Fédération Française
des Diabétiques



Diabète & Droits

# Diabètes et travail

www.federationdesdiabetiques.org

## La Fédération Française des Diabétiques à votre service.

La Fédération Française des Diabétiques est une association de patients, au service des patients et dirigée par des patients, créée il y a plus de 80 ans. Avec son réseau d'environ **100 associations et délégations locales,** elle a pour vocation de représenter les 4 millions de personnes atteintes de diabète. Elle est reconnue d'utilité publique depuis 1976 et agréée par le ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées.

## Ses missions

> **Informer, accompagner et prévenir.**
> **Défendre** individuellement et collectivement les patients.
> **Soutenir** la recherche et l'innovation.

La Fédération finance majoritairement ses actions grâce à la générosité du public.

—

Contenu rédactionnel et conception graphique :
Fédération Française des Diabétiques
Photo de couverture : © Rawpixel

*Les textes de ce livret ont été rédigés en toute indépendance.*

*Article L-122-4 du Code de la propriété intellectuelle : toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayant droit ou ayant cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque.*

**Dernière mise à jour : octobre 2026**

# Sommaire


**4** **L'ACCÈS À L'EMPLOI**
Pages 4 à 8

**9** **LE MAINTIEN EN EMPLOI**
Pages 9 à 13

**14** **LA FIN DE LA RELATION CONTRACTUELLE**
Pages 14 à 15

**16** **DIABÈTES ET TRAVAIL :**
**LES INTERLOCUTEURS UTILES**
Pages 16 à 19




# L'accès à l'emploi

## Existe-t-il des « métiers interdits » aux personnes vivant avec un diabète ?

Jusqu'en 2021, certains métiers étaient formellement « interdits » aux personnes vivant avec un diabète. Cela résultait de textes anciens qui, pour la plupart, faisaient du diabète une cause d'inaptitude automatique pour l'accès à certains corps de métiers.

La Fédération Française des Diabétiques a œuvré pendant de nombreuses années afin de permettre une ouverture du marché du travail aux personnes atteintes de maladies chroniques. En effet, le caractère ancien des textes et les innovations thérapeutiques considérables favorisant l'autonomie des patients ont permis d'aboutir à l'adoption de la loi du 6 décembre 2021 relative aux restrictions d'accès à certaines professions en raison de l'état de santé[1] portée par la députée Agnès Firmin le Bodo et coconstruite avec la Fédération. **Cette loi prévoit de manière très claire que l'évaluation de l'aptitude médicale doit être effectuée de manière individuelle,** en tenant compte des possibilités de traitement et de compensation du handicap. **Autrement dit, l'évaluation de l'aptitude médicale doit désormais être faite au cas par cas, sans qu'une pathologie ne puisse entraîner l'exclusion d'office.**

Pour autant, cela ne signifie pas qu'à ce jour tous les métiers sont accessibles et ouverts aux personnes vivant avec un diabète. **En septembre 2026 et malgré certaines modifications législatives, certains métiers**

[1] LOI n° 2021-1575 du 6 décembre 2021 relative aux restrictions d'accès à certaines professions en raison de l'état de santé

**restent très difficiles d'accès aux personnes vivant avec un diabète, et particulièrement quand ce diabète est traité par insuline. Il s'agit notamment des postes de policiers adjoints, des postes des corps actifs de la police nationale, des réservistes opérationnels de la police nationale, des postes des armées et de la gendarmerie ainsi que de nombreux métiers du transport ferroviaire, maritime et aérien[2].**

En revanche, les évolutions ont porté leurs fruits dans le domaine de la sécurité civile (hors pompiers de Paris et Marseille, qui sont militaires), les emplois de la direction des douanes et droits indirects ainsi que pour le personnel de surveillance de l'administration pénitentiaire. Pour ces postes, les personnes dont l'état de santé leur permet d'assurer les missions qui leur sont confiées ne sont plus exclues d'office.

