

Gérer sereinement votre arrêt de travail : démarches et modèles

Checklist des démarches administratives

- Consultez votre médecin pour obtenir l'avis d'arrêt de travail (volets 1, 2 et 3).
- Vérifiez que vos coordonnées bancaires sont à jour auprès de la CPAM pour le versement des indemnités journalières.
- Transmettez le volet 3 à votre employeur dans un délai de 48 heures après la date d'interruption de travail.
- Envoyez les volets 1 et 2 à votre caisse d'Assurance Maladie.
- Consultez votre convention collective pour vérifier si des modalités d'information spécifiques sont imposées par votre entreprise.
- En cas de prolongation, transmettez le nouvel avis à votre employeur dans les 48 heures suivant la prescription.

Modèle de lettre à transmettre à votre employeur

- Objet : Notification d'arrêt de travail
- Madame, Monsieur, je vous informe par la présente que je suis placé en arrêt de travail du [Date de début] au [Date de fin prévue] inclus.
- Conformément à la réglementation en vigueur, je vous transmets ci-joint le volet 3 de mon avis d'arrêt de travail.
- Mon numéro de sécurité sociale est le [Votre numéro de sécurité sociale].
- Je reste à votre disposition pour toute information complémentaire d'ordre administratif.
- Veuillez agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations distinguées.

Points de vigilance indispensables

- Délai de rigueur : L'envoi sous 48 heures est impératif pour éviter tout retard dans le traitement de votre dossier.
- Mode d'envoi : Il est fortement recommandé d'envoyer le courrier en lettre recommandée avec accusé de réception (LRAR) pour conserver une preuve juridique.
- Télétravail : Si vous êtes en télétravail, un envoi électronique est possible uniquement si le contrat de travail ou les usages de l'entreprise le prévoient.
- Secret médical : Vous n'avez aucune obligation de divulguer la nature médicale de votre maladie à votre employeur.
- Heures de sortie : Respectez strictement les heures de sortie autorisées mentionnées par votre médecin (généralement 9h-11h et 14h-16h) pour éviter la suspension de vos indemnités.