

Métiers conseillés et déconseillés



Travail et mucoviscidose : Quelle voie choisir ?



Ce document est édité par Vaincre la Mucoviscidose, grâce à la générosité du public, de ses partenaires et de ses adhérents.

Pour nous aider à continuer à publier des documents pour les patients, les parents et les professionnels de santé, vous pouvez nous soutenir :

- en faisant un **don** (www.vaincrelamuco.org)
- **ou en adhérant à l'association** (bulletin d'adhésion joint à l'intérieur de cette brochure).

Votre don ou votre adhésion permettront également et en tout premier lieu de financer des programmes de recherche, d'améliorer la qualité des soins et la qualité de vie des malades.

En adhérant à l'association, vous serez également destinataire d'informations régulières sur la maladie et les avancées de la recherche.

Vaincre la Mucoviscidose remercie toutes les personnes qui, en collaboration avec Caroline Leymarie, ont participé à la rédaction de cette brochure :

Roselyne Bomin, Emmanuelle Couquet, Jean-Philippe Duplaix, Dr Michèle Gérardin, Audrey Guété, Catherine Larramendy, Dr Eliane Le Coq, Sabrina Martin, Marlène Moisdon, Muriel Papin, Laurence Rossi.

Nous remercions tout particulièrement **Cécile Forest** pour ses illustrations et le **FSE** (Fonds Social Européen) pour sa participation au titre du programme EQUAL (programme européen de lutte contre la discrimination au travail).

Avant-propos



A ce jour, près de la moitié des adultes atteints de mucoviscidose occupent un emploi. Ce constat plutôt positif ne doit pas occulter l'importance du choix d'un métier permettant de concilier ses goûts et les contraintes imposées par la maladie.

Les jeunes patients et leurs parents ont souvent peur de commettre une erreur d'orientation. Des salariés en difficulté sont obligés d'envisager une réorientation professionnelle. Beaucoup de professionnels ou d'acteurs souhaitant vous aider, se sentent démunis vis-à-vis du travail et de la mucoviscidose.

Les sollicitations régulières reçues à Vaincre la Mucoviscidose nous ont amenés à réactualiser cette brochure d'information sur les métiers compatibles avec la mucoviscidose.

Celle-ci poursuit deux objectifs :

- Eclairer les patients sur le choix d'un métier en tenant compte de leurs souhaits ;
- Apporter une information plus complète sur la question essentielle des réserves médicales.

Je souhaite que le présent ouvrage soit utile à tous ceux qui s'interrogent sur la profession qu'ils pourraient exercer et à tous ceux qui s'intéressent à l'insertion des patients atteints de mucoviscidose.

Merci à vous, qui avez participé à la réalisation de cette brochure.

Bien cordialement

Jean Lafond

Président de "Vaincre la Mucoviscidose"

Sommaire

Avant-propos 01

Comment utiliser cette brochure ? 03

I - Où travailler avec une mucoviscidose

Les contextes à éviter 04

La situation de travail et son environnement 06

Le choix d'une formation 07

Les secteurs d'activité : caractéristiques et contraintes 08

II - Le tableau récapitulatif des métiers

Explications 18

Tableau 20

III - Témoignages 34

IV - Annexes

Adresses 37

Bulletin d'adhésion 39

Comment utiliser cette brochure ?

L'objectif de cet ouvrage est de **donner des pistes, de susciter des interrogations, d'amener les jeunes ou les adultes à se poser les bonnes questions avant de choisir un métier.**

Cette brochure se veut **complémentaire** des autres sources d'information à la disposition du grand public (et dont vous trouverez une présentation en annexe). C'est pourquoi nous avons choisi de ne pas décrire chaque métier et de privilégier l'analyse des situations de travail par secteur au regard de la mucoviscidose.

Chaque patient, en tenant compte de ses désirs et de ses aptitudes, pourra utiliser cet ouvrage comme une base de données, le commenter avec son entourage et **prendre conseil auprès de professionnels.**

*Il nous paraît important de rappeler que le choix d'une profession dépend d'abord des **goûts** de la personne, puis de ses capacités manuelles et/ou intellectuelles et, **ensuite, de son état physique ainsi que des impératifs économiques.***

Bien entendu, la brochure ne peut répondre à toutes les interrogations. Un travail de recherche individualisé sera toujours nécessaire, car :

- Les situations individuelles sont multiples. La mucoviscidose ne se traduit pas de la même manière chez tous les patients ;
- L'environnement d'un poste ou d'une formation est également variable.

→ Quelle que soit l'étape où l'on se situe dans le choix d'une orientation professionnelle, un

conseil médical peut permettre de nuancer et d'adapter les conseils apportés dans cette brochure en fonction de la réalité de la personne et de celle du poste visé. Il sera également utile pour évaluer les contraintes de soins et donc les conditions de travail les plus adaptées.

Une **concertation** entre le médecin de l'éducation nationale ou le médecin du travail d'une part, et le médecin traitant d'autre part, peut contribuer à enrichir cette réflexion menée par le patient, ses proches et les autres professionnels qui l'accompagnent.

Pour toute information, n'hésitez pas à contacter notre chargée d'insertion professionnelle à :

Vaincre la Mucoviscidose

181 rue de Tolbiac - 75013 Paris

01 40 78 91 67

Quels sont les avantages du statut de travailleur handicapé ?

Faut-il parler de sa maladie à son employeur ?

La visite médicale d'embauche, le rôle du médecin du travail ... ?

Pour toutes ces questions, n'hésitez pas à consulter la brochure :

Travail et mucoviscidose, quels sont vos droits ?

I- Où travailler avec une mucoviscidose ?

Les contextes à éviter

Le nombre de métiers susceptibles d'être occupés par un patient atteint de mucoviscidose est considérable et beaucoup de voies lui sont ouvertes. Il est cependant préférable d'éviter :

- L'exposition à une atmosphère poussiéreuse, enfumée ou toxique ;
- L'exposition à des risques infectieux ;
- Une activité physique particulièrement intense et le port répété de charges lourdes.

Et, dans une moindre mesure :

- Une activité prolongée dans des conditions climatiques difficiles ;
- Des déplacements fréquents entraînant un rythme de vie incompatible avec des soins réguliers.

■ L'exposition à une atmosphère poussiéreuse, enfumée ou toxique

La fumée, la poussière et certains produits chimiques sont des agresseurs de l'appareil respiratoire. Ils sont d'autant plus nocifs que la muqueuse est déjà fragilisée, comme c'est le cas dans la mucoviscidose.

Différents métiers, notamment dans les secteurs du bois et du textile, sont particulièrement risqués pour un patient atteint de mucoviscidose : menuisier, mécanicien en confection, plâtrier.

Dans certains cas, l'agression respiratoire se complique d'un risque de réaction allergique. Exemple : boulanger (poussière + allergie aux farines).

L'usage de solvants peut entraîner une irritation des voies respiratoires (Exemple : peintre en carrosserie).

L'exposition au tabac est fortement contre-indiquée.

■ L'exposition à des risques infectieux

Les infections pulmonaires bactériennes (et sans doute aussi virales) jouent un rôle dans la dégradation de la fonction pulmonaire.

Dans l'environnement, ce sont surtout les éléments humides qui favorisent la croissance de germes comme le pyocyanique. C'est pourquoi il est recommandé d'éviter l'exposition à une atmosphère humide et chaude qui caractérise par exemple certains métiers du textile, de la teinturerie, de la blanchisserie, de l'alimentation ou encore ceux qui impliquent la fréquentation de piscines ou de bassins d'eau stagnante.

Les plantes et les fleurs sont également des réservoirs à germes. Il convient d'en tenir compte pour les candidats jardiniers.

Chaque personne peut être porteuse de germes (Pyocyaniques, Staphylocoques). Les risques concernent avant tout les professions médicales ou paramédicales, dans le cadre desquelles le soignant est exposé à être en contact avec des individus dont il ne connaît pas le statut bactériologique, et vis-à-vis des-

quelles il représente lui-même un danger (se reporter aux métiers de la "santé"). Ce risque est également présent chez les professionnels de la petite enfance. En tout état de cause, une orientation vers ces professions implique de tenir compte de son statut bactériologique et des risques propres à chacune des situations de travail. Une protection renforcée (masque, gants) peut être nécessaire.

Chez les personnes transplantées, le risque d'infection peut se trouver majoré. Il importe donc de rechercher un avis médical dès qu'un doute apparaît.



■ Une activité physique particulièrement intense et le port répété de charges lourdes

Un effort soutenu et prolongé est susceptible d'aggraver la gêne respiratoire et le sentiment de fatigue caractéristiques de la mucoviscidose. Les postes de manutentionnaires sont donc à éviter, tout comme les postes impliquant des ports de charges répétés y compris si ces charges sont apparemment légères (cumulé sur la journée, cela peut représenter un poids très important).

■ Une activité prolongée dans des conditions climatiques difficiles

De manière générale, le froid ou le chaud agresse l'organisme, en l'obligeant à fonctionner à plein régime, pour maintenir la température corporelle à 37°C. Les températures très faibles ou très élevées se traduisent donc par une sollicitation importante des capacités d'adaptation de l'organisme, alors que celui-ci est déjà fragilisé dans le cadre de la mucoviscidose.

Par ailleurs, l'exposition aux intempéries ou à un climat humide est un facteur d'aggravation pour les pathologies de la sphère ORL, respiratoires, cardiaques, rhumatologiques.

En cas de fortes chaleurs, les patients atteints de mucoviscidose présentent un risque de déshydratation à ne pas négliger.

■ Des déplacements fréquents entraînant un rythme de vie incompatible avec des soins réguliers

Le suivi quotidien des traitements est une condition fondamentale au maintien de la santé des patients.

De manière générale, une bonne hygiène de vie permettant de se ménager du temps pour les repas, le repos et les soins est à rechercher.

Les patients souffrant de diabète doivent veiller tout particulièrement à organiser un rythme de vie régulier, avec des repas pris à heures fixes.

Ces considérations invitent à la vigilance pour les métiers du commerce, du tourisme et du transport.

La conduite de camions sur de longues distances est également déconseillée, dans la mesure où, à la contrainte des déplacements s'ajoutent celles des horaires et de la manutention.

La situation de travail et son environnement

Les recommandations formulées dans cette brochure ne doivent pas être prises de manière absolue. Le métier est une chose, mais la réalité du poste occupé au sein d'une entreprise en est une autre. Que ce soit pour les professions peu compatibles ou pour les professions compatibles sans réserve, **il sera toujours indispensable de dissocier l'orientation professionnelle et la situation concrète du poste.** C'est ce qui explique qu'il est parfois difficile de conseiller un jeune patient sur le choix d'un métier lorsque l'on ne connaît pas encore ses conditions de travail.

Certains métiers en cachent en fait plusieurs. Un professionnel peut travailler sur l'étude d'un projet, sa conception, sa fabrication, son installation, sa maintenance... **Ce qui peut changer considérablement les conditions d'exercice d'un métier.**

Exemple : métiers de techniciens : Selon la fonction qu'il occupe, le professionnel participe soit à la conception des appareils et des systèmes, soit à leur installation, soit à leur maintenance.

- A cet égard, le rythme de travail (temps plein ou temps partiel) a un impact majeur. Un travail réputé fatigant (comme vendeur, ou encore serveur en salle) peut être accessible à temps partiel. A l'inverse, un emploi réputé peu fatigant physiquement (billettiste en agence de voyage) peut s'avérer très pénible si la personne est soumise à une forte pression commerciale.

Il convient d'être vigilant, surtout de nos jours, où l'on demande souvent aux salariés d'être polyvalents et très disponibles.

- La difficulté d'un poste peut être compensée (ou au contraire accentuée), selon que le lieu de travail est proche du domicile ou non, que l'atmosphère relationnelle est bonne ou non, que l'on est ou non très motivé.

- Une motivation déçue permet d'élargir le champ des possibles, mais il faudra être vigilant à ce qu'elle ne joue pas au détriment de l'état de santé.

- Si dans la majorité des cas, les personnes sont salariées, il convient d'être attentif lorsque le choix se porte sur des professions libérales. Etre indépendant présente des avantages, comme la possibilité de s'organiser selon son rythme et de travailler à domicile. Il n'y a plus d'obligation de justifier ses absences auprès de son employeur... mais

c'est au client que l'on rend compte directement. Il faut savoir être disponible et être capable d'assurer les fonctions de prospection et de gestion. Les revenus sont parfois aléatoires et irréguliers et n'ouvrent droit ni à l'assurance chômage, ni aux indemnités journalières de sécurité sociale en cas de maladie ! La prévoyance et l'organisation sont donc essentielles.

- **L'intérim peut constituer une solution dans le cadre d'une gestion de ses temps de soins et de travail. Certains patients alternent ainsi des missions intérimaires avec des moments de repos qu'ils mettent à profit pour leurs cures.**

A savoir : les sociétés d'intérim sont en général sensibilisées à l'accueil de personnes reconnues handicapées.

Le choix d'une formation

On assiste dans le monde du travail à une augmentation des niveaux de qualification : forte progression des cadres et des professions intellectuelles supérieures, faible croissance des professions intermédiaires et des employés, recul des ouvriers. De nos jours les emplois se transforment très vite et ces évolutions rapides exigent des niveaux de qualification de plus en plus élevés pour trouver un emploi.

L'accès rapide et durable à un emploi est meilleur chez les diplômés que chez les non-diplômés.

