A09
Modèle de message à l'employeur

Préparer une demande à votre employeur, factuelle et mesurée, quand vous aidez un parent.

Cette fiche n'a aucune valeur administrative. Elle fait partie de la boîte à outils Les Décisions de l'aidant. Elle ne remplace ni un avis médical, ni l'évaluation des professionnels de votre territoire.

Vos droits dépendent de votre convention collective et des accords de votre entreprise. Vérifiez-les avant d'envoyer, ou faites-les vérifier par un représentant du personnel.

Cette fiche décrit le système français. Outre-mer et à l'étranger, les règles changent. Parfois, une mesure porte le même nom sans avoir les mêmes règles. L'outil A19, « Outre-mer et hors de France », dit par où commencer.

MODE D'EMPLOI

1	Adressez-vous d'abord à votre responsable direct. C'est lui qui sait ce que vous apportez, donc c'est lui qui a le plus intérêt à trouver une solution. Il passera ensuite par les ressources humaines. Et il le fera d'autant mieux que vous ne serez pas passé par-dessus lui.
2	Ne dites que ce qui est nécessaire. Vous n'avez pas à détailler la santé de votre parent, et vous pouvez demander un échange confidentiel.
3	Proposez une solution et une date pour faire le point. Pourquoi ? Parce qu'une demande limitée dans le temps obtient beaucoup plus facilement un oui qu'une demande sans fin.

Destinataire et fonction (votre responsable direct en premier)	
Objet du message	
Date souhaitée pour l'échange	
Canal d'envoi	

LE MODÈLE, À ADAPTER

Objet : demande d'échange concernant mon organisation de travail

Bonjour [Nom],

Je souhaite vous rencontrer pour voir ensemble une adaptation temporaire de mon organisation. J'accompagne un proche dont l'état de santé demande une présence régulière. Mon objectif est de continuer à assurer mon travail, en anticipant les contraintes que je vois venir.

Je propose d'échanger sur les options suivantes : [horaires, télétravail, congés, relais, autre]. La période envisagée serait du [date] au [date], avec un point de réévaluation le [date].

Je reste disponible pour en parler et convenir d'un rendez-vous.

Cordialement, [Nom, poste, coordonnées]

Avant d'envoyer : le congé de proche aidant existe

Si l'aménagement ne suffit pas, le congé de proche aidant permet jusqu'à trois mois, renouvelables, avec une

allocation journalière. Votre employeur ne peut pas le refuser quand les conditions sont remplies. Montants, durées et démarches sont dans l'outil A16. Les connaître avant l'entretien change la conversation.

Ma version, et les points à vérifier avant envoi

À enchaîner avec

L'outil A16, « Congé de proche aidant et allocation journalière », pour le congé et son allocation. Et l'outil A03, « Tableau des tâches invisibles », pour arriver à l'entretien avec des chiffres.

A09 · Modèle de message à l'employeur

Version 1.6, octobre 2026. La dernière version est toujours sur la page de téléchargement. Le code A09, lui, ne change jamais. Cette fiche accompagne le livre « Devenir aidant familial sans s'effondrer » (Nicolas MARVING). Le livre explique dans quel ordre prendre les décisions, et pourquoi.