

CAP EMPLOI

Handicap, recrutement & maintien

**Découvrez le témoignage de Christine
actuellement en cours de création d'activité
avec Cap emploi**

Christine, 55 ans, a d'abord travaillé avec Cap emploi sur la résilience, la confiance en soi et le pouvoir d'agir.

Elle est ensuite entrée en formation d'assistante digitale en alternance, où elle a été suivie par Cap emploi tout au long de son parcours de formation, jusqu'à l'obtention de son diplôme. Malgré sa maladie invalidante, elle a su mener de front sa formation, ses trajets et son emploi avec beaucoup de courage et de détermination.

Par la suite, elle a gagné en autonomie et a enchaîné plusieurs CDD et remplacements sur des postes d'assistante administrative et numérique.

Aujourd'hui, elle souhaite créer son activité en autoentreprise dans l'artisanat afin de concilier sa vie professionnelle et sa vie privée, trouver un meilleur équilibre et mieux vivre au quotidien avec sa maladie invalidante.

PARCOURS

Quand et comment avez-vous découvert que vous étiez atteint(e) de fibromyalgie

J'ai vécu une errance médicale de plus de six ans. Ma kiné m'en a parlé pendant trois ans, mais j'oubliais tout en sortant de son cabinet. La douleur prend le dessus sur tout, car le cerveau la traite toujours en priorité, d'où les oublis répétés.

Qu'est-ce que ce diagnostic a changé pour vous, dans votre vie personnelle et professionnelle ?

Comme tout diagnostic, cela met enfin un mot sur les maux. Cela m'a permis de faire mes propres recherches, même si à l'époque il y avait très peu d'informations;

De quoi êtes-vous la plus fière dans votre parcours malgré la maladie ?

D'avoir pu continuer à travailler, de me lever tous les matins.

FIBROMYALGIE ET EMPLOI

Pouvez-vous nous raconter votre parcours professionnel et votre situation actuelle ?

J'ai été diagnostiquée en 2011. Le travail avec mon psychiatre nous a permis de comprendre que la maladie s'était révélée dès 2005. Cela est devenu difficile sur le plan professionnel et j'ai été licenciée officiellement pour motif économique.

Je suis restée deux ans au chômage, avec le suivi d'une RH avec laquelle j'ai réalisé un bilan de compétences. Ensuite, j'ai travaillé sur divers postes puis j'ai déménagé en Bretagne.

Quels sont les principaux obstacles que vous avez rencontrés dans le monde du travail en lien avec la fibromyalgie ?

Peut-être, et je dis bien peut-être, mes problèmes de mémoire liés à la douleur et à la prise de médicaments lourds.

Comment l'accompagnement de Cap emploi vous a-t-il aidée dans votre parcours professionnel ?

Cela m'a permis d'essayer encore et toujours de conserver un emploi.

Qu'est-ce qui vous aide aujourd'hui à vous sentir bien et à maintenir votre activité professionnelle ?

L'idée de créer mon entreprise et de ne plus dépendre d'une entreprise ou d'un patron qui, et c'est normal, a des attentes que je ne peux plus toujours assurer.

MESSAGE DE SENSIBILISATION

Quels conseils ou bonnes pratiques aimeriez-vous partager avec d'autres personnes concernées par la fibromyalgie ?

Même si vous souffrez, levez-vous, sortez, sociabilisez-vous coûte que coûte.

Quel message souhaiteriez-vous faire passer à l'occasion de cette journée mondiale de la fibromyalgie ?

Il faut prendre en compte les douleurs, les problèmes de sommeil et tous les autres symptômes liés à la fibromyalgie, et nous permettre de rester dans le monde du travail, même si cela implique de changer les codes et les manières de travailler.