- Il est favorisé pour les étudiants de l'enseignement supérieur ainsi que pour les titulaires d'un CAP-BEP industriel.

De manière générale et selon les enquêtes menées par Vaincre la Mucoviscidose, les patients atteints de mucoviscidose disposent d'un bon niveau d'études, même légèrement supérieur à celui des Français de la même classe d'âge. En même temps, ils doivent rester vigilants quant aux conditions d'études et aux débouchés qu'elles offrent par la suite :

- Les formations BTS-DUT sont très appréciées sur le marché du travail mais elles sont sélectives et denses. Le rythme de travail est soutenu comparé à celui de l'université. Ces formations sont parfois proposées sous forme de contrat d'apprentissage : l'étudiant se forme en alternance en formation et en entreprise. Le programme et l'examen n'en restent pas moins identiques, ce qui signifie beaucoup de travail.
- Les formations Bac+5, école de commerce, école d'ingénieur etc. préparent à des emplois de cadre supérieur, a priori accessibles avec une mucoviscidose. Mais il faut savoir qu'il s'agit de postes à responsabilités, souvent exigeants et peu compatibles avec un temps partiel.

L'accès à certains métiers peut être possible mais poser problème au niveau du suivi de la formation. Par exemple, les études pour devenir infirmier impliquent des stages dans des services de médecine déconseillés aux adultes atteints de mucoviscidose. Les études de biologie exposent les étudiants aux manipulations de germes et peuvent justifier une exemption de certains travaux dirigés.

Pour toute question concernant l'orientation, n'hésitez pas à contacter notre Chargée de Scolarité à :

**Vaincre la
Mucoviscidose**

181 rue de Tolbiac - 75013 Paris

01 40 78 91 67

Les secteurs d'activité : caractéristiques et contraintes

■ Administration publique - Services publics

Agent de recouvrement, agent technique et de gestion de la poste, agent contrôleur/inspecteur des impôts, attaché d'administration. centrale, cadre de la Fonction Publique, inspecteur/contrôleur de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes, inspecteur/contrôleur du travail, secrétaire de mairie...

L'administration publique propose des métiers spécifiques : inspecteur des impôts, commissaire de police, rédacteur territorial... Elle regroupe en outre une large palette de métiers qui relèvent également du secteur privé : infirmier, ingénieur BTP, secrétaire... Elle se distingue essentiellement par son mode de recrutement et par le statut qu'elle offre à ses fonctionnaires, même si un nombre croissant d'employés doit se contenter du statut de "contractuel" (en contrat à durée déterminée).

Les postes réservés (nécessitant une réorientation COTOREP)¹ n'existent plus. Une personne souhaitant entrer dans la fonction publique, doit faire acte de candidature puis est convoquée par le médecin agréé de la fonction publique, qui va évaluer la compatibilité médicale avec le poste. La personne intéressée peut tenter :

- Le recrutement par concours (avec épreuve aménagée) ;
- L'embauche en qualité de "contractuel", c'est-à-dire non fonctionnaire, avec la possibilité d'être titularisé au terme d'1 an, sous certaines conditions.

Pour éviter toute déconvenue s'il est reçu à un concours, le candidat peut solliciter un avis préalable de la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées² sur la compatibilité de sa mucoviscidose avec le poste envisagé.

Lire aussi "Travail et mucoviscidose : quels sont vos droits ?" disponible sur demande auprès de Vaincre la Mucoviscidose

(1). Commission Technique d'Orientation et de Reclassement Professionnel.

(2). A compter du 1^{er} janvier 2006, elle regroupera les anciennes Commission Départementale de l'Education Spéciale (CDES) et Commission Technique d'Orientation et de Reclassement Professionnel (COTOREP) au sein de la Maison Départementale des Personnes Handicapées.

■ Agriculture - Agro-alimentaire Sylviculture - Elevage - Pêche

Agent de relation avec la production agricole, agent technique forestier, aquaculteur, conducteur de ligne de production agroalimentaire, conducteur de machine agricole, conseiller agricole, contrôleur laitier, dresseur de chiens, exploitant agricole, horticulteur, ingénieur agronome, ingénieur des eaux et forêts, jardinier, matelot de pêche, œnologue, opérateur polyvalent de fabrication de produits alimentaires, palefrenier, patron de pêche, responsable qualité, toiletteur d'animaux, vétérinaire, viticulteur...

L'élevage intensif (en bâtiment) expose à un milieu assez confiné où l'on respire beaucoup de poussière (paille, aliments broyés, poils...). Dans l'élevage extensif (en pleine nature), les conditions de travail sont plus dures mais plus saines (vie au grand air).

Les machines permettent de limiter les travaux à pied dans les champs, mais en contrepartie elles demandent à être entretenues. Des travaux d'entretien des machines, de traitement des cultures ou de nettoyage des locaux sont également à prévoir, qui peuvent s'avérer pénibles ou toxiques (produits phytosanitaires).

L'idéal serait de travailler dans le secteur de l'agriculture "bio", car il s'agit d'une culture limitée, en pleine nature et sans usage de produits toxiques.

Dans l'agroalimentaire, les postes situés sur la chaîne de production sont peu conseillés aux patients atteints de mucoviscidose, pour des raisons d'hygiène.

Pour toutes les opérations qui nécessitent un contact avec les aliments après pasteurisation, le fait d'être porteur de bactéries comme le staphylocoque implique des précautions particulières. Les conditions d'aptitude physique à la profession de marin, à bord des navires de commerce, de pêche et de plaisance sont définies par arrêté : "sont incompatibles avec la navigation les affections pulmonaires s'accompagnant d'une insuffisance respiratoire chronique, entraînant l'incapacité à l'effort physique au

cours de l'exercice normal de la profession. Chaque cas fera l'objet d'un bilan fonctionnel spécialisé et d'une décision particulière". Il n'y a donc pas d'incompatibilité absolue pour la navigation mais les métiers de la pêche paraissent peu accessibles en raison de l'activité physique intense, des horaires irréguliers et des conditions climatiques difficiles.

■ Arts de la scène - Audiovisuel

Assistant réalisateur, cadreur, chanteur, comédien, costumier, décorateur, directeur de la photographie, ingénieur du son, monteur de cinéma, musicien, photographe, projectionniste, régisseur lumière, scénariste, scripte, technicien du son...

Les métiers de la scène et de l'audiovisuel fascinent, mais ce monde de paille a aussi sa part d'ombre. Le travail acharné ne suffit pas toujours à faire reconnaître le talent et la stabilité de l'emploi n'est jamais acquise. La plupart des artistes ou techniciens sont intermittents du spectacle : leur activité est irrégulière, ce qui peut être un avantage pour un patient atteint de mucoviscidose souhaitant alterner des périodes de travail et de soins. Mais il est souvent nécessaire d'enchaîner les contrats pour justifier de ses droits aux indemnités chômage et les intermittents sont parfois obligés de cumuler leur métier avec un second emploi.

Le secteur se caractérise aussi par des conditions d'exercice particulières :

- Déplacements fréquents, parfois à l'étranger ;
- Horaires variables, souvent décalés (de jour, de nuit, le week-end) ;
- Horaires chargés à certains moments ;
- Travail en extérieur pour certaines prises.

■ Banque - Bourse - Assurance - Immobilier

Actuaire, administrateur de biens, agent général/courtier d'assurance, agent immobilier,

analyste de crédit, analyste financier, chargé d'études techniques, chargé de clientèle, gestionnaire de patrimoine, gestionnaire de portefeuille, guichetier, ingénieur financier, inspecteur de banque, opérateur sur les marchés, rédacteur d'assurance, responsable back-office, syndic de copropriété...

Les entreprises recrutent des profils de commerciaux type BTS Action commerciale ou BTS Banque assurance (certaines banques forment dans leurs propres écoles) pour les postes de guichetier, ou chargé de clientèle etc. La dimension commerciale est réelle, avec des objectifs à atteindre, en particulier sur les postes en plate-forme téléphonique. Ceux-ci sont accessibles à temps partiel. Sinon, elles recrutent des diplômés Bac + 5 pour les postes de cadres en finance, actuariat etc. Ces postes exigent une grande disponibilité.

■ Bâtiment - Travaux publics (BTP)

Architecte, carreleur-mosaïste, chef de chantier/conducteur de travaux, coffreur-boiseur, conducteur d'engin de travaux publics, couvreur, dessinateur projeteur, géomètre-topographe, grutier, ingénieur du bâtiment, maçon, maître d'œuvre, métreur, peintre en bâtiment, plâtrier, plombier, solier-moquetiste...

Le secteur du BTP se caractérise par des **conditions de travail particulièrement pénibles** : (chaleur, froid, vent, givre, pluie), activité physique intense avec port de charges lourdes répétées, poussière pour certains postes... De manière générale, il s'agit du secteur le plus exposé aux accidents du travail (CNAM - 2002).

Les lieux de constructions et de rénovation constituent par ailleurs d'importants réservoirs à germes (*Aspergillus spp.*).

Certains métiers sont plus accessibles car ils s'exercent en bureau pendant la phase de conception (architecte, domoticien, géomètre, métreur). Mais la phase d'exécution comporte de nombreux déplacements sur chantier ou une présence continue sur le lieu de travail. Le respect des délais conditionne le rythme et les charges de travail. Un niveau Bac+2 est le plus souvent requis pour ces métiers.

■ Biologie

Biotechnologue, botaniste, chercheur en biologie, océanographe, technicien biologiste, zoologiste...

Les études de biologie comme les métiers auxquels elles préparent peuvent exposer les patients atteints de mucoviscidose à la manipulation de bactéries, source potentielle d'infection. Il convient donc d'être prudent. Les étudiants peuvent demander à être exemptés de certains travaux pratiques à risque.

■ Bois - Ameublement

Agent de production industrielle de mobilier et menuiserie, charpentier bois, conducteur opérateur de scierie, ébéniste, ingénieur papetier, menuisier/menuisier d'agencement, responsable de scierie, technicien de fabrication de mobilier et menuiserie...

Ces métiers se caractérisent par une exposition à la poussière de bois et par une activité physique intense (port de charges lourdes, postures contraignantes, station debout) : ils sont donc déconseillés pour la majorité des adultes atteints de mucoviscidose.

■ Chimie

Aide chimiste, conducteur d'appareil de l'industrie chimique, ingénieur chimiste, ingénieur plasturgiste, parfumeur, technicien chimiste, technicien plasturgiste

Les postes d'opérateurs ou de techniciens en milieu industriel correspondent à des conditions de travail spécifiques : travail posté (3X8), station debout, cadences...

L'inhalation de produits toxiques est possible, avec risque d'irritation des voies respiratoires.

■ Commerce - Distribution

Acheteur, attaché commercial, boucher, boulanger, caissier, charcutier, chef de produit, chef de rayon, chef de ventes, commerçant, décorateur-étalagiste, fleuriste, ingénieur technico-commercial, libraire, marchandiseur, pâtissier, représentant, responsable de la promotion de ventes, responsable

du service après-vente, télévendeur, vendeur, vendeur sur les marchés...



Les rythmes horaires et la disponibilité sont des contraintes majeures de ce secteur qui offre néanmoins de belles perspectives. Les petites comme les grandes surfaces embauchent avec des horaires décalés sur des postes qui sollicitent aussi une certaine résistance physique (caissier, employé libre service). Les "commerciaux" sont sujets à une pression constante, en particulier si leur rémunération est liée à leurs ventes.

Les commerces alimentaires (boulangier, boucher...) ne sont pas recommandés car ils impliquent une activité physique particulièrement intense.

■ Edition - Imprimerie - Industries graphiques

Chef d'atelier des industries graphiques, conducteur de machine à imprimer offset, éditeur, infographiste, maquettiste, photogreveur, sérigraphe, technicien de fabrication des industries graphiques...



Au niveau des lignes de fabrication en imprimerie, les conditions de travail sont difficiles. Le travail s'effectue en atelier, avec de nombreux

déplacements entre chaque machine, dans un environnement bruyant et parfois toxique (encres, solvants). Le port de charges est fréquent tout comme le travail en équipe "3X8" ou "2X8" de manière à assurer un fonctionnement continu des équipements. En amont de la

fabrication, des opérateurs interviennent pour préparer la mise en page des documents à imprimer. Leurs horaires sont également décalés et les postes imposent parfois la station debout.

■ Electricité - Electronique - Electrotechnique

Dépanneur en électroménager, électricien automobile, électricien d'entretien, ingénieur électronicien, monteur-câbleur, monteur-électricien, monteur-électricien en réseau de distribution, technicien de maintenance de ligne à haute tension, technicien de maintenance de matériel électronique grand public, technicien électronicien, technicien électrotechnicien...

L'électricité domestique ne pose pas de difficultés (hormis quelques postures contraignantes et le port de charges). Dans l'industrie, les techniciens interviennent sur la chaîne de production, avec une station debout ou des déplacements quasi permanents. Les techniciens diplômés d'un Bac + 2 peuvent travailler en bureau d'études, donc dans de meilleures conditions au regard de la mucoviscidose.

■ Enseignement - Formation

Assistant spécialisé en école maternelle (ASEM), chef d'établissement, conseiller d'orientation-psychologue, conseiller principal d'éducation, enseignant d'art, enseignant spécialisé, enseignant-chercheur, formateur d'adultes, inspecteur de l'éducation nationale, inspecteur du permis de conduire, moniteur d'auto-école, professeur dans l'enseignement agricole, professeur d'éducation physique et sportive, professeur d'enseignement général et technologique du second degré, professeur des écoles, responsable de formation...

