

# AST<sup>67</sup>

Alsace Santé au Travail

*Partenaire des entreprises*

## Webinaire TDAH & travail, comment ça fonctionne ?

*Animé par AST67 – Cap Emploi 67-68 & HyperSupers TDAH France*



# Sommaire

- I. Présentation de l'association HyperSupers et des enjeux de maintien au travail pour les personnes ayant un TDAH
- II. Actions mobilisables par Cap Emploi
- III. Présentation du travail du Dr Mélodie Berthomieu et des plaquettes
- IV. Temps d'échange



# I. Présentation de l'association HyperSupers et des enjeux de maintien au travail pour les personnes ayant un TDAH





**HyperSupers**  
TDAH FRANCE

22 ANS

2002

2024



**HyperSupers**  
TDAH FRANCE

5000  
COTISATIONS

En 2023

16500 familles adhérents depuis 2002

# ASSOCIATION RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE – ARUP AGRÉMENT SANTÉ

- Un intérêt général
- Un fonctionnement démocratique
- La transparence des comptes



**MINISTÈRE  
DES SOLIDARITÉS  
ET DE LA SANTÉ**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Association  
Reconnue  
d'Utilité  
Publique



*Liberté • Égalité • Fraternité*  
**RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**  
Décret du 18/06/2019



# Le parcours de soin du TDAH

---

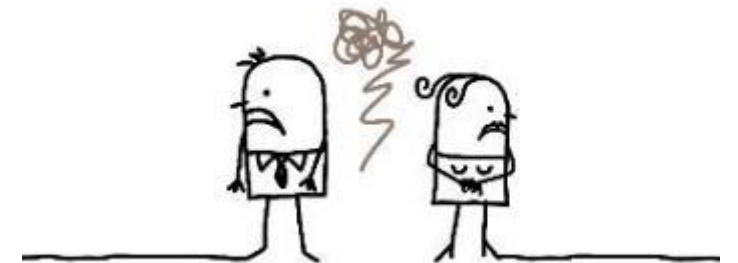


HAS

HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ

RECOMMANDATION DE BONNE PRATIQUE

Conduite à tenir en médecine de premier recours devant un enfant ou un adolescent susceptible d'avoir un trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité



## LE DIAGNOSTIC ET LA PRISE EN CHARGE



### 3 symptômes différents

▶ On assimile souvent le TDAH à des enfants turbulents.  
Il s'agit pourtant d'un trouble complexe qui associe 3 symptômes différents :



# Comprendre, agir pour prévenir

Connaître le trouble

Se comprendre

Être compris

Obtenir du soutien

Obtenir un diagnostic précoce

Éviter les écueils du TDAH





# SES MISSIONS ACTUELLES



Diffuser la connaissance  
l'information sur le sujet



Aider à la formation des  
personnes TDAH et leurs aidants



Intervenir auprès des institutions



Permettre à chacun de trouver sa  
place au milieu de tous



# Les sites webs



[www.tdah-france.fr](http://www.tdah-france.fr)



[www.tdah-ecole.fr](http://www.tdah-ecole.fr)



[www.plongezennostroubles.com](http://www.plongezennostroubles.com)

# Plongez en nos troubles

---





# Les livrets sur le TDAH



# HyperSupers La brochure pour les enseignants



#SENSIBILISATION

Nouveautés  
2024

#SENSIBILISATION

Information

HyperSupers

LE TDAH

LA FORMATION

Patients

Proches

Aidants





1 session / mois

---

3 mois

12h00 de formation

9 modules

The poster features a central tablet displaying the text 'HyperSupers LE TDAH LA FORMATION' and 'Patients Proches Aidants'. The background is decorated with Easter eggs, rabbits, and flowers. A calendar icon shows '16 Avr' and a speech bubble says 'Derniers jours pour s'inscrire !'. The URL 'www.tdah-france.fr/Formation.html' is at the bottom.

**SESSION D'AVRIL**

HyperSupers

**LE TDAH**

**LA FORMATION**

Patients Proches Aidants

Derniers jours pour s'inscrire !