## Documents à préparer en vue d'une visite médicale d'aptitude à l'embauche

Pour tous les postes soumis à une visite médicale d'aptitude, nous vous conseillons de vous rendre à cette visite médicale avec des documents démontrant l'équilibre de votre diabète, l'absence de complications et l'adéquation de votre état de santé avec les fonctions visées. Cela peut être des attestations médicales, des résultats d'examens, mais aussi par exemple des attestations de pratique sportive. Cela n'est bien sûr pas obligatoire !
En effet, comme la loi indique que l'appréciation de l'aptitude médicale doit être effectuée de manière individuelle, il peut être utile de présenter au médecin des documents permettant d'étudier votre situation personnelle.

## Contestation d'un avis d'inaptitude

Quel que soit le poste pour lequel vous effectuez une visite médicale d'aptitude, cet avis peut être contesté ! Dans un premier temps, la contestation s'effectue devant un collège de médecins (qui porte un nom différent selon les corps de métiers) ; ce recours, appelé recours grâcieux, doit être effectué dans un délai de deux mois à compter de la notification de l'avis vous concernant.
En cas de confirmation de votre inaptitude, il est possible d'engager une procédure devant le tribunal administratif. Ce recours contentieux doit être effectué dans un délai de deux mois à compter de la confirmation médicale de votre inaptitude (le délai court à compter de la notification de la réponse au recours gracieux).

**N'hésitez pas à contacter Diabète et Droits pour être accompagné.**

[2] Afin d'y voir plus clair, la Fédération a publié dans son rapport 2026 sur les droits des personnes vivant avec un diabète de type 1, consacré aux enjeux sociaux, un tableau récapitulatif des métiers interdits et des évolutions législatives.

## Comment cela se passe-t-il pour les autres postes ?

Pour les postes qui ne sont pas soumis à une visite médicale d'aptitude à l'embauche, vous serez amené à voir le médecin du travail au moment de votre embauche. Pour autant, il ne s'agit pas d'une visite médicale d'aptitude mais d'une visite d'information et de prévention. Toutefois, si votre état de santé le nécessite, le médecin du travail pourra être amené à préconiser des adaptations de votre poste à votre employeur, notamment si cette activité professionnelle risque d'avoir des répercussions négatives sur votre santé.

Par ailleurs, certaines professions peuvent également être difficiles à exercer en cas de diabète mal équilibré et/ou de complications. C'est le cas notamment des métiers conduisant à occuper des postes dits de sécurité (travail en hauteur, travail avec des machines dangereuses, etc.) et de certains métiers nécessitant une très bonne acuité visuelle. Faites le point avec votre médecin traitant !

## Dois-je signaler à mon employeur que je suis atteint d'un diabète ?

Il n'existe aucune obligation d'informer son employeur ou futur employeur de son état de santé. Aucune sanction ne peut être prise à l'encontre d'un salarié ni au moment de l'embauche ni en cours de carrière en raison de son état de santé. En effet, l'article L1132-1 du Code du travail prévoit un principe de non-discrimination.

Par ailleurs, **la Fédération recommande de ne pas l'indiquer lors de l'entretien d'embauche** car l'employeur n'a pas d'obligation de justifier les raisons de son refus d'embauche.

Lors de l'embauche, il est nécessaire de fournir une attestation de carte vitale à l'employeur pour justifier de son affiliation à l'Assurance maladie : attention, il est possible que la mention Affection Longue Durée (ALD) figure sur cette attestation. Si tel est le cas et que vous ne souhaitez pas que votre employeur en soit informé, vous pouvez demander à votre Caisse primaire d'Assurance maladie (CPAM) de vous délivrer une attestation de droits sans cette mention.

**Pour plus d'informations, consultez le site officiel de l'administration française service-public.fr.**

Si vous ne souhaitez pas informer votre employeur de votre état de santé, il peut cependant être utile qu'un collègue soit informé, lorsqu'une relation de confiance s'instaure, afin qu'il puisse avoir les bons réflexes en cas d'hypoglycémie.