Les métiers de l'enseignement sont difficiles à exercer pour un adulte atteint de mucoviscidose. Ils exposent à un risque infectieux lié à la promiscuité dans la salle de classe et requièrent en outre une certaine résistance physique et morale (station debout, encadrement d'un groupe d'élèves

plus ou moins nombreux, capacité à s'exprimer oralement sur la durée... si possible sans trop tousser etc.), sans oublier qu'un temps de travail important est nécessaire, en dehors des heures de classe, pour préparer les cours.

■ Environnement - Energie

Agent d'assainissement radioactif, agent d'entretien du réseau de transport du gaz, conseiller en environnement, météorologiste, paysagiste, technicien de traitement des eaux, urbaniste...

Plusieurs métiers interviennent dans la protection de l'environnement. Les fonctions de conseil/communication ou de sensibilisation offrent des conditions de travail qui ne sont pas spécifiques à ce secteur. Les métiers d'agent ou de technicien font en revanche appel à des travaux d'analyse de laboratoire entraînant donc la manipulation de produits nocifs. Certains métiers impliquent de travailler en extérieur, dans des conditions atmosphériques variables.

■ Hôtellerie - Restauration

Barman, caviste, concierge, cuisinier, directeur d'hôtel ou de restaurant, économiste, employé de restaurant, femme de chambre, garçon de café, gérant de restauration collective, gouvernante, hôtesse d'accueil, lingère, maître d'hôtel, serveur, sommelier...

Les perspectives d'emploi sont nombreuses mais concernent souvent des emplois courts ou précaires, passage obligé pour décrocher une situation plus stable.

Les conditions de travail y sont difficiles : les horaires sont contraignants (travail en soirée, de nuit, le week-end), les postes fatigants et une grande disponibilité est requise, l'atmosphère peut être très enfumée.

Peu de métiers semblent accessibles aux patients atteints de mucoviscidose, en tout cas à temps plein.

La restauration collective est a priori fortement déconseillée du fait des risques de colonisation des patients, notamment au staphylocoque doré.

■ Information Communication - Publicité

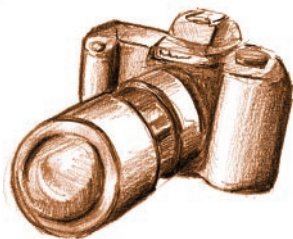
Acheteur d'espaces publicitaires, archiviste, attaché de presse, bibliothécaire, chargé d'études marketing/média, chef de publicité, concepteur multimédia, concepteur-rédacteur, conseiller en image, dessinateur graphiste, directeur artistique, documentaliste, hôtesse d'accueil, journaliste, réceptionniste, rédacteur en chef, reporter photographe, responsable de communication...

Ce secteur regroupe des métiers aux conditions d'exercice très variées. Par exemple, le travail en agence de pub ou de communication est soumis à des variations d'horaires importantes en cas de surcharge de travail, comparé à un emploi chez "l'annonceur".

Un certain nombre de métiers s'exerce en indépendant (free lance).

■ Informatique Télécommunications

Administrateur de bases de données, administrateur réseau, analyste programmeur, architecte de réseaux, architecte en système d'information, bureau-ticien, chef de projet informatique, développeur informatique, ingénieur en informatique industrielle, ingénieur en intelligence artificielle, ingénieur en télécommunications, ingénieur système-réseaux, responsable micro, technicien d'exploitation/de maintenance en informatique, technicien en informatique industrielle, technicien hot-line, technicien réseau, webmaster...



Les métiers de l'informatique sont a priori accessibles aux patients atteints de mucoviscidose mais les conditions d'exercice peuvent être très variables selon le secteur choisi. Ainsi les salariés des SSII (Société de Service en Ingénierie Informatique) sont soumis à un

rythme de travail soutenu, propre aux cabinets de conseil en général. Ils sont amenés à se déplacer fréquemment chez le client et ne comptent pas leurs heures.

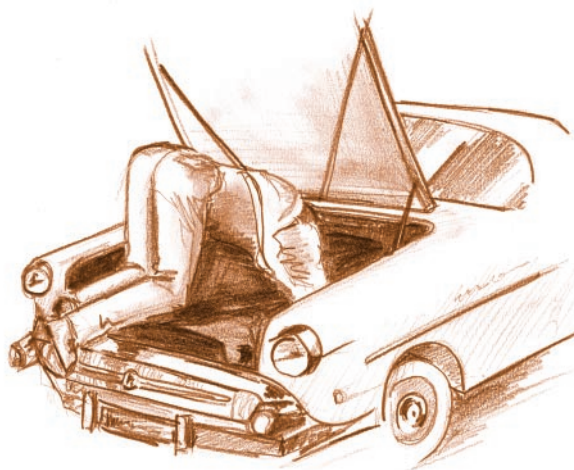
■ Juridique - Judiciaire

Administrateur judiciaire, avocat, clerk de notaire, commissaire priseur, greffier, huissier, juriste d'entreprise, magistrat, mandataire-liquidateur, notaire...

Il n'y a pas de contre indication pour une personne atteinte de mucoviscidose d'exercer dans ce secteur. Reste que beaucoup de ces métiers à responsabilité exigent du temps et de la disponibilité. Le statut de profession libérale est fréquent.

■ Mécanique - Microtechnique Automobile

Agent de maintenance en mécanique, carrossier-réparateur, dessinateur industriel, expert en automobile, ingénieur en mécanique, mécanicien affûteur, mécanicien d'entretien d'avion, mécanicien en confection, mécanicien en cycles et motos, mécanicien outilleur, mécanicien réparateur automobile, mécanicien réparateur en matériel agricole, mécanicien réparateur d'engins de chantier, microtechnicien, monteur/agent de maintenance d'ascenseur, peintre en carrosserie, technicien en mécanique...



Sans être absolument interdits, les métiers de la mécanique sont à considérer avec attention. Inutile de décourager les mordus de mécanique, mais ils doivent cependant être conscients que les postes impliquent, pour la plupart, la manipulation de charges lourdes plus ou moins fréquemment, des contraintes posturales ainsi qu'une exposition au risque chimique (rejet des pots d'échappement, essence) et à la poussière. Dans l'industrie, le technicien intervient sur des machines, principalement en station debout.

■ Métiers d'art - Artisanat

Antiquaire, architecte d'intérieur, artiste peintre, bijoutier-joaillier, horloger, luthier, restaurateur d'œuvre d'art, souffleur de verre, tailleur de pierre, taxidermiste, verrier au chalumeau...

Habilité manuelle mais aussi créativité sont traditionnellement associées à ces métiers de tradition. Ils requièrent également une solide formation (le plus souvent en apprentissage, du CAP au BTS). S'il est possible de travailler en tant que salarié, ces métiers s'exercent le plus souvent en indépendant. L'artisan doit alors savoir aussi gérer son entreprise et assurer la fonction commerciale, ce qui exige beaucoup de temps et d'énergie, mais confère en même temps une autonomie qui peut être appréciable pour les patients atteints de mucoviscidose. Attention cependant au statut d'indépendant, qui n'ouvre pas droit à la même protection sociale que le salariat.

Un certain nombre de ces métiers sont peu recommandés du fait de l'activité physique qu'ils occasionnent ou de l'exposition à certaines conditions nocives (poussière...).

■ Physique - Géophysique Optique

Astrophysicien, cartographe, géologue, ingénieur opticien, technicien en optique de précision...

Il est tout à fait possible pour une personne atteinte de mucoviscidose d'exercer dans ce

secteur, sous réserve de considérer les conditions de travail propres à chaque situation concrète (déplacements, travail en extérieur sur le terrain...).

■ Productique

Conducteur d'installations automatisées, ingénieur qualité, opérateur d'usinage sur machines à commandes numériques, qualitatif, responsable d'ordonnancement, technicien en automatisme...

La productique recouvre l'ensemble des outils et des méthodes mis en œuvre dans une démarche globale et stratégique, afin d'améliorer la performance industrielle de chaque entreprise. Elle se concrétise notamment par l'automatisation des chaînes de production. Selon les industries, la production fonctionne ou non de manière continue, impliquant une rotation des équipes en 2X8 ou 3X8 avec travail de nuit, le week-end etc. L'opérateur est souvent debout et effectue des allées et venues pour surveiller et réguler la production, y compris s'il est un technicien Bac + 2.

■ Santé

Aide-soignant, ambulancier, assistant dentaire, audio-prothésiste, auxiliaire de puériculture, chirurgien dentiste, diététicien, ergonome, ergothérapeute, infirmier, infirmier spécialisé, ingénieur sanitaire, kinésithérapeute, laborantin d'analyse médicale, manipulateur en électroradiologie médicale, médecin, opticien, orthophoniste, orthoprothésiste, orthoptiste, pédicure-podologue, pharmacien, podo-orthésiste, préparateur en pharmacie, prothésiste dentaire, psychanalyste, psychologue, psychologue du travail, psychothérapeute, psychomotricien, sage-femme, visiteur médical...



Du fait de leur prise en charge médicale précoce et de la connaissance acquise du milieu médical, les patients atteints de mucoviscidose sont nombreux à être attirés vers les métiers de la santé. Il importe toutefois d'émettre quelques réserves sur ce choix professionnel. Le patient doit en effet être conscient :

- qu'il peut transmettre des germes infectieux à un malade,
- qu'il peut lui-même être contaminé par un malade,
- que la charge de travail et le rythme soutenu de ces métiers ne sont pas non plus sans conséquences sur sa santé.

Il devra donc veiller à :

- a) limiter les contacts avec les patients à risques (immunodéprimés, les nouveau-nés, les grands brûlés... et les autres patients atteints de mucoviscidose). Mais si certains malades sont facilement identifiables, il n'est pas toujours possible pour le soignant de déterminer s'il est en contact avec un patient vulnérable (c'est le cas aux urgences, en radiologie...).
- b) éviter certaines spécialités (obstétrique, chirurgie, soins intensifs, néonatalogie, radiologie, radiothérapie, oncologie, hématologie...) sachant qu'une expérience dans ces services est souvent exigée dans le cadre de la préparation des diplômes de médecin ou d'infirmier.
- c) Respecter de manière stricte les règles d'hygiène.

Une carrière en milieu hospitalier peut s'avérer difficile, c'est pourquoi il est important d'anticiper les éventuelles difficultés en regardant vers d'autres secteurs comme la médecine du travail, le médico-social etc.

■ Soins esthétiques

Coiffeur, esthéticienne

Les métiers de coiffeur et d'esthéticienne sont peu recommandés car ils impliquent une station

debout quasi-permanente dans une atmosphère chaude et humide et, pour les coiffeurs, l'utilisation de produits irritants.

■ Sciences Humaines Lettres - Economie - Langues

Archéologue, démographe, économiste, ethnologue, interprète, lectrice, médiateur du livre, responsable en intelligence économique, sociologue, traducteur...

Rien ne contredit la possibilité pour une personne atteinte de mucoviscidose d'exercer dans ce secteur, sous réserve de considérer les conditions de travail propres à chaque situation concrète.

■ Sécurité - Prévention - Défense

Agent de sécurité, agent technicien de la police scientifique, chargé de sécurité, hygiène et environnement, commissaire de police, engagé volontaire de l'armée de terre, gardien de la paix, gendarme, lieutenant de police, (sous-)officier de l'armée de l'air/de terre, policier, sapeur-pompier, surveillant d'établissement pénitentiaire...

Les métiers de la police, de la sécurité civile et de l'armée obéissent à une sélection sur concours, avec un examen rigoureux de l'aptitude médicale des candidats. L'accès à ces métiers est restreint du fait de ces critères de sélection.

Ainsi, dans la police, ils doivent être aptes "à un service actif de jour comme de nuit pouvant comporter une exposition aux intempéries et des déplacements prolongés hors résidence". Les textes précisent qu'ils ne doivent être atteints "d'aucune affection médicale évolutive pouvant ouvrir droit à un congé longue maladie ou de longue durée".

L'examen comporte une visite médicale auprès d'un médecin de la police (ou de l'armée) ainsi qu'une épreuve physique (test d'endurance cardio-respiratoire). Les candidats sapeur-pompier doivent se prêter à un test de natation et à

différents tests (endurance, cardio-respiratoire, musculaire, abdominale, membres supérieurs, souplesse, vitesse et coordination). Les futurs gendarmes effectuent eux aussi un test de natation ainsi que "l'épreuve physique de gendarmerie" (parcours d'obstacles - simulation de combat - transport de poids).

Dans l'armée, pour tous les recrutements, la sélection tient compte de critères d'aptitude physique, y compris pour occuper des postes administratifs ou techniques. Un futur comptable ou boulanger devra passer pendant sa formation, un entraînement militaire de plusieurs mois.

L'armée recrute également des civils, qui n'ont pas le statut de militaire. La sélection se fait par concours, comme pour d'autres corps de fonctionnaires, avec une simple visite médicale. Rien n'empêche un patient atteint de mucoviscidose de tenter cette voie.

Les métiers administratifs ou techniques (police scientifique par exemple) ne se situent pas au niveau d'exigence physique requis pour des agents de terrain et peuvent donc intéresser les adultes atteints de mucoviscidose.