16 Avr

[www.tdah-france.fr/Formation.html](http://www.tdah-france.fr/Formation.html)



# LES RÉSEAUX SOCIAUX

---



- @TDAHHyperSupers twitter
- @TDAH France – Hypersupers Fb
- @HyperSupers-TDAH France in
- La chaine youtube
  - HyperSupers TDAH France
  - 70 vidéos

# Des bénévoles

---

+



HyperSupers

Les groupes  
de discussion

- Groupe Familles
- Groupe Adultes



échanges



soutien



# UN COMITÉ SCIENTIFIQUE

---



# CNCPH - Santé

- Défendre les droits des personnes handicapées
- Représenter le TDAH
- Prise en compte dans les lois, décrets,





# HAS – Haute Autorité de Santé

- Rédiger des recommandations de bonne pratique professionnelle, pour le TDAH
- Enfants et adolescents TDAH
  - Diagnostic et le soin
- Adultes
  - Repérage, diagnostic et soins

*sur l'agenda*

**HyperSupers**

**12 JANVIER 2023**

## **GROUPE DE TRAVAIL HAS**

Projet de **Recommandations de Bonnes Pratiques** pour le diagnostic et la prise en charge TDAH chez l'enfant et l'adolescent



# Nos attentes

---

- Centres experts TDAH
- Organisation des soins
- Formation des acteurs
- Des soins remboursés
- Aménagements scolaires
  - Formation des enseignants
- Accompagnement à l'emploi



# Conseil National TND

Avec un volet  
TDAH

---

# 2024



# PORTER LA VOIX DES PATIENTS

**ansm**  
Agence nationale de sécurité du médicament  
et des produits de santé

**#RUPTURES**

**Ritaline LP**  
**Méthylphénidate**  
**Quasym LP**

**Courrier de l'ANSM**  
**22 février 2024**

**#TDAH** **Pharmacien**

**HyperSupers**  
TDAH FRANCE

*Takeda*

**arrow**  
généralistes

Ritaline<sup>®</sup> LP, 20 mg  
céleste à libération prolongée  
Chlorhydrate de méthylphénidate  
Flacon de 28 gélules





# L'emploi des personnes avec TDAH



# Un travail en transversalité

---

- Sur la formation
- Le RSE
- DRH
- L'équipe
  - Accompagner
  - Maintenir dans l'emploi



# Les difficultés des adultes TDAH

---

- L'entretien d'embauche
  - Obstacle majeur
  - Générateur d'angoisse
  - Ne pas y aller = ne pas échouer
  - Syndrome de l'imposteur

