



Avec le docteur
Frédéric Saldmann

Nouveau - N°1 - Tous les 3 mois

Octobre - Novembre - Décembre 2026

Vaincre[®]

MAGAZINE

Prévenir - Comprendre - Guérir le cancer

avec
l'association
Vaincre
le cancer

SPÉCIAL OCTOBRE ROSE

Cancer du sein
Les dernières avancées

RETOUR AU TRAVAIL

Temps partiel, statut...
des droits souvent
méconnus

PSYCHO

Après la maladie
Un nouveau sens
des priorités

NUTRITION

Manger quand
rien ne fait envie :
on vous aide !

EN PARLER

Enfants, amis...
À qui et comment
l'annoncer ?

Carla Bruni
"Le dépistage m'a
SAUVÉE"

L 12109 - 1 - F: 5,95 € - RD



INDÉPENDANTS

quelle prise en charge?

Quand vous êtes kiné, graphiste free-lance, autoentrepreneur, esthéticienne à domicile, comédien, écrivain... l'arrêt maladie peut conduire à une réelle précarité financière. On vous aide à y voir plus clair et à trouver des solutions adaptées à votre cas.

Par Caroline Douteau

Intermittent ou autoentrepreneur, quel que soit votre statut, en cas de longue maladie et en particulier de cancer, tout peut très vite se compliquer en matière de protection sociale. « Contrairement aux salariés, la protection des autoentrepreneurs est limitée et dépend directement de leurs revenus », rappelle Alexandra Soulier, avocate spécialisée en droit du travail à Montpellier. « Et saviez-vous que les artistes et intermittents du spectacle déclarent quatre fois moins d'arrêts maladie que les permanents des mêmes secteurs, tant la lourdeur administrative peut bloquer? », révèle Antoine Galvani, secrétaire général adjoint de la CGT spectacle, citant une enquête de 2024.

QUI DÉCIDE DE MON ARRÊT MALADIE?

Que votre diagnostic soit donné en urgence ou lors d'un suivi médical par votre médecin traitant ou un spécialiste, la règle reste la même: seul un médecin peut prescrire un arrêt de travail. En cas d'hospitalisation, il est rétroactif à la date d'entrée. « Pour un cancer, il faut s'assurer que le médecin a bien prescrit un arrêt pour affection longue durée (ALD), indispensable pour faire valoir ses droits auprès de l'Assurance maladie », rappelle Antoine Galvani.

COMMENT, QUAND ET À QUI DÉCLARER MON ARRÊT MALADIE?

Dans tous les cas, celui-ci doit être transmis dans un délai de 48 heures à la caisse d'assurance maladie ou à la sécurité sociale des indépendants (SSI) pour les autoentrepreneurs. La gestion peut être longue. N'hésitez pas à demander l'aide d'un proche, d'assistantes sociales hospitalières, associations de patients, mutuelles ou organismes de prévoyance. « Mais une indemnisation sera jamais refusée pour cause de retard », rassure Antoine Galvani. Si vous exercez une activité salariée en plus de votre autoentreprise, c'est à votre employeur d'envoyer à la CPAM le formulaire Cerfa 11135*04 ou l'attestation de salaire (par courrier ou via le site Ameli).

JE SUIS INTERMITTENT DU SPECTACLE, AI-JE DROIT À DES INDEMNITÉS JOURNALIÈRES?