■ Social

Aide à domicile, aide médico-psychologique, animateur socio-culturel, assistant de service social, assistante maternelle, auxiliaire de vie, chargé d'insertion socio-professionnelle, conseillère en économie sociale et familiale, éducateur de jeunes enfants, éducateur spécialisé, médiateur de quartier, moniteur-éducateur, technicien de l'intervention sociale et familiale...

En matière d'intervention sociale, il est important de distinguer les postes qui s'exercent en "milieu ouvert" de ceux qui s'exercent en institutions. Les professionnels qui travaillent dans un internat doivent assurer une permanence certaines nuits et certains week-end. Les horaires y sont assez irréguliers.

Les conditions de travail vont aussi dépendre du public accueilli ou aidé. Travailler auprès d'enfants peut être très fatigant et les tout-petits sont une vraie source de contamination.

■ Sport

Educateur sportif, guide de haute montagne, ladjockey, maître-nageur, moniteur de sport, plongeur-scaphandrier...

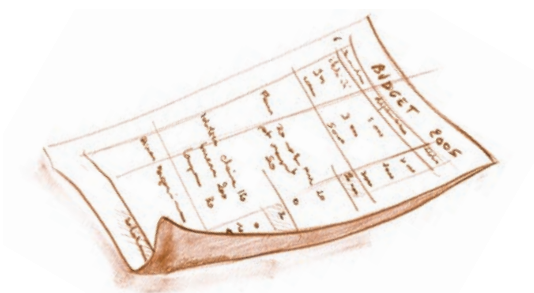


Si la pratique régulière d'un sport est recommandée chez les patients atteints de mucoviscidose, en faire son métier est plus difficile. Une excellente condition physique et un bon niveau sportif sont requis. Bien sûr les conditions de travail sont très différentes selon le sport concerné. Certains sportifs enseignent un sport tout en exerçant un autre métier.

La pratique de certains sports est à éviter (les sports d'eau, de plongée...). Les sports d'altitude ne peuvent être pratiqués sans avis médical.

■ Techniques administratives et financières - Gestion

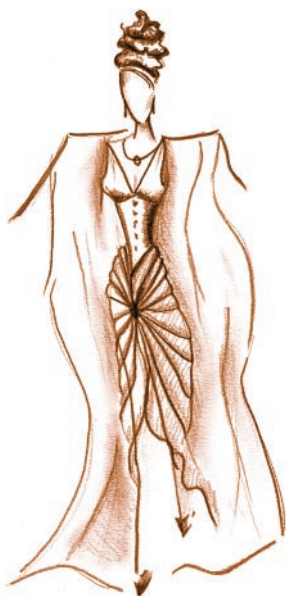
Auditeur financier, comptable, contrôleur de gestion, directeur administratif et financier, expert comptable, opérateur de traitement de texte, responsable des Ressources Humaines, secrétaire...



Rien ne contredit la possibilité pour une personne atteinte de mucoviscidose d'exercer dans ce secteur, sous réserve de considérer les conditions de travail propres à chaque situation concrète.

■ Textile - Habillement - Cuirs et peaux

Cordonnier, ingénieur textile, maroquinier, modéliste, patronnier-gradeur, sellier, styliste, tailleur-couturier, tapissier d'ameublement, teinturier-blanchisseur...



Ce secteur rassemble des métiers aux conditions d'exercice variées. Ceux qui relèvent de l'artisanat ne posent pas de problème. Même chose pour tout ce qui est création. Attention, dans la production, le textile est générateur de poussière, parfois de manière importante.

■ Thermique

Agent de maintenance en génie climatique, ingénieur frigoriste, monteur-dépanneur en installations thermiques, technicien frigoriste, technicien en génie climatique, technicien thermicien...

Ces métiers exigent de la robustesse et impliquent des déplacements (sur chantiers) et des horaires variables. Ils exposent également à des risques infectieux (maintenance de systèmes de climatisation).

■ Tourisme

Accompagnateur de voyage, agent de comptoir, forfaitiste, guide-interprète...

Les professionnels du tourisme doivent faire preuve de capacités relationnelles, d'adaptation, d'organisation. Les conditions de travail peuvent impliquer des variations d'horaires ainsi que de nombreux déplacements. La plupart des recrutements se font à un niveau Bac+2. La pratique d'une ou plusieurs langues est souvent exigée.

■ Transformation des matériaux - Métallurgie

Céramiste, chaudronnier, miroitier-vitrier, mouleur-noyateur, serrurier-métallier, soudeur, technicien de forge, technicien des industries du verre...

Les industries de transformation de matériaux et la métallurgie offrent des conditions de travail plutôt difficiles, à l'image des matériaux qu'elles doivent façonner.

Elles exigent une grande force, dans une atmosphère souvent chaude et empoussiérée. Elles sont donc peu compatibles avec la mucoviscidose.

■ Transport - Manutention

Agent de transit, chauffeur de taxi, chauffeur livreur, conducteur d'autobus/de car, conducteur de train, conducteur routier, consignataire de navire, coursier, déclarant en douane, déménageur, dock-ker, facteur, hôtesse de l'air/steward, ingénieur du contrôle de la navigation aérienne, logisticien, magasinier, marin de la marine marchande, officier de la marine marchande, pilote de ligne, pilote d'hélicoptère...

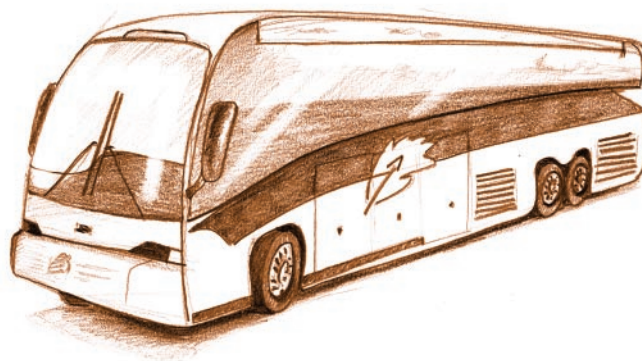
Les métiers de la logistique font principalement appel à des compétences d'organisation et sont donc accessibles aux adultes atteints de mucoviscidose.

Les autres professions sont plus problématiques. Manutentionnaire ou magasinier manipulent

régulièrement des charges lourdes, y compris quand ils ont des chariots-élévateurs à leur disposition (objets non accessibles aux chariots, repositionnement de charges sur le chariot...).

Les professions impliquant des déplacements de longue durée sont incompatibles avec le maintien d'une bonne hygiène de vie et des soins quotidiens.

Même dans le cadre de déplacements plus courts, le plaisir de la route et l'autonomie dans le travail ne doivent pas faire oublier les contraintes du métier : intempéries (neige, verglas), travail de nuit, horaires irréguliers et déplacements lointains, chargements parfois pénibles (opérations de bâchage - débâchage).



II - Le tableau récapitulatif des métiers

Explication

■ Le choix des métiers retenus

Les métiers, repris dans le récapitulatif des pages précédentes, ont été recensés par L'Office National d'Information Sur les Enseignements et les Professions (ONISEP), organisme qui dépend du ministère de l'Éducation nationale et du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche. Bien sûr la liste ci-après n'est pas limitative. Les métiers retenus sont classés par ordre alphabétique.

■ Lecture du tableau

Pour chaque métier sont précisés :

- Le secteur d'activité correspondant (une étude des caractéristiques de chaque secteur est présentée dans la partie précédente) ;
- Son degré de compatibilité avec la muco-viscidose 😊 😐 😞 ;
- Le niveau d'étude requis ;
- Des remarques (contraintes possibles en fonction du poste).

■ Le niveau de formation recommandé

Pour chaque profession, un niveau de formation est indiqué (voir encadré ci-dessous). Il s'agit précisément du niveau de formation recommandé pour accéder à tel ou tel métier, en tenant compte des exigences du marché du travail aujourd'hui. Ce niveau requis n'exclut pas de pouvoir exercer une profession avec un niveau de formation inférieur, voire supérieur. Mais, aujourd'hui, la règle serait plutôt d'embaucher des candidats surdiplômés, surqualifiés. Le niveau de formation indiqué est donc celui auquel se réalise la plupart des recrutements.

Lorsque, pour un métier donné, plusieurs niveaux de formation permettent l'accès à la profession, deux, voire trois niveaux sont indiqués. Dans quelques très rares cas, il n'existe pas de formation spécifique à un métier. Aucun niveau de formation n'est alors signalé.

Le niveau de formation recommandé (explication des niveaux) :

- CAP / BEP ou BdC :	Certificat d'Aptitude Professionnel / Brevet d'Études Professionnelles ou Brevet des Collèges.
- Bac :	Baccalauréat général, technique ou professionnel.
- Bac +2 / +3 :	Brevets de Technicien Supérieur (BTS), Diplômes d'Études Universitaires Générales (DEUG), Diplômes Universitaires Techniques (DUT), Licences, Diplômes d'État (DE).
- Bac +4 et plus :	Maîtrises, Diplômes d'Études Supérieures Spécialisées (DESS), Diplômes d'Études Approfondies (DEA), diplômes d'ingénieurs ou diplômes de grandes écoles, mastères, doctorats.

Les études ou la fonction commerciale sont généralement confiées à des techniciens supérieurs (BTS). La maintenance et l'organisation de chantier correspondent plutôt aux titulaires du bac pro, parfois du BEP.

■ Degré de compatibilité d'un métier avec la mucoviscidose

Nous indiquons pour chaque métier s'il est conseillé ou déconseillé pour des patients atteints de mucoviscidose en utilisant trois pictogrammes :

- 😊 = métier compatible
- 😐 = métier compatible avec réserves
- 😞 = métier peu compatible

Ce classement est réalisé sur la base d'un emploi occupé à temps plein, et au regard des contre-indications médicales expliquées précédemment.

Ces recommandations ne sont pas absolues. Elles sont à nuancer en fonction des éléments concrets rencontrés : l'environnement, le rythme de travail...

- La catégorie 😊 regroupe tous les métiers compatibles.

Attention toutefois : bien que compatibles, ces métiers peuvent impliquer des situations de travail plus ou moins faciles pour les patients.

Ainsi, le poste de secrétaire est a priori accessible. Cependant ce poste peut comporter une certaine tension (secrétariat de direction), des horaires décalés etc.

- Certains le sont sous réserve d'une étude des conditions d'emploi au regard de l'état de santé du candidat. Ils sont alors signalés par le pictogramme : 😐

Un exemple : attaché commercial. Selon les entreprises le commercial peut être sédentaire ou être contraint à de fréquents déplacements. Les conditions d'emploi sont donc différentes et, si l'orientation d'un jeune patient vers cette profession est compatible, il sera tout de même nécessaire de tenir compte des contraintes de soins, donc des conditions d'emploi, lors de la recherche d'un travail.

- La catégorie 😞 regroupe tous les métiers qui sont peu compatibles.

Il s'agit en général de professions réunissant deux réserves médicales. Par exemple, le métier de boulanger implique une activité physique intense, dans une atmosphère chaude, humide et allergène (farine).

Cette appréciation ne signifie pas que l'accès à ces métiers est impossible. Chaque mucoviscidose, chaque personne et chaque situation de travail est différente. Il s'agit donc de métiers pour lesquels la vigilance est de mise et qui, vraisemblablement, ne pourront pas être occupés sur une longue durée par un adulte atteint de mucoviscidose, impliquant donc une future réorientation.

■ La rubrique " Remarques "

Elle apporte des précisions sur les conditions d'exercice du métier et sur les caractéristiques qui le rendent incompatible avec une mucoviscidose.

Elle renvoie donc à la description des contraintes à éviter pour un patient atteint de mucoviscidose (lire page 4) mais aussi à d'autres aspects :

- **L'astreinte** : période lors de laquelle le salarié reste à disposition de son employeur, afin d'être en mesure d'intervenir si nécessaire pour effectuer son travail au service de l'entreprise. Les astreintes sont fréquentes dans le secteur social ou médical et dans la maintenance.

- **L'horaire variable** : les horaires varient en fonction de la charge de travail. Cette caractéristique s'observe principalement sur des postes d'encadrement ou de commercial.

- **L'horaire décalé** : le temps de travail s'effectue en dehors des heures du bureau, voire la nuit ou le week-end.

- **Le travail posté** : définit une organisation du travail dans laquelle plusieurs personnes se succèdent sur un même poste (travail en 2X8 ou 3X8). Il peut impliquer un travail de nuit.

Dans tous les cas, ces horaires de travail peuvent générer de la fatigue et être incompatibles avec des soins réguliers.

■ La situation du marché du travail

Il faut aussi tenir compte des fluctuations du marché de l'emploi. Les pictogrammes qui conseillent ou déconseillent un métier ne tiennent absolument pas compte de la situation du marché du travail. Pour chaque profession il faudra s'assurer que le marché est encore "porteur".