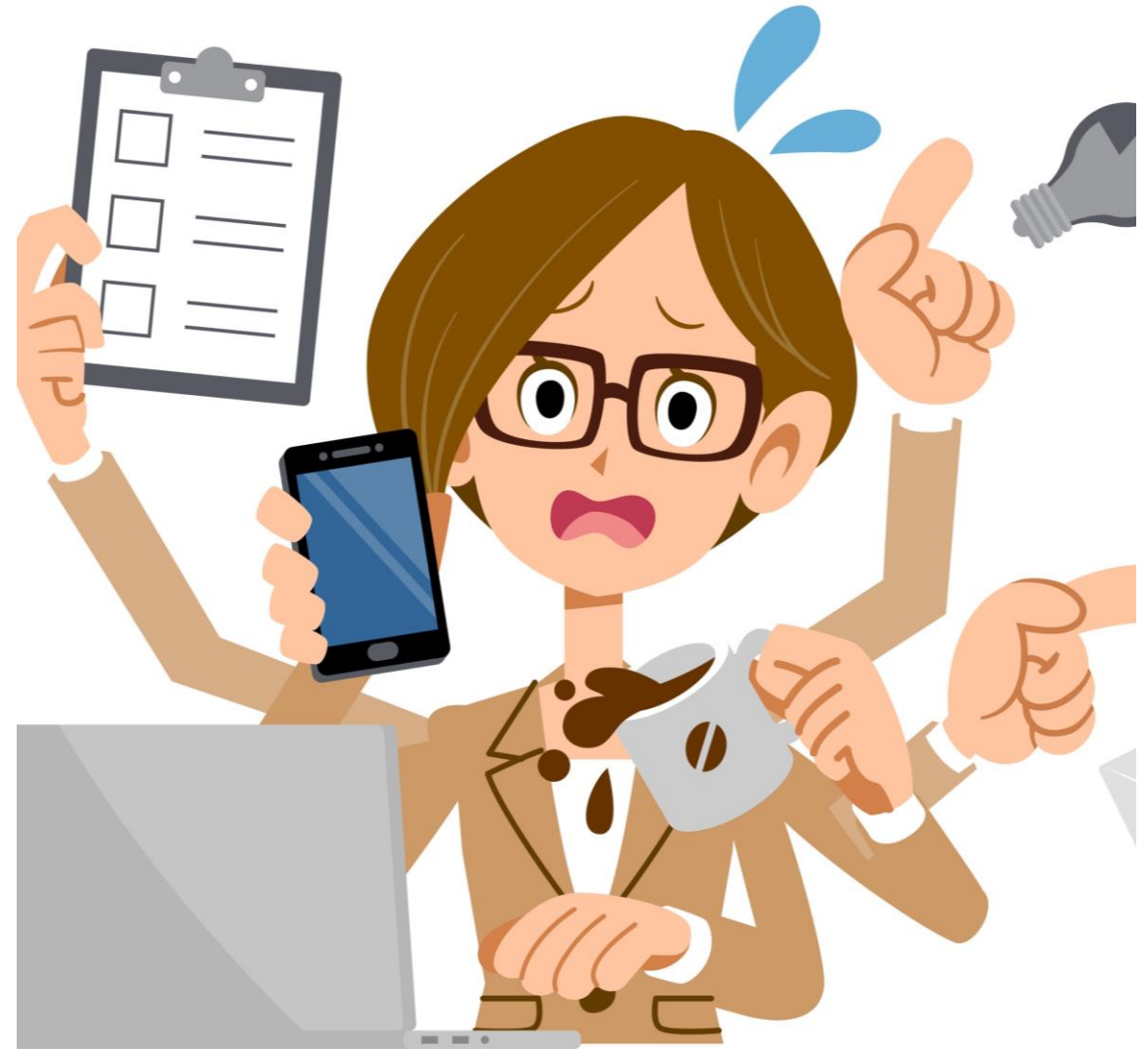




# Les difficultés des adultes TDAH

---

- Se concentrer sur un seul projet
- Anticiper
- Organiser
- Planifier
- Terminer le projet
- Maintenir sa motivation



# Accompagner l'emploi

---



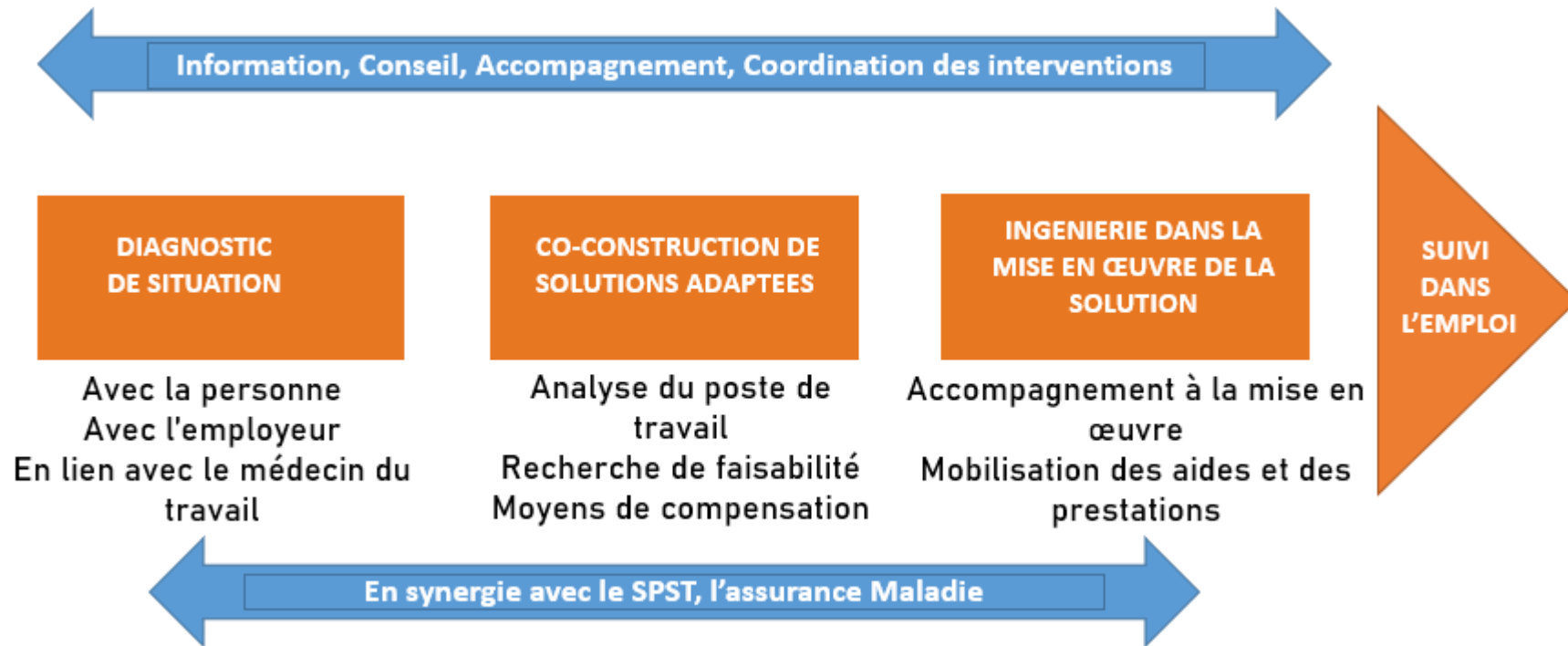
## II. Actions mobilisables par Cap Emploi