© PeopleImages

## Dois-je dire au médecin du travail que je suis atteint d'un diabète ?

À ce jour, il n'existe pas d'obligation légale d'informer la médecine du travail. Cependant, le médecin du travail est la seule personne, dans l'environnement professionnel, habilitée à recevoir des informations médicales : il est donc fortement recommandé de l'informer de son état de santé. Il pourra ainsi exercer sa mission de prévention. Il est tenu au secret médical et ne doit pas divulguer d'informations personnelles à l'employeur concernant un salarié.

Son rôle est de protéger la santé des salariés. Pour cela, il va notamment vérifier si l'état de santé du salarié est compatible avec son emploi.

Le médecin du travail peut préconiser à l'employeur des aménagements du poste ou des horaires de travail (plus d'informations page 10). Dans ce cas, l'employeur est tenu de les prendre en compte et doit établir une contestation écrite si ces adaptations ne sont pas possibles au sein de l'entreprise.



# Le maintien en emploi

## **Je dois régulièrement voir mes médecins et réaliser des examens** pour le suivi de mon diabète. Ai-je le droit de m'absenter sur mon temps de travail ?

Le code du travail prévoit une disposition en faveur des salariés reconnus en ALD (Affection Longue Durée). Article L1226-5 du Code du travail : « Tout salarié atteint d'une maladie grave au sens du 3° et du 4° de l'article L160-14 du code de la Sécurité sociale bénéficie d'autorisations d'absence pour suivre les traitements médicaux rendus nécessaires par son état de santé. »



En théorie, **les personnes en ALD qui ont besoin de se rendre à des rendez-vous pour raisons médicales doivent pouvoir s'absenter pour les traitements en lien avec cette ALD.**
Toutefois, le texte ne précise pas les modalités d'organisation et d'indemnisation de ces autorisations d'absence. Il convient donc d'échanger au préalable et de trouver un accord avec son employeur. La pratique est très variable : certains employeurs accordent des autorisations spéciales, certains demandent à ce que les horaires soient rattrapées, et d'autres encore demandent à ce qu'un jour de congé soit posé.

**Découvrez notre article dédié aux absences au travail pour rendez-vous médicaux.**
Je suis salarié en ALD et, dans le cadre du traitement de mon diabète, je dois me rendre à des rendez-vous médicaux sur le temps de travail. Comment faire ? En savoir plus

## Mon diabète ne me permet plus de travailler à temps plein. Existe-t-il des possibilités de travailler à temps partiel ?

Si l'état de santé du salarié rend cela nécessaire, un temps partiel thérapeutique peut être envisagé. Pour pouvoir en bénéficier, il faut que le médecin traitant établisse une prescription médicale. Cette prescription est temporaire.

Dans le cadre d'un temps partiel thérapeutique dans le secteur privé, l'employeur vous verse votre salaire au prorata des heures de travail effectuées et la Sécurité sociale peut vous verser des indemnités journalières en complément. Les indemnités journalières versées par la Sécurité sociale sont calculées par votre Caisse primaire d'Assurance maladie (CPAM).

Si vous êtes fonctionnaire, votre traitement de base est maintenu dans son intégralité. Le temps partiel thérapeutique dans la fonction publique est limité à un an. D'autres possibilités de temps partiel peuvent exister, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre administration ou à contacter Diabète et Droits, le service juridique de la Fédération.



**Attention :** si cela est susceptible de désorganiser le fonctionnement de l'entreprise, l'employeur peut refuser la mise en place du temps partiel thérapeutique.

## Mon diabète ne me permet plus d'effectuer toutes les missions qui me sont affectées. Existe-t-il des possibilités d'adaptations ?

Si votre état de santé les rend nécessaires, le médecin du travail peut préconiser à votre employeur des adaptations de votre poste et/ou de vos horaires de travail. Le médecin du travail est chargé de protéger votre santé au regard de votre activité professionnelle et votre employeur a une obligation de sécurité à votre égard : il est donc tenu de prendre en compte les préconisations de la médecine du travail.