MÉTIERS	SECTEUR	COMPATIBILITE				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE	
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS		
Accompagnateur de voyage	tourisme	😊	X	X		Variations d'horaires Déplacements	
Acheteur	Commerce et distribution	😊		X	X		
Acheteur d'espaces publicitaires	Information communication	😊		X			
Actuaire	Banque-assurance	😊			X		
Administrateur de bases de données	Informatique télécommunications	😊			X		
Administrateur de biens	Immobilier	😊		X	X	Horaires décalés	
Administrateur de réseau	Informatique télécommunications	😊		X	X		
Administrateur judiciaire	Juridique - judiciaire	😊			X	Profession libérale	
Agent d'assainissement radioactif	Environnement	😊	X				
Agent de comptoir	Tourisme	😊			X		
Agent de maintenance en génie climatique	Thermique	😞		X	X	Déplacements, manipulation de charges lourdes, astreintes	
Agent de maintenance en mécanique	Mécanique	😊	X	X		Travail posté, horaires décalés	
Agent de production industrielle de mobilier et menuiserie	Bois-ameublement	😞	X			Exposition aux poussières de bois	
Agent de recouvrement	Adm. publique	😊					
Agent de relation avec la production agricole	Agriculture	😊			X		
Agent de sécurité	Sécurité	😊				Station debout, déplacements, travail de nuit	
Agent de transit	Transport	😊		X	X		
Agent d'entretien du réseau de transport gaz	Environnement	😊				Astreintes, déplacements	
Agent général d'assurances courtier d'assurances	Banque-assurance	😊		X	X	X	
Agent immobilier	Immobilier	😊		X	X	Horaires variables et décalés	
Agent / technicien de la police technique et scientifique	Sécurité	😊	X	X	X	X	Horaires variables et décalés
Agent technique et de gestion de la poste	Adm. publique	😊					
Agent technique forestier	Sylviculture	😊	X	X	X	Travail aux intempéries	
Agent, contrôleur, inspecteur des impôts	Adm. Publique	😊	X		X		
Aide à domicile	Social	😊				Activité physique, port de charges, risque infectieux	
Aide-chimiste	Chimie	😊	X			Travail posté	
Aide médico-psychologique	Social	😊	X				
Aide-soignant	Santé	😞	X			Ports de charges, risques infectieux, horaires décalés	
Ambulancier	Santé	😊	X			Port de charges, déplacements, amplitude horaire importante	
Analyste de crédit	Banque-assurance	😊			X		

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITE				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE	
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS		
Analyste financier	Banque-assurance	😊		X			
Analyste programmeur	Informatique télécommunications	😊		X	X		
Animateur socio-culturel	Social	😊	X				
Antiquaire	Métiers d'art	😊				Port de charges, déplacements	
Aquaculteur	Pêche	😞				Activité physique intense dans une atmosphère humide	
Archéologue	Sciences Humaines	😊		X		Déplacements, travail en extérieur	
Architecte	BTP	😊				Travaux sur chantiers	
Architecte de réseaux	Informatique télécommunications	😊		X	X		
Architecte d'intérieur	Métiers d'art	😊		X			
Architecte en système d'information	Informatique télécommunications	😊		X			
Archiviste	Information communication	😊		X	X	Poussière possible	
Artiste peintre	Métiers d'art	😊	X	X	X	X	
Assistant dentaire	Santé	😊	X				Station debout, risques infectieux, produits nocifs
Assistant de service social	Social	😊		X			
Assistant réalisateur	Audiovisuel	😊					Conditions d'exercice propre au secteur
Assistante spécialisée en école maternelle	Enseignement formation	😊	X				Risques infectieux, activité physique
Assistante maternelle	Social	😊					Fatigue, ports de charges, risques infectieux surtout avec des tout petits (< 2 ans), horaires décalés
Astrophysicien	Physique	😊			X		
Attaché commercial	Commerce - distribution	😊	X	X			Déplacements
Attaché de presse	Information - Communication	😊		X	X		Disponibilité
Attaché d'administration centrale	Administration Publique	😊					
Audioprothésiste	Santé	😊		X			
Auditeur	Techniques administratives	😊			X		
Auxiliaire de puériculture	Santé	😊	X				Fatigue, ports de charges, risques infectieux surtout avec des tout petits (< 2 ans), travail posté
Auxiliaire de vie	Social	😊					Activité physique, port de charges, risque infectieux
Avocat	Juridique - judiciaire	😊			X		Profession libérale
Barman	Hôtellerie-restauration	😞					Station debout, fumée, horaires décalés
Bibliothécaire	Information communication	😊		X			Poussière, manutention
Bijoutier-joaillier	Métiers d'art	😊	X				
Biotechnologue	Biologie	😊		X	X		Risques infectieux
Botaniste	Biologie	😊		X			Risques infectieux
Boucher	Commerce - distribution	😞	X				Activité physique intense, règles d'hygiène, horaires décalés

MÉTIERS	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Boulangier	Commerce - distribution	☹️	X			Activité physique intense, règles d'hygiène, horaires décalés, poussière de farine
Bureauticien "assistant utilisateur"	Informatique télécommunications	😊			X	
Cadre de la fonction publique	Administration publique	😊		X	X	
Cadreur	Audiovisuel	😊		X		Port de charges, horaires décalés
Caissier	Commerce - distribution	😊	X			Port de charges répétées, cadence, horaires décalés
Carreleur-mosaïste	BTP	☹️	X	X		Travail aux intempéries, activité physique intense, produits chimiques
Carrossier réparateur	Mécanique	☹️	X	X	X	milieu souvent poussiéreux, bruyant et odorant. déplacement et manipulation de charges
Cartographe	Géophysique	😊	X	X	X	
Caviste	Hôtellerie-restauration	☹️	X	X	X	Atmosphère confinée, et humide (risque infectieux), port de charges lourdes
Céramiste	Transformation de matériaux	☹️	X			Exposition à la poussière, aux produits toxiques, port de charges
Chanteur	Arts de la scène	😊				Horaires variables et décalés
Charcutier	Commerce - distribution	☹️	X			Activité physique intense, horaires décalés, règles d'hygiène
Chargé d'études marketing / média	Information - communication	😊		X	X	
Chargé d'études techniques	Banque-assurance	😊			X	
Chargé d'insertion socio-professionnelle	Social	😊		X	X	
Chargé de clientèle	Banque assurances	😊		X		
Chargé sécurité, hygiène, environnement	Sécurité	😊		X	X	Déplacements, travail sur le terrain
Charpentier bois	Bois-ameublement	☹️	X			Poussière, charges lourdes
Chaudronnier	Transformation des matériaux	☹️	X	X	X	Travail posté, charges lourdes, poussière
Chauffeur de taxi	Transport	😊	X			Variation d'horaires
Chauffeur Livreur	Transport	😊	X			Attention port de charges lourdes répété fréquent, horaires variables et décalés
Chef d'atelier des industries graphiques	Industries graphiques	😊		X		Exposition aux solvants, travail posté, horaires décalés ou de nuit
Chef d'établissement	Enseignement - formation	😊			X	
Chef de chantier conducteur de travaux	BTP	😊	X	X		Déplacements, travail sur chantier (port de charges, poussière, intempéries)
Chef de produit	Commerce - distribution	😊			X	
Chef de projet informatique	Informatique télécommunications	😊		X	X	
Chef de publicité	Information communication	😊		X	X	
Chef de rayon	Commerce - distribution	😊	X	X		Variation d'horaires, port de charges lourdes

MÉTIERS	SECTEUR	COMPATIBILITE				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Chef des ventes	Commerce - distribution	😊		X		Variation d'horaires
Chercheur en Biologie	Biologie	😐			X	"Risques infectieux"
Chirurgien-dentiste	Santé	😐			X	Station debout, risques infectieux
Clerc de notaire	Juridique - judiciaire	😊		X		
Coffreur-Boiseur	BTP	😞	X			Travail aux intempéries, port de charges en hauteur, poussière
Coiffeur	Soins esthétiques	😞				Station debout permanente, dans une atmosphère humide, usage de produits irritants
Comédien	Arts de la scène	😐				Horaires décalés
Commerçant	Commerce - distribution	😐				Variation d'horaires port de charges
Commissaire de police	Sécurité	😞		X	X	Tests d'aptitude physique
Commissaire-priseur	Juridique - judiciaire	😊			X	
Comptable	Techniques administratives	😊	X	X		
Concepteur Réalisateur multimédia	Information - communication	😊		X		
Concepteur-rédacteur communication	Information - communication	😊		X	X	
Concierge	Hôtellerie-restauration	😐		X		Station debout
Conducteur d'appareils de l'industrie chimique	Chimie	😞	X	X		Travail posté, exposition aux produits toxiques
Conducteur d'autobus / de cars	Transport	😐	X			Horaires décalés
Conducteur d'engins de travaux publics	BTP	😞	X			Travail sur chantier (port de charges, poussière, intempéries)
Conducteur de ligne de production agroalimentaire	Agroalimentaire	😐	X			Station debout, cadence, travail posté, règles d'hygiène
Conducteur de machines agricoles	Agriculture	😐	X	X		Travail aux intempéries, port de charges, variation d'horaires
Conducteur de machines à imprimer offset	Industries graphiques	😞	X	X		Travail posté, port de charges, solvants
Conducteur de train	Transport	😞		X		Déplacements, horaires décalés
Conducteur d'installations automatisées	Productique	😐		X		Travail posté Port de charge possible
Conducteur opérateur de scierie	Bois-ameublement	😞	X			Exposition à une atmosphère poussiéreuse, station debout
Conducteur routier	Transport	😞	X			Déplacements, port de charges
Conseiller agricole	Agriculture	😊		X		Attention aux déplacements
Conseiller d'orientation psychologue	Enseignement - formation	😊		X		
Conseiller en économie sociale et familiale	Social	😊		X		
Conseiller en environnement	Environnement	😊				
Conseiller en image (relooking)	Information - Communication	😊		X		
Conseiller principal d'éducation	Enseignement - formation	😊				
Consignataire de navire	Transport	😐	X	X		Horaires irréguliers
Contrôleur de gestion	Techniques administratives	😊				
Contrôleur laitier	Agroalimentaire	😐	X	X		Déplacements, travail en extérieur, horaires décalés, règles d'hygiène
Cordonnier	Textile	😐	X			Variation d'horaires, poussières, solvants

MÉTIERS	SECTEUR	COMPATIBILITE				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE	
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS		
Costumier	Arts de la scène	☹️	X			Possibilité Poussière	
Coursier	Transport	☹️				Travail aux intempéries	
Couvreur	BTP	☹️	X			Activité physique intense, intempéries	
Cuisinier	Hôtellerie-restauration	☹️	X			Activité physique intense, exposition à la chaleur, horaires décalés, règles d'hygiène	
Déclarant en douane	Transport	😊			X		
Décorateur de spectacle	Arts de la scène	😊	X	X	X	Horaires décalés, port de charges Menuiserie etc.	
Décorateur étalagiste	Commerce-distribution	😊		X	X	Horaires décalés, port de charges, déplacements	
Déménageur	Transport	☹️				Activité physique intense, port de charges ++	
Démographe	Sciences Humaines	😊			X		
Dépanneur en électroménager	Electricité - électronique	😊	X	X		Port de charges, postures contraignantes	
Dessinateur - Graphiste	Information - Communication	☹️		X			
Dessinateur industriel	Mécanique	😊		X	X		
Dessinateur projeteur	BTP	😊		X	X		
Développeur en informatique	Informatique - télécommunications	😊		X	X		
Diététicien	Santé	😊		X			
Directeur administratif et financier	Techniques administratives	😊		X			
Directeur artistique	Information - Communication	😊		X	X	Variations d'horaires	
Directeur d'hôtel / de restaurant	Hôtellerie-restauration	😊				Variations d'horaires	
Directeur de la photographie	Audiovisuel	😊		X	X	X	Variations d'horaires, déplacements, travail en extérieur
Docker ouvrier portuaire	Transport	☹️				Activité physique intense, insalubrité	
Documentaliste	Information - Communication	😊		X	X		
Dresseur de chiens	Elevage	😊	X			Activité physique intense dans des conditions climatiques difficiles	
Ébéniste	Bois-ameublement	☹️	X	X	X	poussière	
Economiste	Hôtellerie-restauration	😊	X	X	X	Variation d'horaires	
Economiste	Economie	😊			X		
Editeur	Edition	😊		X	X		
Educateur de jeunes enfants / spécialisé	Social	😊		X		Activité physique et risque infectieux (avec les moins de 2 ans)	
Educateur sportif	Sport	😊		X		Activité physique intense	
Electricien automobile	Electricité - électronique	😊	X	X		Port de charges lourdes, horaires contraignants	
Electricien d'entretien	Electronique-électro-technique	😊	X	X		Postures contraignantes, déplacements	
Employé de restaurant	Hôtellerie-restauration	😊	X			Activité physique intense, fumée, horaires décalés	
Engagé volontaire de l'armée de terre	Sécurité	☹️				Epreuves de sélection, activité physique intense, exposition aux intempéries	

