accidentelles ou faisant suite à une maladie.

CHIFFRES-CLÉS

- Sur 12 millions de français touchés par un handicap, la déficience motrice atteint environ **3,5 millions de personnes.**
- Parmi les personnes touchées par le handicap moteur, **650 000 sont en fauteuil roulant.**
- Les déficiences motrices concernent environ **5,8 % de la population active** (INSEE, 2020).
- **9 personnes sur 10 éprouvent des difficultés dans leurs déplacements** au quotidien en France -valides ou non valides (étude IFOP/APF France-2020)

Comme pour de nombreux handicaps, le handicap moteur revêt différentes pathologies et conséquences sur le quotidien de la personne affectée. Aussi, **il ne faut pas assimiler le handicap moteur avec le fauteuil roulant.** Seules les personnes qui se retrouvent en situation de paralysie (paraplégie/tétraplégie/ myopathies de Duchenne, AVC,...) et de grandes difficultés à se déplacer ou à être en mouvement, utilisent le fauteuil.



Les handicap moteur recouvre une réalité très large et touche les différentes parties du corps :

- **Paraplégie** : paralysie plus ou moins complète des deux membres inférieurs (jambes).
- **Tétraplégie** : paralysie des 4 membres (bras et jambes), souvent causée par une lésion de la moelle épinière.
- **Hémiplégie** : paralysie motrice et/ou sensitive de la moitié du corps (sens vertical), souvent causée par une lésion cérébrale.
- **IMC (infirme moteur cérébral)** : troubles moteurs liés à une lésion cérébrale développée chez le fœtus, avec plus ou moins d'impact sur les facultés intellectuelles. Ces troubles se manifestent par l'impossibilité de coordonner et de contrôler des mouvements, des difficultés sur la motricité fine, l'élocution ou certaines postures.
- La **paralysie du plexus brachial, lombaire et sacral** : c'est une pathologie congénitale ou accidentelle, dont l'origine prend naissance au niveau de la colonne vertébrale et dont les nerfs se ramifient dans tout le corps. Ainsi, certaines parties du corps peuvent être touchées par une paralysie partielle ou totale.
- Les **troubles musculo-squelettiques**

Le handicap moteur peut également être la conséquence de maladie chronique rhumatismale inflammatoire touchant diverses articulations du corps. On peut ainsi retrouver comme pathologie : la spondylarthrite ankylosante, la fibromyalgie, la polyarthrite rhumatoïde.

ZOOM SUR LES TMS**

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont des affections touchant les structures liées aux articulations : muscles, tendons, nerfs, ligaments, os, cartilages... Ils se manifestent différemment selon les personnes : une gêne dans les mouvements, des douleurs plus aiguës, des engourdissements ou encore des picotements...

Quelques exemples de TMS : lombalgie (douleurs au niveau du bas du dos) ; cervicalgie (douleurs au niveau du cou) ; syndrome du canal carpien au poignet ; syndrome de la coiffe des rotateurs à l'épaule (douleurs chroniques de l'épaule) ; épicondylite latérale au coude (inflammation douloureuse des tendons du coude). Les TMS touchent indifféremment tous les individus quel que soit l'âge ou le sexe.

Certaines activités professionnelles peuvent jouer un rôle dans la survenue, la durée et l'aggravation des TMS.

Sur un chantier, à l'usine ou au bureau derrière l'ordinateur, ces affections peuvent survenir à tout moment. L'organisation et les positions de travail, les conditions de températures, le poids des charges, la répétition des tâches et le stress sont quelques-uns des facteurs qui peuvent déclencher un TMS.



EN SAVOIR +

45 % des TMS ont des conséquences importantes à l'**origine d'incapacités permanentes.**

Plus de 2/3 des TMS touchent les membres supérieurs.

Source : ameli.fr

ET AUSSI

Les TMS représentent 80 % des maladies professionnelles. Chaque année en France, les TMS sont à l'origine de 10 millions de jours de travail perdus et représentent un coût direct pour les entreprises évalué à 1 milliard d'euros au titre des maladies professionnelles.

Source : CNAMTS

**NB : Une Activ'Box dédiée sur les TMS existe, renseignez-vous auprès de votre référent handicap.

Comment survient un handicap moteur ?