Il n'existe pas de liste limitative des adaptations possibles, mais nous savons que pour les personnes vivant avec un diabète ces adaptations peuvent être par exemple : des pauses régulières, la limitation du port de charges lourdes ou de missions isolées, l'adaptation des horaires afin d'avoir des horaires fixes, etc.
Si nécessaire, votre médecin traitant ou spécialiste peut adresser un courrier au médecin du travail pour bien lui expliquer votre situation et lui indiquer que des adaptations sont nécessaires pour que votre santé ne se dégrade pas.

**Attention :** l'employeur est tenu de prendre en compte les préconisations du médecin du travail et de faire en sorte de les mettre en œuvre mais il peut aussi lui indiquer que cela est impossible. Dans ce cas, le médecin du travail pourra envisager de vous déclarer inapte à votre poste de travail.



© Tommy Lacey

## On m'a parlé de la reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé (RQTH). De quoi s'agit-il ?

Il s'agit d'une reconnaissance administrative qui est **réservée aux personnes qui entrent dans la définition du handicap**. La personne qui fait une demande pour bénéficier d'une RQTH doit pouvoir justifier que ses **possibilités d'obtenir ou de conserver un emploi sont effectivement réduites** du fait de la dégradation d'au moins une fonction physique, sensorielle, mentale ou psychique.

Les personnes vivant avec un diabète peuvent, selon leur situation, bénéficier de cette reconnaissance. Toutefois, cela n'est pas automatique. La demande est à déposer auprès de la maison départementale des personnes handicapées (MDPH) dont dépend le domicile. Elle doit être bien circonstanciée, notamment au niveau médical et des incidences sur le quotidien !

**La RQTH peut faire bénéficier d'aménagements des conditions de travail ou du poste de travail :**

- Aménagement des horaires de travail ;
- Adaptation du poste de travail par l'achat de matériel adapté (fauteuil ergonomique, téléphone ou logiciels spécifiques) ;
- Possibilités de titularisation sans concours dans la fonction publique ;
- Possibilités de retraite anticipée (attention, conditions strictes).

**En cas de refus, un recours est possible.**

**Découvrez notre article sur la RQTH.**
Le service Diabète et Droits de la Fédération Française des Diabétiques est souvent sollicité pour des questions relatives à la reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé. Est-il possible d'obtenir cette reconnaissance lorsque l'on vit avec un diabète ? Quelles sont les conditions et les démarches à accomplir ? En savoir plus.

## Qu'est-ce que l'invalidité de la Sécurité sociale ?

Vous pouvez être considéré comme invalide au sens de la Sécurité sociale si, du fait d'un accident ou d'une maladie d'origine non professionnelle, votre capacité de travail ou de gain professionnel est réduite d'au moins 2/3 (66 %).

Si vous êtes reconnu en invalidité, une pension peut vous être versée par la Sécurité sociale. Pour cela, il faut être affilié à la Sécurité sociale depuis au moins 12 mois et remplir au moins l'une des deux conditions suivantes :

- Avoir cotisé sur la base d'une rémunération au moins égale à 2 030 fois le Smic horaire au cours des 12 mois civils précédant l'interruption de travail ;
- Avoir travaillé au moins 600 heures au cours des 12 mois précédant l'interruption de travail ou la constatation de l'état d'invalidité.

La demande de mise en invalidité peut être faite directement par votre organisme de Sécurité sociale ou bien par vous-même.

**Il existe 3 catégories d'invalidité en fonction de votre situation :**

- 1re catégorie : invalide capable d'exercer une activité rémunérée ;
- 2e catégorie : invalide absolument incapable d'exercer une profession quelconque ;
- 3e catégorie : invalide qui, étant absolument incapable d'exercer une activité professionnelle, est, en plus, dans l'obligation d'avoir recours à l'assistance d'une tierce personne pour effectuer les actes ordinaires de la vie.

Dans la fonction publique, un fonctionnaire titulaire temporairement inapte, qui a épuisé ses droits à congé de maladie et qui n'est pas admis à la retraite pour invalidité, peut bénéficier d'une allocation d'invalidité temporaire (AIT) s'il est atteint d'une invalidité réduisant au moins des 2/3 sa capacité de travail.