## L'accompagnement du Cap emploi

- Organisme de placement spécialisé dans l'accompagnement vers et dans l'emploi pour les personnes en situation de handicap, reconnu acteur du service public de l'emploi :
- Contribuant à maintenir dans son emploi ou dans l'entreprise un travailleur en situation de handicap confronté à une inadéquation entre son état de santé et son poste de travail.
- Expert sur le champ de la compensation du handicap



## Les mesures mobilisables

La reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé

- Permet de bénéficier d'un ensemble de mesures favorisant le maintien dans l'emploi (Cap emploi, prestations et mesures Agefiph)

La prestation d'appui spécifique

- Recours à une expertise complémentaire mobilisable à différents niveaux du parcours de la personne (préparation à l'emploi, intégration en emploi et/ou en formation, maintien dans l'emploi, reconversion professionnelle)
- Pour améliorer ou débloquer la poursuite du parcours de la personne pour laquelle les répercussions du handicap représentent un frein
- Éclairage sur les conséquences du handicap et ses répercussions (repérer les limitations et capacités significatives, les points de vigilance), identification des moyens de compensation, appui à la mise en œuvre des solutions de compensation identifiées

## Les mesures mobilisables

### L'aide à l'adaptation des situations de travail

- Montant de l'aide évalué après analyse de chaque situation dans une logique de stricte compensation du handicap
- Frais liés à l'aménagement de poste de travail ou de télétravail, de l'auxiliarat professionnel, du tutorat

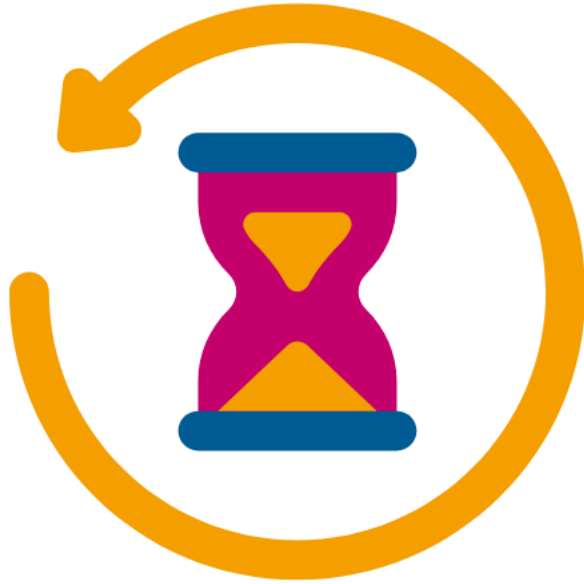
### La reconnaissance de la lourdeur du handicap

- Compense financièrement les charges importantes supportées par une entreprise du fait des conséquences du handicap sur la tenue de son poste après aménagement optimal de la situation de travail
- Perte de productivité, aide d'un tiers, tutorat, autres charges



# III. Présentation du travail du Dr Mélodie Berthomieu

# Histoire

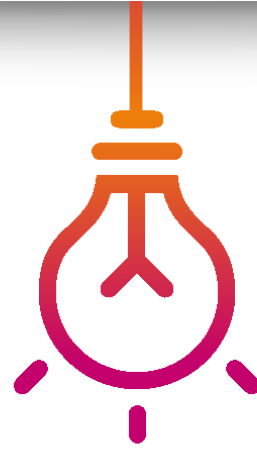


- ▶ TDAH : trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité
- ▶ Classé dans les troubles neurodéveloppementaux (DSM V – 2013)
- ▶ 3 – 5% à l'Age adulte

# Triade



**Hyperactivité**



**Trouble de l'attention**



**Impulsivité**



# Autres symptômes

- ▶ Trouble du sommeil
- ▶ Trouble du traitement sensoriel
- ▶ Trouble de la notion du temps
- ▶ Trouble de la régulation émotionnelle