Oui, parce que vous relevez du régime général de la Sécurité

sociale. Le montant de l'indemnité journalière (IJ) dépend des salaires bruts versés pendant les 12 derniers mois. « Il faut ainsi avoir travaillé 600 heures dans l'année passée ou 150 heures dans les 3 mois précédant l'arrêt, précise Antoine Galvani. L'indemnité sera de 50 % des salaires des jours travaillés, dans la limite du plafond de 41,95 € bruts (comme pour tout salarié). » L'IJ est calculée selon le salaire journalier de référence (SJR). Par exemple, pour un comédien intermittent ayant perçu 2000 € brut par mois, le SJR est de 65,75 € par jour ($SJR = 6000 \div 91,25$). Il touchera 32,90 € par jour d'indemnité journalière (soit $50\% \times 65,75$). Si les heures ne sont pas réunies, ça se complique. Une mesure de 2020 (peu appliquée) autorise à allonger la période des 600 h de l'année passée ou des 150 h des 3 mois précédents à 2 ans. Attention, quand les conditions ne sont pas réunies, aucune indemnisation ni recours ne sont possibles!



NOS EXPERTS

Maître Alexandra Soulier,
avocate spécialisée
en droit du travail
à Montpellier

Antoine Galvani,
secrétaire général
adjoint de la CGT
spectacle

Le cas des artistes-auteurs

Rémunérés par notes d'auteurs, ils sont assimilés à des salariés par l'Assurance maladie, à condition d'avoir travaillé 600 heures (ou 600 fois le SMIC horaire) dans l'année précédente. L'indemnisation et l'exonération du ticket modérateur sont ainsi possibles en cas d'affection de longue durée. Ne pas hésiter à solliciter les organismes professionnels, sociétés d'auteurs ou associations (Sacem, SACD, Maison des artistes, etc.).

Des indemnités complémentaires

Grâce au régime collectif de prévoyance et frais de santé instauré au profit des artistes et techniciens intermittents du spectacle, une indemnité complémentaire est possible pour tous les types d'arrêt maladie, à partir du 4^e mois d'arrêt consécutif. Adressez-vous à Audiens, le groupe de protection sociale des artistes et techniciens intermittents du spectacle.

ET SI JE SUIS AUTOENTREPRENEUR ?

En tant qu'autoentrepreneur, vous pouvez bénéficier de versements d'indemnités journalières versées par la CPAM au même titre qu'un salarié lorsqu'il se retrouve en arrêt de travail. Mais il y a des conditions à remplir, rappelle Alexandra Soulier : « Soit avoir travaillé au moins 600 heures au cours des 12 derniers mois, soit avoir cotisé sur un salaire au moins égal à 2030 fois le montant du Smic horaire au cours des 12 mois précédant l'arrêt de travail. » La durée maximale d'indemnisation s'étend jusqu'à 3 ans, contre 360 jours pour une maladie classique. Mais attention, alerte l'avocate, « si vos revenus étaient faibles, vos indemnités le seront aussi, voire nulles ». L'indemnité journalière que vous recevrez pendant votre arrêt de travail est égale à 1/730 de votre revenu d'activité annuel moyen. « Celui-ci est calculé sur la moyenne de vos revenus cotisés des trois années civiles précédant la date de votre arrêt de travail », précise l'avocate. Notez bien que votre revenu annuel correspond au chiffre d'affaires annuel diminué de l'abattement forfaitaire : 71 % pour les activités de BIC ventes, 50 % pour BIC prestations et 34 % pour BNC. « Même si votre revenu d'activité annuel moyen est supérieur à 48 060 € (plafond annuel de la Sécurité sociale), votre indemnité journalière ne pourra pas excéder le montant maximal de 65,84 € brut, fixé au 1^{er} janvier 2026 », explique la juriste. Par exemple, avec un revenu d'activité annuel moyen de 12 000 euros sur les 3 années précédentes, le montant de votre indemnité journalière s'élève à 16 € ($1/730 \times 12\,000 = 16$).

Autre point de vigilance que mentionne l'avocate : « Pensez que vous n'aurez ni congés payés, ni indemnité de rupture de contrat en arrêtant votre activité. »

AUTOENTREPRENEUR : UNE COUVERTURE EST POSSIBLE AU TITRE D'UNE ANCIENNE ACTIVITÉ

En cas de revenu faible, le montant de votre indemnité journalière sera faible, voire nul. Heureusement, il est possible de percevoir des indemnités journalières pour maladie au titre de votre ancienne activité, quel que soit le régime d'affiliation. La démarche doit impérativement se faire sur le site « démarches numériques ».