**En cas de refus, un recours est possible.**

Pour le détail des montants et des procédures de demande, nous vous invitons à consulter le site officiel de l'administration ou à vous rapprocher de notre service Diabète et Droits.





# La fin de la relation contractuelle

## Je viens d'être déclaré inapte à mon poste. Quel est mon avenir au sein de l'entreprise ?

Le médecin du travail peut prononcer l'inaptitude médicale lorsque l'état de santé du salarié n'est pas ou plus compatible avec le poste occupé. Avant cette décision, il est obligatoire pour le médecin du travail de réaliser au moins un examen médical du salarié et d'effectuer une étude de son poste de travail.

**Si et seulement si aucune mesure d'aménagement, d'adaptation ou de transformation du poste de travail occupé n'est possible alors que l'état de santé du salarié justifie un changement de poste, alors le médecin du travail peut déclarer le salarié inapte à son poste de travail.**

Lorsqu'un avis d'inaptitude est prononcé, cela oblige l'employeur à rechercher un reclassement pour le salarié. Un licenciement peut être décidé si l'employeur peut justifier :

- De son impossibilité de proposer un emploi compatible avec l'état de santé du salarié ;

OU

- Du refus de l'emploi proposé par le salarié.

**Attention :** lorsque l'avis d'inaptitude mentionne expressément que le maintien dans un emploi serait gravement préjudiciable à la santé du salarié ou que son état de santé fait obstacle à tout reclassement dans un emploi, l'employeur peut licencier le salarié pour inaptitude.

**La procédure de licenciement pour inaptitude est très encadrée.** Ce licenciement ouvre droit aux allocations France Travail si les conditions d'affiliation sont remplies.

## Je suis en arrêt maladie. Mon employeur a-t-il le droit de me licencier ?

Par principe, un salarié ne peut pas faire l'objet d'un licenciement en raison de son état de santé car cela est discriminatoire.

Cependant, le licenciement pendant un arrêt maladie reste possible sous conditions dans certains cas, comme :

- La perturbation du fonctionnement de l'entreprise ;
- Le motif économique ;
- Le motif disciplinaire ;
- L'inaptitude.




© Mediaphoto

# Diabète et travail : les interlocuteurs utiles

## Le médecin du travail

Le médecin du travail est chargé de veiller à votre santé dans le cadre de l'activité professionnelle. Comme tout médecin, il est tenu au secret médical.

### À quelle occasion puis-je rencontrer le médecin du travail ?

› **La visite d'information et de prévention :** chaque salarié doit pouvoir bénéficier de la visite d'information et de prévention qui a remplacé la visite médicale d'embauche. Cette visite est réalisée dans un délai maximum de 3 mois à partir de l'embauche [3]. Elle a pour but d'interroger le salarié sur son état de santé et doit être renouvelée dans un délai maximum de 5 ans. Ce délai est de 3 ans maximum si le salarié est reconnu travailleur handicapé, titulaire d'une pension d'invalidité ou travailleur de nuit. Cette visite peut être confiée à des collaborateurs médecins, internes en médecine du travail ou infirmiers en santé au travail.

[3] La visite d'information et de prévention doit être effectuée préalablement à l'affectation sur le poste pour les personnes travaillant de nuit, âgées de moins de 18 ans, exposées à certains agents biologiques ou à des champs électromagnétiques.

› **Le suivi individuel renforcé :** ce suivi renforcé de l'état de santé concerne le salarié exposé à des risques particuliers pour sa santé ou sa sécurité, pour celles de ses collègues ou des tiers. Il comprend un examen médical d'aptitude avant l'embauche qui implique la délivrance d'un avis d'aptitude ou d'inaptitude par le médecin du travail. Le but est de s'assurer que le salarié est médicalement apte au poste de travail auquel l'employeur envisage de l'affecter.

› **La visite de pré-reprise du travail :** cette visite n'est pas systématique mais peut être sollicitée à la demande du salarié, du médecin du travail ou du médecin-conseil de la Sécurité sociale en cas d'absence du salarié d'au moins 30 jours.

