

## Outils interactifs

Pour consulter les outils interactifs, allez à : [www.cancerandwork.ca](http://www.cancerandwork.ca)



### Outil d'analyse d'emploi

Vous aidera vous et votre employeur, à identifier les exigences de votre poste, ce qui pourra vous aider à décider si vous êtes prêt à travailler.

### Outil de planification de retour au travail

Partager cet outil de planification de retour au travail avec votre employeur pour élaborer conjointement un horaire de retour au travail graduel.



### Outil sur les sources d'énergie et de fatigue

Aide les survivants du cancer à identifier dans quelle mesure certaines activités affectent leur niveau d'énergie et de quelles façons les aborder dans le milieu de travail.

### Outil de suivi de la fatigue

Permet de consigner votre niveau de fatigue. Savoir à quel moment de la journée vous êtes fatigué vous aidera à établir un plan de retour au travail éclairé.

### Outil pour nourrir la positivité

Vous aidera à identifier vos peurs et à gérer vos pensées concernant votre retour au travail.



### Outil de symptômes cognitifs au travail

Vous aidera à identifier de quelles façons cela pourrait avoir un impact sur votre travail et il vous guidera dans vos démarches pour informer votre employeur, vos fournisseurs de soins de santé et votre compagnie d'assurance.

### Outil d'analyses des tâches

Vous aidera à analyser vos tâches au travail. Ceci comprend l'identification des tâches qui sont prioritaires et celles qui ne le sont pas.



# CANCER ET TRAVAIL

Le site Web **Cancer et Travail** aide les survivants du cancer à trouver un travail, à retourner au travail ou à rester en mesure de travailler.

Allez à : [www.cancerandwork.ca](http://www.cancerandwork.ca) pour obtenir des informations répondant aux besoins particuliers des survivants du cancer, des fournisseurs de soins de santé et des employeurs.



# Sujets abordés



## Retourner/Rester au travail

Songez-vous à retourner à votre ancien travail? Dans cette section, les étapes du retour au travail, iCanWork, vous montre un plan de 11 étapes à suivre.

## Impact du cancer sur le travail

Vous êtes fatigué, stressé, incapable de vous concentrer ou vous rencontrez d'autres défis liés au cancer ou à ses traitements? Servez-vous de notre liste pour comprendre de quels symptômes vous pourriez souffrir et comment les gérer au travail.

## Communication et Travail d'équipe

Vous fournit des informations sur comment planifier votre retour au travail, incluant comment communiquer avec votre équipe de soins de santé, vos collègues et votre compagnie d'assurance.

## Évaluation de votre aptitude au travail

Traite des évaluations qui peuvent vous aider à comprendre si vous êtes prêt à reprendre le travail, si vous avez besoin de plus de temps ou si un autre travail vous convient mieux.

## Finances et Invalidité

Porte sur les congés de maladie payés et les ressources disponibles dans le cadre de ces programmes qui peuvent vous apporter du soutien pour votre retour au travail.

## Bien-être sur le lieu de travail

Vous montrera comment se détresser et prendre soin de vous-même, ce qui pourrait être utile au travail.

## Aménagements du milieu de travail

Les aménagements sont des adaptations du milieu de travail qui peuvent vous aider à accomplir votre travail. Ceci peut vous donner quelques idées d'adaptations au travail en fonction des symptômes et des informations sur les aides et technologies d'adaptation.

## Changement de travail et Recherche d'emploi

Offre des informations spécifiques au cancer sur l'exploration de carrière, l'adaptation à des priorités changeantes, l'arrêt du travail ou le départ à la retraite ainsi que des idées pour la recherche d'un emploi.

## Informations destinées aux proches aidants

Prenez-vous soin d'un membre de la famille qui a été diagnostiqué d'un cancer? Cette section vous donne des idées sur comment prendre soin de vous, sur les ressources financières disponibles pour les proches aidants ainsi que sur les droits et responsabilités juridiques en matière d'emploi.

## Informations sur les lois, les politiques et les pratiques

Avez-vous des questions sur vos droits juridiques en tant que survivant du cancer? Cette section fournit des réponses aux questions que la plupart des gens se posent au sujet de leurs droits et vous propose des liens vers des organismes des droits de la personne qui offrent des services gratuits ou à faible coût à travers le Canada.

## Liens vers les services d'emploi et ressources

Fournit des liens à des programmes en matière d'emploi et des programmes de réadaptation professionnelle qui vous aideront à reprendre le travail.

[www.cancerandwork.ca](http://www.cancerandwork.ca)

## Le site Web Cancer et Travail offre :

- 500 pages de contenu
- 9 vidéos éducatives
- 8 outils en ligne
- Contributions de 27 rédacteurs professionnels



## Nous désirons vos commentaires et avis.

Votre contribution nous aidera à créer le site Web le plus utile possible pour vous et les autres survivants du cancer. Vous pouvez nous aider en partageant votre expérience. Contactez-nous à : [Info@cancerandwork.ca](mailto:Info@cancerandwork.ca)

Nous vous encourageons également à vérifier notre section Recherche pour participer à l'une de nos toutes dernières études.