Y A-T-IL UN DÉLAI DE CARENCE ?

Oui, votre cancer est automatiquement reconnu en affection de longue durée (ALD), donc quelle que soit votre activité, le délai de carence s'applique. Ce sont les 3 premiers jours pendant lesquels vous ne touchez pas d'indemnité journalière. Il vaut pour le premier arrêt de travail en lien avec l'ALD, mais pas pour les arrêts suivants s'ils sont en lien avec l'ALD. Vous aurez 100 % des soins remboursés, un délai de carence uniquement sur le premier arrêt de travail et une prolongation des indemnités journalières au-delà de trois ans sera possible. A contrario, pour les autoentrepreneurs, le délai de carence est retenu uniquement pour le premier arrêt de travail, sur une période de trois ans.

EN TANT QU'INTERMITTENT, DOIS-JE ME DÉINSCRIRE DE FRANCE TRAVAIL PENDANT MON ARRÊT MALADIE? MES DROITS SERONT-ILS IMPACTÉS?

« **O**ui, vous devez prévenir France Travail, lors de votre actualisation mensuelle ou avant, dès que vous avez l'arrêt de travail pour ALD », indique Antoine Galvani. Les indemnités chômage sont alors suspendues, et vous basculez vers une indemnité de l'Assurance maladie. Vous vous réinscrivez à la reprise du travail. « Il vous faudra avoir travaillé au moins un jour pour que France Travail recalcule vos droits », précise l'expert de la CGT. Avantage notable: en ALD, France Travail comptera 5 h par jour pour le calcul du chômage. Vous conservez ainsi vos droits pour l'année suivante!

PUIS-JE CONTINUER À TRAVAILLER À PLEIN TEMPS OU À TEMPS PARTIEL SI JE M'EN SENS CAPABLE?

Oui, une reprise du travail est possible, mais c'est votre médecin, avec l'accord de votre employeur et du médecin-conseil de la CPAM, qui pourra en décider. Pour les intermittents, la Sécurité sociale complète le revenu, le total ne devant pas dépasser le revenu habituel. Pour les indépendants, les modalités varient selon les situations individuelles. Votre caisse vous renseignera.

SI JE NE PEUX PLUS EXERCER MON MÉTIER, AI-JE DROIT À UNE PENSION D'INVALIDITÉ?

Oui pour les intermittents: la couverture automatique des intermittents prend en charge les cas d'invalidité, même permanente et totale, dès lors qu'un employeur a cotisé pour vous au moins une fois au cours des 24 derniers mois. En revanche, non si vous êtes professeur de sport en autoentreprise et que vous n'avez pas souscrit à une prévoyance pour compléter votre couverture: aucune indemnité journalière complémentaire en cas d'arrêt de travail pour invalidité n'est prévue.



MAÎTRE ALEXANDRA SOULIER

“Anticiper pour éviter la double peine”

« De nombreux indépendants découvrent leurs droits au moment où ils tombent malades, regrette Alexandra Soulier. Se protéger en amont n'est pas un luxe, c'est une nécessité. » Une Prévoyance pourra compléter les indemnités de la Sécurité sociale. Par exemple, si vos besoins mensuels sont de 2000 € et que les IJ couvrent 1200 €, la prévoyance peut couvrir la différence. « Ne pas en souscrire est très risqué, surtout avec des charges fixes ou une famille », insiste-t-elle. Le constat est similaire chez les artistes-auteurs: « Beaucoup n'ont pas de Prévoyance par manque d'information ou de moyens. C'est pourtant ce qui fait la différence entre une baisse et une chute brutale de revenus. » À vous de comparer les conditions: pour les intermittents, Audiens, et pour les indépendants, Aésio, AG2R La mondiale, Axa, Macif...