› **La visite de reprise du travail :** obligatoire en cas d'absence d'au moins 30 jours pour un accident du travail, 60 jours pour une maladie ou un accident non professionnel, en cas de maladie professionnelle ou de congé maternité. Une dispense peut être accordée en cas de visite de pré-reprise effectuée sans préconisation d'aménagement.

› **La visite médicale de mi-carrière :** Cette visite s'organise l'année civile des 45 ans du salarié. Son objectif est de renforcer la prévention de la santé au travail en prenant en considération l'âge et l'état de santé du salarié. A l'issue de cet examen, le médecin du travail peut proposer des aménagements de poste ou d'horaires du travail.

› **Les visites effectuées à la demande de l'employeur, du travailleur ou du médecin du travail**.


© Black dingo

## La maison départementale des personnes handicapées

Cette structure est chargée de mettre en œuvre et de coordonner l'ensemble des mesures en faveur des personnes handicapées. Elle se prononce notamment sur l'orientation et la reconversion professionnelle.

Pour en savoir plus, contactez la MDPH dont dépend votre lieu de résidence.

## France Travail

Les personnes atteintes de diabète licenciées pour inaptitude et inscrites à France Travail, peuvent bénéficier, comme tout demandeur d'emploi, des stages de formation proposés par le Pôle emploi (A.F.P.A. etc.) et d'aides financières pour les stages d'organismes de formation privés. En cas de RQTH, les demandeurs d'emplois peuvent être orientés vers un « cap emploi ».

## Les travailleurs sociaux

Les assistants sociaux ont pour mission d'accompagner et de guider les usagers afin de les informer sur les droits et sur les aides dont ils peuvent bénéficier en fonction de leur statut social, lieu d'habitation et leur état de santé. Leur mission est aussi d'orienter, d'enclencher et de suivre certaines démarches.

**Un travailleur social peut être contacté :**

- Dans son entreprise ou par certains services inter-entreprises de médecine du travail ;
- Dans une mairie ou par le centre de sécurité sociale auquel l'usager est rattaché ;
- À l'hôpital.

## Le Défenseur des Droits

Le Défenseur des droits est une institution qui a pour missions de lutter contre les discriminations, défendre les personnes dont les droits ne sont pas respectés et permettre l'égalité de tous et de toutes dans l'accès aux droits.

## Le CSE (comité social et économique) et les syndicats

Le CSE est l'instance de représentation du personnel dans l'entreprise. Un syndicat est une association de personnes dont le but est de défendre les droits et les intérêts sociaux, économiques et professionnels de ses adhérents. Son but est d'améliorer les conditions de travail.
En cas de difficultés, le salarié peut contacter les institutions représentatives du personnel de son entreprise.

## La Fédération Française des Diabétiques

Association de patients reconnue d'utilité publique, elle a pour mission d'informer, d'accompagner et de défendre les personnes atteintes de diabète. Avec son réseau d'environ 100 associations locales et de délégations, réparties sur l'ensemble du territoire et son siège national, les personnes vivant avec un diabète peuvent y contacter des bénévoles eux-mêmes touchés par un diabète afin d'être accompagnés (voir nos services en page suivante).

**Le service diabète et droits offre un accompagnement individuel, vous aide à faire valoir vos droits et vous renseigne dans vos démarches et vos recours** (contre une inaptitude, un refus de RQTH, etc.).



## La Fédération Française des Diabétiques est à votre service :

- **Notre ligne téléphonique : 01 40 09 24 25 ;**
- **Notre adresse email : contact@federationdesdiabetiques.org ;**
- **Notre site internet : www.federationdesdiabetiques.org** à la rubrique ***Je recherche du soutien*** **;**
- **Notre service** Diabète & Droits **:** permanences téléphoniques le mardi de 8h à 12h30 et le jeudi de 13h30 à 18h au **01 40 09 24 25** et par email : **juriste@federationdesdiabetiques.org.**

**Retrouvez également la Fédération Française des Diabétiques sur ses réseaux :**

**Je contacte mon association locale**

Tous droits réservés © Fédération Française des Diabétiques - Octobre 2026 - Exemplaire gratuit, ne peut être vendu.