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Enseignant d'art	Enseignement - formation	😊		X		
Enseignant chercheur	Enseignement - formation	😊			X	
Enseignant spécialisé	Enseignement - formation	😊			X	Station debout fréquente
Ergonome	Santé	😊			X	
Ergothérapeute	Santé	😊		X		
Esthéticien-cosméticien	Soins esthétiques	😊	X	X	X	Station debout, atmosphère humide
Ethnologue	Sciences Humaines	😊			X	Déplacements
Expert comptable	Techniques administratives	😊			X	
Expert en automobile	Mécanique	😊	X	X		Déplacements
Exploitant agricole	Agriculture	😊				Activité physiques sans des conditions climatiques difficiles, produits phytosanitaires toxiques
Facteur	Transport	😊	X			Activité physique, port de charges
Femme de chambre / de ménage	Hôtellerie-restauration	😊				Activité physique, poussière, utilisation de produits toxiques, horaires décalés
Fleuriste	Commerce - distribution	😊				Risque infectieux, port de charges, station debout
Forfaitiste	Tourisme	😊		X		Déplacements
Formateur d'adultes	Enseignement - formation	😊		X	X	Statut vacataire fréquent
Garçon de café	Hôtellerie-restauration	😊				Station debout permanente, variation d'horaires, atmosphère enfumée
Gardien de la paix	Sécurité	😊	X	X		Recrutement sur critère de santé activité physique intense, fatigue nerveuse, travail en continu
Gendarme	Sécurité	😊	X	X		Recrutement sur critère de santé activité physique intense, fatigue nerveuse, travail en continu
Géologue	Géophysique	😊		X	X	Déplacements, travail en extérieur
Géomètre-topographe	BTP	😊		X	X	Travail en extérieur et déplacements possibles
Gérant de restauration collective	Hôtellerie-restauration	😊		X		Mesures d'hygiènes rigoureuses
Gestionnaire de patrimoine	Banque-assurance	😊			X	
Gestionnaire de portefeuille	Banque-assurance	😊			X	
Gouvernante d'étage	Hôtellerie-restauration	😊	X	X		Variations d'horaires, participation aux tâches de nettoyage possible
Greffier	Juridique-judiciaire	😊		X		
Grutier	BTP	😊	X			Travail sur chantier (intempéries, port de charges)
Guichetier	Banque-assurance	😊	X	X		
Guide de haute montagne	Sport	😊				Activité physique intense dans des conditions climatiques difficiles
Guide-interprète	Tourisme	😊		X	X	Station debout continue, déplacements - statut vacataire fréquent
Horloger	Métiers d'art	😊	X			
Horticulteur	Agriculture	😊	X	X	X	Risque infectieux, travail en extérieur ou en milieu humide, port de charges lourdes, produits phytosanitaires toxiques

MÉTIER	SECTEUR		COMPATIBILITÉ			CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
			CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3 BAC +4 ET PLUS	
Hôtesse d'accueil	Hôtellerie-restauration	😊	X	X		Station debout possible
Hôtesse de l'air / steward	Transport	😞	X			Déplacements (rythme de vie irrégulier) recrutement sur tests d'aptitude physique
Huissier	Juridique - judiciaire	😊			X	
Infirmier	Santé	😞		X		Risque infectieux, activité physique intense, variation d'horaires
Infirmière spécialisée (puéricultrice, anesthésiste, de bloc...)	Santé	😞		X		Risque infectieux, activité physique intense, variation d'horaires
Infographiste	Industries graphiques	😊	X	X		
Ingénieur agronome	Agroalimentaire	😊			X	
Ingénieur bâtiment et travaux publics	BTP	😊			X	Travail en extérieur, déplacements, horaires variables
Ingénieur chimiste	Chimie	😊			X	Exposition aux toxiques
Ingénieur des eaux et forêts	Sylviculture	😊			X	Travail en extérieur, déplacements, horaires décalés
Ingénieur du contrôle de la navigation aérienne	Transport	😊			X	Variation d'horaires importants
Ingénieur du son	Audiovisuel	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur électronicien	Electricité - électronique	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur en informatique industrielle	Informatique - télécommunications	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur en intelligence artificielle télécommunications	Informatique	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur en mécanique	Mécanique	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur en télécommunications	Informatique - télécommunications	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur financier	Banque / assurances	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur frigoriste	Thermique	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur opticien	Optique	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur papetier	Bois-ameublement	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur plasturgiste	Chimie	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur qualité	Productique	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur sanitaire	Santé	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur système-réseau	Informatique - télécommunications	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur technico-commercial	Commerce - distribution	😊		X	X	Déplacements, horaires décalés
Ingénieur textile	Textile	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Inspecteur de banque	Banque-assurance	😊			X	Déplacements, horaires décalés
Inspecteur de l'Education Nationale	Enseignement - formation	😊		X		
Inspecteur du permis de conduire et de la sécurité routière	Enseignement - formation	😊	X			
Inspecteur de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes	Administration publique	😊			X	Déplacements
Inspecteur/contrôleur du travail	Administration publique	😊			X	Déplacements
Interprète	Langues	😊			X	Horaires irréguliers, déplacements

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Jardinier	Agriculture	X				Travail en extérieur, produits phytosanitaires toxiques, horaires variables, manutention, postures
Journaliste	Information - communication			X		Horaires décalés et variables
Juriste d'entreprise	Juridique - judiciaire				X	
Kinésithérapeute	Santé			X		Risques infectieux et port de charges lourdes
Laborantin d'analyses médicales	Santé			X		Risques infectieux, station debout
Lad-jockey, Lad-driver	Sport	X				Exposition aux poussières, poils de cheval, intempéries, endurance
Lectrice	Lettres		X	X	X	Déplacements, variation ponctuelle des horaires
Libraire	Commerce -distribution		X	X	X	Horaires variables, port de charges, station debout
Lieutenant de police	Sécurité			X		Horaires décalés, déplacements, tension, constitution physique particulière
Lingère	Hôtellerie-restauration	X				Efforts physiques, station debout, dans une atmosphère chaude et humide
Logisticien	Transport			X	X	Disponibilité
Luthier	Métiers d'art	X	X	X		Poussière de bois possible
Maçon	BTP	X	X			Déplacements, travail sur chantier (port de charges, poussière, intempéries), postures contraignantes
Magasinier	Transport	X				Poste plus ou moins mécanisé : station debout, activités physiques intenses, port de charges
Magistrat	Juridique - judiciaire				X	Disponibilité, horaires irréguliers, permanences
Maître d'hôtel	Hôtellerie-restauration		X	X		Horaires chargés et irréguliers, station debout, fatigue physique et nerveuse
Maître-nageur/sauveteur	Sport	X				Endurance
Maître d'oeuvre	BTP	X	X			
Mandataire liquidateur	Juridique-judiciaire			X	X	Déplacements
Manipulateur électroradiologie	Santé			X		Radiations ionisantes, produits toxiques, station debout, possibles horaires décalés avec garde, risques infectieux
Maquettiste	Edition			X		
Marchandiseur	Commerce-distribution			X		Horaires irréguliers
Marin de marine marchande	Transport	X				Horaires variables, aptitudes physiques, déplacements de longues durées, exposition intempéries,
Maroquinier	Textile	X				Horaires variables dans certaines entreprises, produits toxiques (solvants), poussière
Matelot de pêche	Pêche	X				Port de charges répété, horaires irréguliers de jour et de nuit

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Mécanicien Affûteur	Mécanique	☹️	X			Atmosphère poussiéreuse (bois), port de charge possible
Mécanicien d'entretien d'avion	Mécanique	😊	X			Horaires décalés, nuit, travail en hauteur, exposition aux intempéries, condition physique
Mécanicien en confection	Mécanique	😊	X			Position assise ou debout prolongée, dépassement d'horaire, exposition aux poussières de textile.
Mécanicien en cycles et motocycles	Mécanique	😊	X			Postures parfois contraignantes, port de charges, produits toxiques (solvants)
Mécanicien outilleur	Mécanique	☹️	X			Station debout prolongée, poussière, produits toxiques (solvants), déplacements, horaires postés, parfois fin de semaine
Mécanicien réparateur	Mécanique automobile	😊	X	X		Produits toxiques (solvants), postures contraignantes, port de charges, horaires postés
Mécanicien réparateur en matériel agricole/Agent de maintenance agricole	Mécanique	☹️	X			Exposition aux intempéries, milieu odorant et poussiéreux, activité intense, physique port de charges, déplacement
Mécanicien réparateur d'engins de chantier	Mécanique	☹️	X			Exposition aux intempéries, produits toxiques (solvants), poussière, activité physique intense, port de charges, déplacements
Médecin	Santé	😊			X	Horaires irréguliers, risques infectieux, déplacements
Médiateur de quartier	Social	😊				
Médiateur du livre	Lettres	😊	X	X		Dimanche, jours fériés
Menuisier / menuisier d'agencement charges,	Bois-ameublement	☹️	X			Atmosphère poussiéreuse, port de horaires irréguliers, disponibilité, déplacements, station debout prolongée
Météorologiste	Environnement	😊		X	X	Horaires décalés, lieu de travail isolé, déplacements
Mètreur, Economiste de la construction	BTP	😊				Déplacement, travail sur chantier
Microtechnicien	Mécanique	😊	X	X		Variation d'horaires
Miroitier - Vitrier	Transformation des matériaux	☹️				Manipulation de charges lourdes
Modéliste	Textile	😊				Poussière possible
Moniteur d'auto-école	Enseignement - formation	😊				Horaires décalés, atmosphère confinée, peu de pauses
Moniteur de sport	Sport	😊				Bonne condition physique
Moniteur éducateur	Social	😊		X		Horaires décalés
Monteur-Agent de maintenance d'ascenseurs	Mécanique	😊	X			Astreintes et travail en extérieur possibles, déplacements, postures complexes
Monteur - Cableur	Electricité - électronique	😊	X			Poussière, déplacements, horaires décalés, nuit
Monteur dépanneur en installations thermiques	Thermique	😊	X			Déplacements, astreintes, horaires irréguliers, port de charges lourdes

MÉTIERS	SECTEUR	COMPATIBILITE				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Monteur en cinéma	Audiovisuel	☹️				Rythme de travail intense, déplacements, horaires irréguliers et décalés
Monteur-électricien	Electricité - électronique	☹️	X			Travail en extérieur, dépassement d'horaire, astreinte
Monteur-électricien en réseaux de distribution	Electricité - électronique	☹️		X		Travail en extérieur, travail en hauteur, activité physique, dépassement d'horaire, astreinte
Mouleur - noyauteur	Transformation des matériaux	☹️	X			Poussière, port de charges, postures difficiles
Musicien	Arts de la scène	☹️				Horaires décalés, déplacements, nuit, fin semaine
Notaire	Juridique-judiciaire	😊		X	X	Astreinte, déplacements
Océanographe	Biologie	☹️		X	X	Horaires irréguliers, déplacements,
Oenologue	Agroalimentaire	😊	X	X	X	Déplacements
Officier de la marine marchande	Transport	☹️		X	X	Déplacements au long cours, conditions climatiques difficiles, recrutement sur critère de santé
Officier / sous-officier de l'armée	Sécurité	☹️				Recrutement sur critère d'aptitude physique
Opérateur de traitement de texte	Techniques administratives	😊	X			
Opérateur d'usinage sur machines à commandes numériques	Productique	☹️	X			Station debout prolongée, horaires décalés, travail posté, poussière possible
Opérateur polyvalent de fabrication de produits alimentaires	Agroalimentaire	☹️	X			Station debout prolongée, horaires décalés, travail posté, règles d'hygiène rigoureuse
Opérateur sur les marchés ou trader	Banque-assurance	☹️			X	Horaires décalés, rythme soutenu, stress
Opticien lunetier	Santé	😊	X	X		Station debout prolongée
Orthophoniste	Santé	😊			X	
Orthoprothésiste	Santé	😊	X	X	X	Poussière possible
Orthoptiste	Santé	😊		X		
Palefrenier	Elevage	☹️	X			Activité physique en extérieur, exposition aux poussières et poils
Parfumeur	Chimie	😊			X	
Pâtissier	Commerce - distribution	☹️				Activité physique intense, horaires décalés, règles d'hygiène, poussières de farine
Patron de pêche	Pêche	☹️				Activité physique intense, déplacements en mer
Patronnier-gradeur	Textile	😊	X			
Paysagiste	Environnement	😊		X	X	
Pédicure-podologue	Santé	😊		X		Déplacements
Peintre en bâtiment	BTP	☹️	X			Activité physique intense, exposition aux intempéries, inhalation de produits toxiques
Peintre en carrosserie	Automobile	☹️				activité physique intense et exposition à une atmosphère toxique
Pharmacien	Santé	😊			X	Station debout, risque infectieux
Pharmacien dans l'industrie	Santé	😊			X	

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE	
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS		
Photographe	Audiovisuel	😊	X	X		Horaires variables, déplacements	
Photogreveur	Industries graphiques	😊	X	X		Travail posté, manipulation de produits chimiques, station debout	
Pilote de ligne	Transport	😞			X	Horaires variables, déplacements, critères physiques de sélection	
Pilote d'hélicoptère	Transport	😞				Horaires variables, déplacements, bonne santé requise au recrutement + visites médicales régulières	
Plâtrier	BTP	😞				Activité physique intense, travail en extérieur, poussière	
Plombier	BTP	😞	X			Activité physique intense	
Plongeur-Scaphandrier	Sport	😞				Risques liés à la pressurisation + milieu humide	
Podo-Orthésiste	Santé	😊	X	X	X		
Policier	Sécurité	😞				Recrutement sur critère de santé activité physique intense, fatigue nerveuse, travail en continu	
Préparateur en pharmacie	Santé	😊	X	X		Station debout, risque infectieux	
Professeur dans l'enseignement agricole	Enseignement - formation	😊			X	Fatigue	
Professeur d'éducation physique et sportive	Enseignement - formation	😊			X	Fatigue	
Professeur d'enseignement général et technologique du second degré	Enseignement - formation	😊			X	Fatigue, risques infectieux	
Professeur des écoles	Enseignement - formation	😊			X	Fatigue, risques infectieux	
Projectionniste	Audiovisuel	😊	X			Horaires variables et décalés	
Prothésiste dentaire	Santé	😊	X	X	X	Poussière possible, produits toxiques	
Psychanalyste	Santé	😊			X		
Psychologue	Santé	😊			X		
Psychologue du travail	Santé	😊			X		
Psychothérapeute	Santé	😊					
Psychomotricien	Santé	😊			X	Port de charges, risque infectieux	
Qualiticien	Productique	😊			X	X	
Réceptionniste	Information Communication	😊	X	X	X	Horaires décalés	
Rédacteur d'assurance	Banque-assurance	😊			X		
Rédacteur en chef	Information Communication	😊			X	X	Horaires variables, déplacements
Régisseur lumière	Arts de la scène	😊	X	X	X	Horaires variables et décalés, déplacements...	
Reporter -photographe	Information Communication	😊			X	X	Horaires variables, conditions de reportage plus ou moins aisées, déplacements
Représentant	Commerce - distribution	😊				Déplacements, pression liée aux objectifs commerciaux	
Responsable de communication	Information Communication	😊				X	
Responsable de formation	Enseignement - formation	😊				X	
Responsable de promotion des ventes	Commerce - distribution	😊			X	X	