Le handicap moteur peut toucher un individu à n'importe quel moment de sa vie. La pathologie peut être présente chez un fœtus ou se développer plus tard dans l'enfance mais également apparaître à l'âge adulte. Le handicap peut être aussi la conséquence d'un accident dans le parcours de vie de la personne, d'une maladie professionnelle, d'un accident de travail ou encore d'une maladie chronique...

Les causes du handicap moteur sont multiples :



- **Origine cérébrale** : IMC, AVC ou encéphalopathies entraînent des lésions stables sur le cerveau. Elles ont pour conséquences des **mouvements incontrôlés du corps**.
- **Origine médullaire** (moelle épinière) : lésions traumatiques (suite à accident) ou médicales ; le spina-bifida ; myélopathies ; amyotrophies spinales et myopathies entraînent des troubles de la conduction de l'influx nerveux et sensitifs. **Plus la moelle est atteinte, plus la paralysie des membres sera importante**.
- **Origine neuromusculaire** : dystrophies musculaires (myopathies), amyotrophie spinale infantile ont pour conséquence la **perte progressive de la force musculaire**, ce qui entraîne des déformations du squelette, des troubles digestifs et des difficultés respiratoires voire cardiaques.
- **Origine ostéo-articulaire** : malformations, pathologies rachidiennes ou discales (ex : scoliose), lésions inflammatoires, infectieuses ou rhumatismales (polyarthrite rhumatoïde) provoquent **douleurs aiguës, engourdissements, raideurs...**

FOCUS

L'ACCESSIBILITÉ

Que l'on soit en situation de handicap ou pas, tout le monde est concerné par la problématique de l'accessibilité. La liberté de se déplacer, de voyager, de visiter, de se rendre à un rendez-vous, d'aller à l'école ou travailler, au musée ou dans une administration, d'aller au sport ou faire les magasins est un droit fondamental que l'on soit en fauteuil roulant ou que l'on rentre des sports d'hiver avec une jambe dans le plâtre ; que l'on soit atteint d'une sclérose en plaque ou enceinte de 8 mois.

C'est quoi l'accessibilité ?

L'accessibilité, c'est la possibilité de fournir un **accès libre et équitable** à tous les lieux et ressources, physiques et numériques, pour tous. Cela sous-entend, l'adaptation des moyens de visite selon les besoins de chaque individu.

« L'accessibilité permet l'inclusion des personnes ayant un handicap, en réduisant, voire supprimant, les discordances entre les capacités et l'environnement. L'accessibilité requiert des adaptations, nécessaires à toute personne en incapacité permanente ou temporaire

pour se déplacer et accéder librement et en sécurité au cadre de vie ainsi qu'à tous les lieux, services, produits et activités. **La société, en s'inscrivant dans cette démarche d'accessibilité, fait progresser également la qualité de vie de tous ses membres.** »



Quelques chiffres

- 53 % des personnes en béquilles ou fauteuil roulant éprouvent des difficultés à accéder aux cabinets médicaux.
- 70 % des personnes en béquilles ou fauteuil roulant éprouvent des difficultés pour trouver un logement adapté à leurs besoins.
- 55 % des personnes en situation de handicap ont des difficultés d'accès aux bars et restaurants.

Source : APF France handicap et IFOP - 2020

Aussi, la loi de 2005 a rendu obligatoire :

- L'accessibilité aux écoles de quartier pour les enfants qui y vivent ;
- L'accessibilité systématique à toutes les constructions à partir de 2007, à savoir des bâtiments publics et privés, des logements, des lieux de travail, de loisirs et de culture (ex. : mise en place de boucles magnétiques pour les personnes handicapées malentendantes) ;
- L'accessibilité des transports, à défaut de transports de substitution ;
- L'accessibilité pour les personnes aveugles aux sites internet du domaine public (gouvernementaux) et la mise en place de normes quasi systématiques d'accessibilité pour les personnes aveugles et malvoyantes sur internet ;
- L'accessibilité aux programmes télévisés des chaînes publiques pour les personnes sourdes, par la mise en place de programmes Télétex et en audio description...



Cependant, force est de constater que même **la mise en place progressive des obligations de la loi (échéance 2015) n'a pas permis de diffuser largement l'accessibilité. Des retards de mise en place sont encore constatés malgré le principe légal « d'accès à tout pour tous » .**

On constate tout de même des améliorations : bus à plancher bas ; TGV adaptés aux fauteuils roulants ; prise en charge obligatoire des PMR dans les aéroports ; feux sonores et abaissement des trottoirs dans les grandes villes...