# Les fonctions exécutives

- ▶ L'ensemble des fonctions cognitives supérieures nécessaires conjointement à l'exécution d'une tâche, de son initiation à son aboutissement
  - ▶ Inhibition
  - ▶ Mémoire de travail
  - ▶ Flexibilité mentale

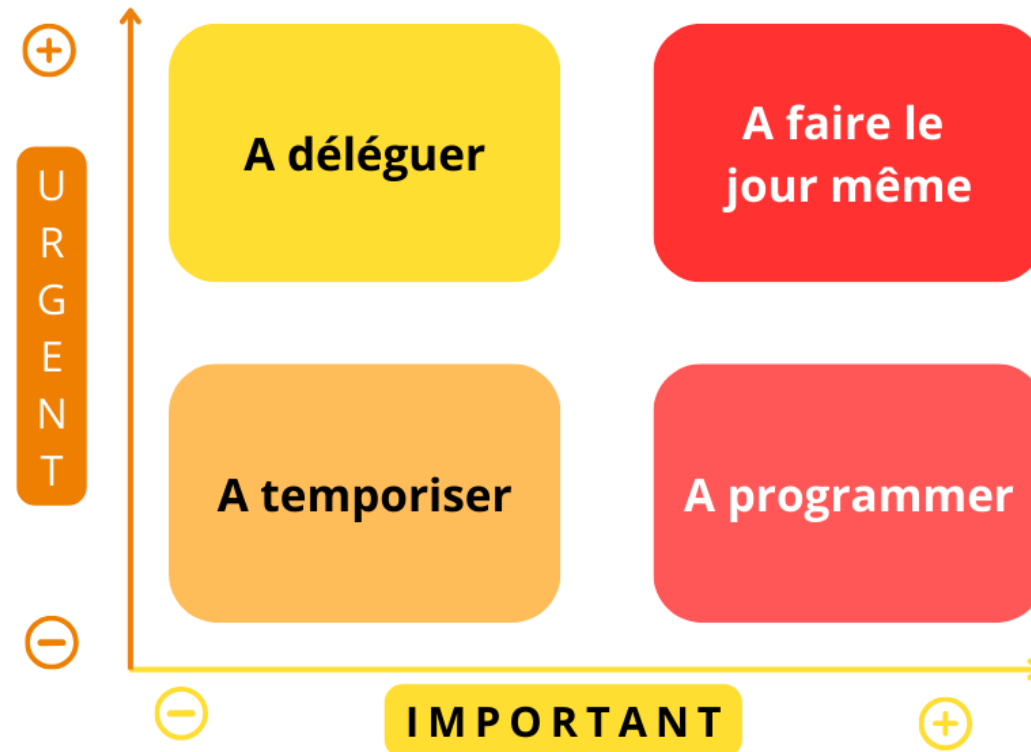


# Quand on a un TDAH ?

*Trucs et astuces au travail*



# Hiérarchisation des tâches







# To do list

---

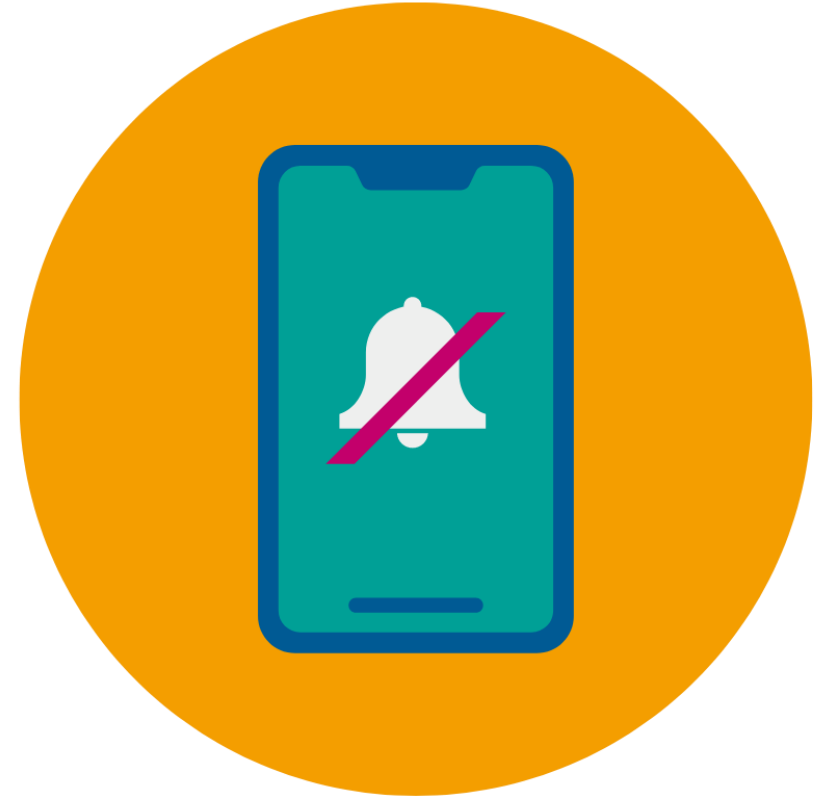
- ▶ Support unique
- ▶ Organisé en fonction de la matrice d'eisenhower
- ▶ Créer un rituel todolist