MÉTIERS	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Responsable de scierie	Bois - ameublement	☹️		X		Poussière de bois en atelier
Responsable de service après-vente	Commerce - distribution	😊			X	Horaires variables, travail le week-end
Responsable des ressources humaines	Techniques administratives	😊			X	Horaires variables
Responsable d'ordonnancement	Productique	😊		X		Horaires variables
Responsable du back-office	Banque-assurance	☹️			X	Horaires irréguliers, stress
Responsable en intelligence économique	Economie	😊			X	
Responsable micro et réseaux	Informatique - télécommunications	😊			X	
Responsable qualité en industrie agroalimentaire	Agroalimentaire	😊			X	
Restaurateur d'œuvres d'art	Métiers d'art	☹️	X			Solvants, poussières
Sage-femme	Santé	☹️			X	Horaires irréguliers, risques infectieux
Sapeur-pompier	Sécurité	☹️				Recrutement sur critère d'aptitude physique - activité physique intense, fatigue nerveuse, travail en continu, exposition à la chaleur et à la fumée
Scénariste	Audiovisuel	😊				
Scripte	Audiovisuel	😊				Attention aux conditions de travail propres au secteur
Secrétaire	Techniques administratives	😊	X	X		
Secrétaire de mairie	Administration Publique	😊	X			
Sellier	Textile	☹️	X	X		Port de charges, produits toxiques (solvants)
Sérigraphe	Industries graphiques	☹️	X	X		Exposition aux solvants, station debout, travail posté (en entreprise)
Serrurier-métallier	Transformation des métaux	☹️	X			Station debout, port de charges, travail sur chantier (charpente, ferronnerie...)
Serveur	Hôtellerie-restauration	☹️				Activité physique, port de charges, atmosphère enfumée
Sociologue	Sciences Humaines	😊				
Solier-moquetiste	BTP	☹️				Activité physique intense, poussière, produits toxiques
Sommelier	Hôtellerie-restauration	😊				
Soudeur	Transformation des matériaux	☹️	X			Station debout, contorsions, travail posté, déplacements, fumée de soudure, chaleur
Souffleur de verre	Métiers d'art	☹️	X			Activité physique, Poussière possible
Styliste	Textile	😊			X	
Surveillant d'établissement pénitentiaire	Sécurité	☹️	X			Recrutement sur critère d'aptitude physique
Syndic de copropriété	Immobilier	😊			X	Horaires variables
Tailleur/couturier	Textile	😊	X			
Tailleur de pierre	Métiers d'art	☹️	X			Exposition aux poussières de roche en atmosphère froide et humide, port de charges
Tapissier d'ameublement	Textile	☹️	X			Exposition aux poussières et solvants, port de charges

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS	
Taxidermiste	Métiers d'art	☹️	X			Usage de produits chimiques toxiques
Technicien biologiste	Biologie	☹️		X		Station debout, manipulation de produits nocifs (risque infectieux), astreintes possibles
Technicien chimiste / génie chimique	Chimie	☹️				Exposition aux produits toxiques
Technicien d'exploitation en informatique	Informatique télécommunications	☺️		X		
Technicien de fabrication des industries graphiques	Industries graphiques	☺️		X		Horaires variables
Technicien de fabrication industrielle de mobilier et de menuiserie	Bois-ameublement	☺️		X		Exposition à la poussière de bois si exercice en atelier
Technicien de forge	Transformation des matériaux	☹️	X	X		Travail posté possible, port de charges, exposition à la chaleur
Technicien de l'intervention sociale et familiale	Social	☹️	X			Travaux ménagers fatiguant, port de charges lourdes possible
Technicien de maintenance de lignes à haute tension	Electricité - électronique	☹️		X		Travail en hauteur et en plein air, contraintes posturales, déplacements, astreintes
Technicien de maintenance en matériel électronique grand public	Electricité - électronique	☹️		X		Manipulation de charges lourdes
Technicien de maintenance en informatique	Informatique télécommunications	☺️		X		
Technicien des industries du verre	Transformation des matériaux	☺️		X		Travail posté possible
Technicien de traitement des eaux	Environnement	☹️	X			Risques infectieux, manipulation de produits toxiques
Technicien du son	Audiovisuel	☹️		X		Horaires irréguliers et décalés, déplacements, port de charges
Technicien électronicien	Electricité - électronique	☺️		X		
Technicien électrotechnicien	Electricité - électronique	☺️		X		
Technicien en automatismes	Productique	☺️		X		
Technicien en génie climatique	Thermique	☹️		X		Déplacements nombreux en clientèle, risques infectieux, port de charges
Technicien en informatique industrielle	Informatique télécommunications	☺️		X		
Technicien en mécanique	Mécanique	☺️	X			
Technicien en optique de précision	Physique	☺️		X		
Technicien forestier	Sylviculture	☺️				Travail en extérieur, déplacements sur le terrain
Technicien frigoriste	Thermique	☹️	X			Déplacements, horaires variables, risques infectieux
Technicien hot line	Informatique télécommunications	☺️		X		Déplacements, horaires variables
Technicien plasturgiste	Chimie	☹️	X	X		Travail posté, port de charges, station debout
Technicien réseau	Informatique - télécommunications	☺️		X		Astreintes possibles la nuit et le week-end

MÉTIER	SECTEUR	COMPATIBILITÉ				CONTRAINTES POSSIBLES/POSTE	
		CAP / BEP	BAC	BAC+2 / BAC +3	BAC +4 ET PLUS		
Technicien thermicien	Thermique	😊			X	Exposition possible à certaines nuisances (poussière, chaleur, produits chimiques) travail de jour ou posté	
Teinturier blanchisseur	Textile	😞	X			Activité physique intense, en atmosphère humide et au contact de solvants	
Télévendeur	Commerce - distribution	😊	X	X	X	Horaires décalés, stress	
Toiletteur d'animaux	Elevage	😊	X			Station debout pénible, port de charges, exposition aux poussières et aux solvants	
Traducteur	Langues	😊			X		
U rbaniste	Environnement	😊			X		
V endeur	Commerce - distribution	😞	X	X	X	Station debout pénible	
Vendeur sur les marchés	Commerce - distribution	😊				Activité physique, déplacements	
Verrier au chalumeau	Métiers d'art	😞	X			Exposition à la poussière et aux solvants	
Vétérinaire	Elevage	😊			X	Activité physique intense	
Visiteur médical / délégué médical	Santé	😊		X	X	Déplacements fréquents, risque infectieux	
Viticulteur	Agriculture	😊	X	X		Activité physique intense, produits toxiques phytosanitaires	
W ebmaster	Informatique - télécommunications	😊			X	X	
Z oologiste	Biologie	😊			X	Déplacements, conditions climatiques parfois difficiles	

III - Témoignages

Métiers conseillés

■ Paysagiste :

"En ce qui concerne le métier de paysagiste, je tiens à dire que c'est un métier de contact humain plus que de contact avec la terre... à moins de faire du suivi de chantier... et encore ce n'est pas le paysagiste que vous décrivez qui tient la pelle !

Celui-la nous l'appelons jardinier, d'autres l'appellent entrepreneur en paysage... mais en terme d'appellation, la confusion règne dans les esprits !

Quand nous ne sommes pas avec le client ou le collègue archi ou urba ou paysagiste, nous sommes au bureau devant notre micro ou au téléphone, ou encore sur le terrain, à pied ou en voiture pour l'observation, prises de notes écrites ou photo.

Pour le reste, rythme de travail entre autre, c'est comme pour tous les métiers.

Quant au statut, le libéral a ses avantages (souplesse et liberté) et ses inconvénients (pas de salaire fixe mais des honoraires fluctuantes, pas de congés payés, de journées maladies payées), le salariat aussi. Tout dépend de ses possibilités et de ses choix perso."

Véronique

■ Banque :

"Dans la banque, il y a des assistants commerciaux qui sont en "front office" c'est à dire en contact direct avec la clientèle et ceux qui sont en "back office" sans contact direct. J'ai été pendant 2 ans en front office. C'est agréable si vous aimez vendre et le contact client. Mais j'ai du arrêter car je chopais à l'hiver tout ce qui passait : rhume, angine... Donc je dirais que pour un muco c'est possible tant que l'état général est relativement bon. Mais prévoir une lotion pour se désinfecter les mains régulièrement car l'argent c'est sale !

Aujourd'hui je suis en "back office" et là les tâches sont diversifiées. On a le même titre "assistant commercial" mais le travail est différent. Il s'agit plus d'un travail administratif où les contacts avec la clientèle se font surtout par téléphone. On peut bien sûr être amené à recevoir des clients mais ces contacts sont quand même beaucoup moins fréquents.

Pour les postes de conseiller de clientèle (chargé de clientèle), il faut supporter la pression et tenir un poste à plein temps. On commence seulement à voir des postes de conseiller à 80% mais pas encore de mi-temps. Aujourd'hui le conseiller est aussi agent d'assurance car les banques commercialisent des produits d'assurances : auto, habitation..."

Caroline

Métiers avec réserve

■ Chercheur en biologie :

"Quand on arrive en thèse, on travaille à proprement parler et les horaires sont assez contraignants. Il ne faut pas non plus hésiter à sacrifier ses week-ends. Bref, c'est assez dur à concilier avec tous les soins liés à la Muco, mais quand on est motivé, on y arrive.

Pendant ma deuxième année de thèse, j'ai eu l'idée de postuler pour un emploi réservé aux handicapés dans la fonction publique. Mon objectif : obtenir un poste de chercheur dans le labo de biologie où j'étais. Après quatre longues années de "lutte", j'ai obtenu un poste d'ingénieur au sein de l'université. Actuellement, j'occupe ce même poste et mon travail est passionnant : j'encadre les étudiants, j'anime des réunions, je prépare des présentations orales. Je m'occupe de la maintenance des appareils du labo et j'ai également mes propres sujets de recherche. Un des axes que nous développons au labo est le transfert de gènes par vecteurs synthétiques dans les poumons de souris, afin un jour de guérir de la Muco !"

Hélène

■ Assistante dentaire :

"Je découvre la profession d'assistante dentaire, en même temps que j'apprends ma mucoviscidose. J'ai alors 20 ans, mon état de santé plutôt satisfaisant à l'époque me permettra de travailler à temps plein une dizaine d'années.

Bien protégée par un masque, des lunettes et une paire de gants (risque de contamination et toxicité de certains produits oblige), j'assiste chaque soin au fauteuil, en même temps que je prépare la pâte à empreinte ; je répond au téléphone, prends un RDV, reçois un représentant, stérilise l'instrumentation... Bref ne pas avoir les deux pieds dans le même sabot, savoir gérer l'urgence et s'adapter à toute situation, c'est tout cela être une assistante dentaire et cela requiert un bon état de santé... Aujourd'hui ma santé me le permet plus mais ces années ont été très enrichissantes, tant au niveau des responsabilités que des connaissances acquises, des rencontres et rapports humains."

Nataly

■ Electricien :

"Être ou ne pas être électricien..."

Pourquoi l'électricité ? Attiré par la magie de l'éclairage en étant petit, les études m'ont permis de comprendre cette énergie qui nous entoure... !

Elle est partout, au domicile ou dans l'industrie... A la fin des deux années d'étude, il est possible de s'orienter vers l'une ou l'autre.

En tant qu'adulte atteint de mucoviscidose, j'ai rencontré des difficultés liées à la fatigue dues aux cures d'antibiotiques. Le port de charges lourdes devenait alors subitement une contrainte supplémentaire. Il faut ruser alors pour alléger sa caisse à outils... ! Pas toujours facile mais réalisable !

Je conseillerai d'obtenir le plus haut niveau d'études possible (niveau ingénieur ou BTS) afin d'avoir la possibilité de choisir un poste plus sédentaire (en bureau d'études par exemple) lorsque la santé commence à poser problème.

Egalement tenir compte du fait que dans l'industrie, les horaires des postes sont souvent "en équipe" ce qui impose de commencer assez tôt vers 6h30 et finir parfois vers 21h30 si vous êtes de l'équipe du soir ! L'avantage étant d'avoir du temps libre en journée, ce qui est confortable et pratique.

C'est un métier extrêmement intéressant, varié et où les possibilités de maintien dans l'emploi en cas de difficultés de santé dépendent directement du poste de travail ainsi que de l'entreprise, choisissez bien votre environnement !

... mais n'hésitez pas !"

Jean-Philippe

Métiers déconseillés

■ Infirmière :

"Infirmière, un métier compatible avec la mucoviscidose ?