Focus sur l'accessibilité des ERP (Établissements Recevant du Public)

Même s'il subsiste beaucoup de lenteurs dans son application, la loi de 2005 a permis une prise de conscience des besoins en amélioration de l'accès de tous aux bâtiments publics et privés Commerces, cafés, restaurants, établissements de services ont des règles à respecter pour permettre l'accès et l'accueil des personnes en situation de handicap (de tous les handicap).

REPÈRE

Seuls 30 % des ERP sont dits « accessibles » avant la loi de 2015.

Source : ANPIHM

BON À SAVOIR

Depuis le décret du 28 mars 2017, les ERP ont obligation de tenir à la disposition du public un registre public d'accessibilité. Ce support renseigne le public sur le degré d'accessibilité de l'établissement et les moyens mis en oeuvre pour l'accessibilité des personnes en situation de handicap. Cette information permet notamment de préparer le déplacement de la personne dans l'établissement.

Quelques exemples de mise en conformité réglementaire :

Soigner l'entrée :

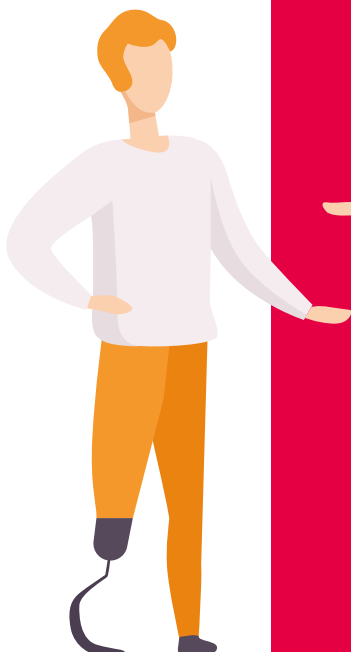
- une signalétique claire, lisible sans éclairage excessif.
- une porte d'ouverture simple et adaptée, sans effort
- un seuil de porte abaissé ; une rampe d'accès avec inclinaison et aire de manoeuvre adaptée

La circulation / cheminement :

- désencombrement des couloirs, pas d'obstacle au sol
- équipements, produits et services (comptoirs, wc, lavabos, miroir, poignées de porte) à hauteur adaptée
- barres d'appui
- signalétique de direction claire et lisible
- escaliers avec main courante
- aires de rotation

Eclairage artificiel pour garantir une vision nette des informations

Places de parking accessibles (min 2 %)



Au-delà de toutes les installations possibles, l'accessibilité c'est aussi la manière dont on accueille et on rend service aux visiteurs : aussi, ce sont les hommes et les femmes de chaque établissement qui, par leur disponibilité, patience, écoute et empathie, contribuent à l'accessibilité des personnes en situation de handicap. Et au final, au bien-être de tous !



ET AU TRAVAIL : LES CONSÉQUENCES DU HANDICAP MOTEUR, AMÉNAGEMENTS ET BONNES PRATIQUES

Handicap moteur et emploi : bien entendu, c'est possible ! Mais ce n'est pas sans quelques aménagements. Du recrutement au maintien dans l'emploi tout en assurant l'accessibilité au lieu de travail : les problématiques sont nombreuses mais il existe des solutions et elles sont souvent réglementairement encadrées.

Accessibilité des locaux

Sans conditions d'accessibilité au lieu de travail, pas d'emploi de travailleur en situation de handicap possible !

L'employeur est tenu de **rendre accessible son établissement : pour le public mais aussi pour ses collaborateurs**. Le code du travail et l'arrêté du 27 juin 1994 encadrent les dispositions auxquelles les maîtres d'ouvrage (construction d'un bâtiment) et employeurs doivent se conformer, tant pour le bâti (accès, portes, dégagements, ascenseurs) que pour les aménagements de postes, du stationnement aux locaux de restauration et de pauses, en passant par les sanitaires et bureaux sans oublier des systèmes d'alarme adaptés aux handicaps...



Aménagement de poste

Le salarié souffrant d'un handicap moteur **n'est pas tenu de communiquer sur son état de santé auprès de son employeur**. Son handicap relève bel et bien de sa vie privée. Cependant, une bonne communication et un échange en toute confiance permettent de prendre en compte le handicap et ses impacts sur le quotidien professionnel. Et ainsi maintenir l'emploi. **Des aménagements sont possibles, en partenariat avec la médecine du travail**. L'employeur peut aussi s'appuyer sur le conseil et l'expérience des associations pour la sensibilisation collective au sujet de l'accessibilité et du handicap en entreprise.