# Limiter les distractions

- ▶ Distractions internes :
  - ▶ Repérer la distraction, se dire « Stop » et se répéter son objectif
  
- ▶ Distractions externes :
  - ▶ Couper les notifications du téléphone
  - ▶ Fermer sa boîte mail
  - ▶ Contrôler au mieux son environnement
  - ▶ Avoir tout ce qui est nécessaire à proximité

# Hygiène attentionnelle

- ▶ Désactiver toutes les notifications
- ▶ Rendre le téléphone moins appétent



# TDAH chez un collaborateur

*Comment l'accompagner ?*



# Aménager le temps de travail

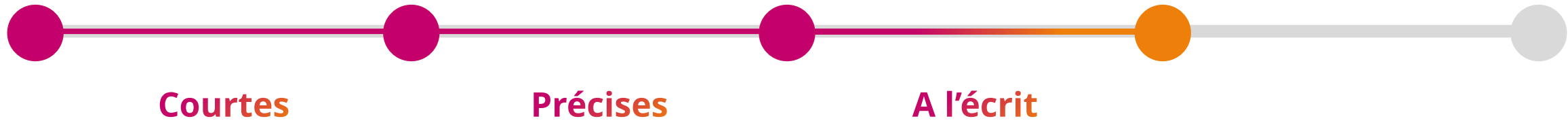
- ▶ Aménager les horaires
  - ▶ Commencer plus tard, finir plus tard
- ▶ Structurer des pauses, vérifier qu'elles soient prises
  - ▶ Surtout pendant les réunions !!!
  - ▶ Vérifier que la pause repas soit prise



# Soulager les fonctions exécutives



# Donner des consignes



# Piliers motivationnels



Urgence



Challenge



Nouveauté



# Ecouter sans jugement



Enfin



# Aspects positifs



- ▶ Créativité
- ▶ Entreprenariat
- ▶ Résolution de problème
- ▶ Travail dans l'urgence

# Pas tous « un peu TDAH » mais :



## De plus en plus de diagnostic posés

- ▶ Chez les enfants et les adultes

## Contexte sociétal



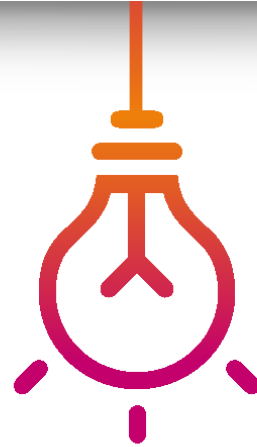
- ▶ Hyperconnexion
- ▶ Mythe du « multitasking »
- ▶ Marcher de l'attention des écrans
- ▶ Pour autant PAS DE FORME SYNDROMIQUE



# Conseils donnés



**Jamais parfait**



**Toujours perfectibles**

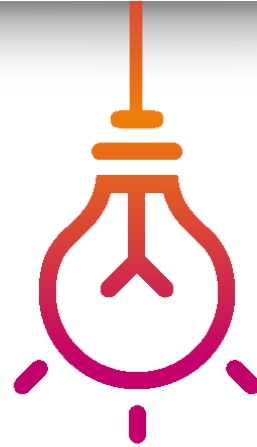


**Pas tous applicables**

# Conclusion



**Trouble  
neurodéveloppemental**



**Effort à faire de la part  
du collectif**



**Aspects positifs**

**AST**<sup>67</sup>

Alsace Santé au Travail

*Partenaire des entreprises*



**Merci de votre  
attention**

***Avez-vous des questions ?***



*Pour nous contacter :*

**communication@ast67.org**