Les médecins vous diront que non, moi je vous dit "tout dépend".

La muco ne me pose pas trop de souci de santé et je suis infirmière depuis 1996. C'est un métier passionnant, très enrichissant mais qui pompe énormément d'énergie aussi bien physiquement que moralement parfois.

L'un des risques de ce métier c'est le problème des infections. En effet, l'infirmière, ou l'aide soignante, est en contact rapproché avec les patients et ceux-ci peuvent être infectés avec de nombreux germes, qui peuvent nous contaminer. De plus, nous sommes aussi porteurs de bactéries, dont certaines sont résistantes à certains antibiotiques et nous risquons de contaminer certains malades dont le système immunitaire est fragile (patients greffés, sous chimiothérapie anti-cancéreuse, atteintes du Sida, ...).

Vous me direz que vous pourrez choisir la spécialité dans laquelle vous souhaitez travailler ou pourquoi pas devenir infirmière scolaire ou en entreprise. Le problème majeur reste les études. En effet pendant les études, les lieux de stage sont imposés et il y a un passage obligé dans certains services à risque (réanimation...). De plus, les études sont très intenses et la présence en cours et en stage obligatoire (il y a 30 jours d'absence autorisés pour plus de trois ans d'études). Il faut aussi savoir qu'avant d'entrer en formation, il faut un certificat d'aptitude établi par un médecin agréé par la DDASS alors la muco peut faire obstacle (moi je n'avais rien dit mais la maladie peut laisser des traces : chambre implantable, gastrostomie, ... et la fameuse radio du thorax).

L'une des difficultés de ce métier reste aussi les horaires. Le matin le travail commence vers 6h, le soir il se termine vers 21h - 22h et à cela s'ajoute les nuits et le travail les week-end et jours fériés.

Mais je trouve que c'est un métier passionnant, très enrichissant. Alors avant de faire votre choix, parlez-en longuement avec votre médecin. Il faut aussi que vous soyez conscient que si la maladie s'aggrave, il vous faudra certainement changer d'orientation professionnelle."

Noële



IV - Adresses

Où s'informer ?

■ Pour tous

- La **DDTEFP** (Direction Départementale du Travail, de l'Emploi et de la Formation Professionnelle) décline au plan départemental les directives du Ministère de l'Emploi. Elle intervient dans la gestion des contrats aidés (déclarations, agréments, suivi des mesures ...).

- L'**ANPE** (Agence Nationale pour l'Emploi) a pour mission de collecter les offres d'emploi et de mettre en relation demandeurs d'emploi et employeurs. Elle intervient aussi au niveau de la construction du parcours professionnel, au travers de formations et d'ateliers de techniques de recherche d'emploi. L'ANPE propose un service public, accessible à tous :

il n'est pas obligatoire d'être inscrit pour pouvoir consulter les offres.

→ *Orientation, techniques de recherche d'emploi, formations, offres d'emploi*

www.anpe.fr

- **CCI (Chambre de Commerce et de l'Industrie), Chambre des métiers et Chambre d'agriculture**

Il s'agit d'organismes de conseil et de liaison au service, respectivement : des entreprises commerciales et industrielles, des artisans, des entreprises ou exploitants agricoles. Elles rassemblent une vaste documentation sur les entreprises et proposent également des formations, notamment sur l'aide à la création et à la gestion d'entreprise. En particulier, la chambre de métiers a un rôle de relais et d'aide au placement des jeunes en contrat d'apprentissage.

→ *Apprentissage, contrat de qualification, annuaires des entreprises, aide à la création d'entreprise*

- **CIO** (Centres d'Information et d'Orientation)

Dépendant de l'Education Nationale, ils s'adressent principalement aux jeunes scolarisés de la 6^{ème} à la Terminale, mais aussi aux étudiants et aux demandeurs d'emploi (sur rendez-vous). Vous y trouverez une documentation sur les métiers, secteurs et débouchés, et pourrez également bénéficier d'un entretien avec un conseiller-psychologue. SCUIO et CUIO sont des CIO implantés dans les universités. Ils renseignent plus spécifiquement sur les filières universitaires.

→ *Documentation métiers, formations et débouchés, orientation (fiches CIDJ et ONISEP)*

■ Pour les jeunes 16/25 ans

- **PAIO** (Permanence d'Accueil, d'Information et d'Orientation) **et Missions Locales** interviennent sur l'ensemble des domaines intéressant les jeunes : *formation, emploi mais aussi logement, santé etc.* Elles s'adressent principalement aux jeunes sans qualifications, à qui elles proposent des actions d'orientation, bilan, formation et un accès à des offres d'emploi (dont contrats de qualification et d'apprentissage).

- **AFIJD** (L'Association pour Faciliter l'Insertion des Jeunes Diplômés) s'adresse aux étudiants ou jeunes diplômés (Bac+2 et +).

→ www.afij.org : *programme des formations, offres d'emploi, adresses des antennes régionales*

■ Pour les travailleurs handicapés

• La **COTOREP** (COmmision Technique d'OriEntation et de REclassement Professionnel) est compétente pour attribuer la *reconnaissance Travailleur Handicapé* aux personnes de plus de 20 ans qui en font la demande et pour se prononcer sur leur *orientation professionnelle* (en fonction de l'avis du *médecin du travail*) : *formations qualifiantes spécifiques, emplois réservés* Fonction Publique, recherche directe d'emploi, *milieu protégé*. C'est elle aussi qui décide de l'attribution de *l'Allocation Adulte Handicapé* et de la *carte d'invalidité*. Elle ne procure pas d'emploi !

remarque : à compter du 1^{er} janvier 2006, la COTOREP devient la **Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées**, dont le siège sera situé au sein de la **maison départementale des personnes handicapées**.

• **l'AGEFIPH** (Fonds pour l'insertion professionnelle des Personnes Handicapées) gère les sommes versées par les entreprises au titre de l'obligation d'embauche des travailleurs handicapés. Elle finance des aides à l'embauche, des formations, des aménagements de postes etc.

→ *Compléments de financement*

www.agefiph.asso.fr

• Les **structures Cap Emploi : EPSR** (Equipe de Préparation et de Suite au Reclassement) et OIP (Organisme d'Insertion Professionnelle) ont pour mission d'accompagner les personnes *reconnues Travailleurs Handicapés* dans leurs démarches de recherche d'emploi. Ils conseillent les entreprises dans leurs recrutements et mettent en relation employeurs et handicapés.

→ *Orientation, formations, techniques de recherche d'emploi, offres d'emploi*

Adresses sur www.agefiph.asso.fr

■ Pour les cadres

• **L'APEC** (Association pour l'Emploi des Cadres) conseille les cadres en recherche d'emploi, diffuse des offres recueillies auprès des entreprises et édite des documents et études sur l'emploi des cadres. Elle s'adresse aussi à certains jeunes diplômés à Bac + 4, qui sont invités à s'inscrire dans l'année qui suit l'obtention de leur diplôme.

→ *Orientation, formations, techniques de recherche d'emploi, offres d'emploi, documentation métiers et secteurs.*

→ www.apec.fr

• **L'APECITA** est l'intermédiaire dans le recrutement des Cadres Ingénieurs et Techniciens de l'Agriculture.

→ www.apecita.com

Et aussi www.vaincrelamuco.org
Vaincre la Mucoviscidose
181 rue de Tolbiac 75013 Paris
Tél : 01.40.78.91.91.
Mail : info@vaincrelamuco.org

Adhérer, c'est marquer votre solidarité avec notre combat

Engagez-vous à nos côtés pour nous aider à faire progresser la recherche,
la qualité des soins et les conditions de vie des patients.



OUI, Je soutiens les actions de l'Association Vaincre la mucoviscidose et j'adhère :

Nom Prénom
 Adresse
 Code Postal Ville
 Tél : E-mail :
 Je suis Patient Conjoint de patient Parent (âge de l'enfant)
 Famille (lien avec le patient)..... Sympathisant (soignant, bénévole).....

Adhérent Principal

- 25 €
 40 €
 80 €
 800 €

Le montant de l'adhésion pour toute autre personne du même foyer est de 10 euros.

Nom Prénom
 Adresse
 Code Postal Ville
 Tél : E-mail :
 Je suis Patient Conjoint de patient Parent (âge de l'enfant)
 Famille (lien avec le patient)..... Sympathisant (soignant, bénévole).....

Autres Adhérents

10 €

Nom Prénom
 Adresse
 Code Postal Ville
 Tél : E-mail :
 Je suis Patient Conjoint de patient Parent (âge de l'enfant)
 Famille (lien avec le patient)..... Sympathisant (soignant, bénévole).....

10 €

L'adhésion est valable un an du 1^{er} janvier au 31 décembre*. Par ailleurs, si vous êtes imposable, votre cotisation effectuée en faveur de Vaincre la Mucoviscidose, Association reconnue d'utilité publique, vous permet de bénéficier d'une déduction fiscale de votre impôt de 66% des sommes versées dans la limite de 20% de votre revenu imposable. Pour cela, un reçu fiscal vous sera adressé.

*Toute nouvelle adhésion entre le 1^{er} septembre et le 31 décembre est valable jusqu'à la fin de l'année suivante.

Total

..... €

Adhérer, c'est être mieux informé grâce à notre revue trimestrielle (une par foyer) et à l'espace réservé adhérents sur Internet.
Adhérer, c'est obtenir une carte d'adhérent et avoir la possibilité de voter à l'Assemblée Générale.

Adhérer, c'est avoir la possibilité de :

- Recevoir la Lettre aux adultes (abonnement compris dans l'adhésion)
 Vous impliquer dans la vie associative locale et être contacté par le représentant local.

Merci de préciser votre nom et prénom :

Merci de renvoyer ce bulletin d'adhésion accompagné d'un chèque ou de l'autorisation de prélèvement automatique ci-dessous à **Vaincre la Mucoviscidose**, 181, rue de Tolbiac – 75013 Paris,
 Tél.: 01 40 78 91 91-Fax : 01 45 80 86 44 - E-mail : info@vaincrelamuco.org - Site Internet : www.vaincrelamuco.org

AUTORISATION DE PRELEVEMENT AUTOMATIQUE (Joindre un RIB ou un RIP obligatoirement)

Association bénéficiaire : Vaincre la Mucoviscidose, 181, Rue de Tolbiac-75013 Paris

OUI, je choisis la formule de paiement de ma cotisation annuelle par prélèvement automatique et j'autorise ma banque à effectuer, le 15 décembre de chaque année, sur mon compte un prélèvement de : €

Mes coordonnées

Mme Mlle Mr
 Nom Prénom
 Adresse
 Code Postal Ville

Coordonnées de mon agence bancaire

Etablissement
 Agence
 Adresse
 Code Postal Ville

En application de l'article 27 de la loi du 6 janvier 1978, vous pouvez accéder aux informations vous concernant, communiquées par vous à l'association, demander leur rectification, leur suppression ou vous opposer à leur échange ou cession par l'association (01 40 78 91 91).

Date et signature : / /

Ce document est édité **par Vaincre la Mucoviscidose**, grâce à la générosité du public, de ses partenaires et de ses adhérents.

Pour nous aider à continuer à publier des documents pour les patients, les parents et les professionnels de santé, vous pouvez nous soutenir :

- en faisant un **don (www.vaincrelamuco.org)**
- **ou en adhérant à l'association** (bulletin d'adhésion joint à l'intérieur de cette brochure).

Votre don ou votre adhésion permettront également et en tout premier lieu de financer des programmes de recherche, d'améliorer la qualité des soins et la qualité de vie des malades.

En adhérant à l'association, vous serez également destinataire d'informations régulières sur la maladie et les avancées de la recherche.

Créée en 1965, Vaincre la Mucoviscidose regroupe des patients, des parents, des médecins, des chercheurs, des sympathisants et est animée par des bénévoles et des permanents autour d'un objectif unique : Vaincre la Mucoviscidose. Elle dispose de 33 délégations régionales.

L'ASSOCIATION A FIXÉ QUATRE PRIORITÉS :

• Guérir la mucoviscidose en soutenant et en finançant la recherche.

Subventions de projets de recherche fondamentale et clinique, développement des essais cliniques, diffusion de l'information scientifique (colloques, publications...). **Depuis 1998, plus de 400 projets de recherche ont été financés.**

• Soigner la mucoviscidose en améliorant la qualité des soins

Subventions et suivi des centres de soins, formation des soignants, suivi du dépistage néonatal systématique, suivi épidémiologique grâce à l'Observatoire National de la Mucoviscidose, soutien de l'activité de transplantation pulmonaire.

• Vivre mieux avec la mucoviscidose en améliorant la qualité de vie des patients

Accompagnement individuel des patients et de leurs proches (scolarité, emploi, droits sociaux...), aides financières, actions collectives auprès des pouvoirs publics.

• Sensibiliser le grand public à la mucoviscidose et informer parents et patients

Manifestations et collecte de fonds, sensibilisation des pouvoirs publics et partenaires, animation de la vie associative, information des patients et de leurs proches (bulletin trimestriel, brochures thématiques, site Internet ...).

Vaincre la Mucoviscidose

Reconnue d'utilité publique - Membre du Comité de la Charte

181, rue de Tolbiac - 75013 Paris - Tél : 01 40 78 91 91 - Fax : 01 45 80 86 44
E-mail : info@vaincrelamuco.org • Site internet : www.vaincrelamuco.org