Les aménagements peuvent intervenir **au moment de l'embauche mais aussi en cours de poste en fonction des changements de situation** (aggravation du handicap ou accident du travail).

Quelques exemples d'aménagements possibles :

- Adaptation des **conditions de recrutement**
- Adaptation des **équipements individuels ou collectifs** (ex : aménagement distributeur à café ; mise en place de miroirs adaptés dans les sanitaires; poignées de porte ergonomiques ; places de parking ; rampe d'accès etc...).
- Aménagement des horaires/rythmes de travail : horaires décalés, temps partiel ; limitation des efforts de manutention ; télétravail...
- Adaptation individuelle du **matériel de bureau** : conseils individuels de l'ergonome ; bureau à hauteur de fauteuil roulant ; fauteuil ergonomique ; poste assis-debout ; véhicule de fonction adapté ; logiciels informatiques spécifiques ; souris anti-tremblements ; souris verticale ; cale-pied ; réhausseur...

Les solutions sont à adapter en fonction des besoins de chaque salarié. N'hésitez pas à en parler à votre référent handicap ou à votre manager pour bénéficier d'un environnement de travail adapté.

JE SUIS CONCERNÉ, QUE PUIS-JE FAIRE ?

Si vous êtes concerné par un handicap moteur et que cela a des répercussions importantes sur votre activité professionnelle, vous pouvez demander le statut de « travailleur handicapé ».



Vous devez engager une démarche de Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé (RQTH) auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).

Votre médecin du travail peut vous accompagner dans ces démarches.



Retirez le dossier auprès de la MDPH



Remplissez-le avec votre médecin traitant



Puis déposez-le auprès de la MDPH



Vous pouvez transmettre le récépissé de votre demande à votre employeur en attendant votre RQTH officielle

« Est considérée comme travailleur handicapé (...) toute personne dont les possibilités d'obtenir ou de conserver un emploi sont effectivement réduites par suite de l'altération d'une ou plusieurs fonctions (...) ».

Art. L5213-1 du code du travail

**Cette démarche est
totalement personnelle
et confidentielle**

ET CONCRÈTEMENT, À QUOI VA ME SERVIR MA RQTH ?

Vous pouvez communiquer votre statut de travailleur handicapé au médecin du travail et au référent handicap de votre entreprise.

La prise en compte de votre statut dans l'entreprise vous permet de bénéficier de droits, d'aides, de services et notamment d'aménager votre poste de travail pour compenser votre handicap..

Avec le référent handicap de l'entreprise et le médecin du travail, vous pouvez solliciter l'Agefiph et le Cap Emploi dans votre région pour identifier et mettre en œuvre les solutions qui vous permettront de compenser votre handicap à votre poste.



De quels types de services et d'aides financières, vous et votre employeur pouvez bénéficier ?

- **Une aide financière** destinée à couvrir les frais occasionnés par l'étude de solutions pour vous permettre de conserver votre emploi dans le cas où votre poste évoluerait ou votre handicap s'aggraverait.
- **L'expert Prestation d'Appui Spécifique (PAS)** mis à disposition des salariés en entreprise pour :
 - Analyser les difficultés que vous rencontrez à votre poste du fait de votre handicap,
 - Identifier, avec vous, les solutions qui vous permettront de concilier les exigences de votre poste et les contraintes liées à votre handicap.
- **Un conseil et des aides financières** destinés à identifier et financer les moyens techniques (logiciel correcteur, dictée vocale, écran plus grand), organisationnels (réorganisation des tâches) ou humains permettant d'adapter votre poste.

RESSOURCES SUPPLÉMENTAIRES



DES FILMS À VOIR

De rouille et d'os
www.allocine.fr

Intouchables
www.allocine.fr

INFLUENCEURS À CONNAÎTRE

Arthur Baucheron
www.youtube.com

Romain Guérineau
www.youtube.com

LIENS UTILES

Site Jaccede
www.jaccede.com

Association des Paralysés de France
www.apf-francehandicap.org

ADAPT
www.ladapt.net



Retrouvez plus d'informations sur le site
www.agefiph.fr



Retrouvez des témoignages dans le centre de ressources du site agefiph.fr