



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Entrepreneur, cancer et ressources

Christine Gavaudan
psychologue du travail et chargée de mission CAIRE13

La Niaque 14/11/2025

CAIRE13

Association Loi 1901

Créée en 2014

A accompagné plus de 1 000 indépendants

RDV sur les Bouches du Rhône

RDV en face à face, téléphonique et visioconférence

Associations CAIRE en France :
<https://www.federationcaire.org/>





CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Les indépendants en 2024

4,4 millions de personnes sont « indépendantes » = 13% de l'emploi

Effectifs TI : **+72 %** entre 2008 et 2022.

Revenu moyen
Microentrepreneur
670€/mois

Secteurs d'activité fréquents : Construction / Santé / coiffure / commerce / restauration

Faits marquants

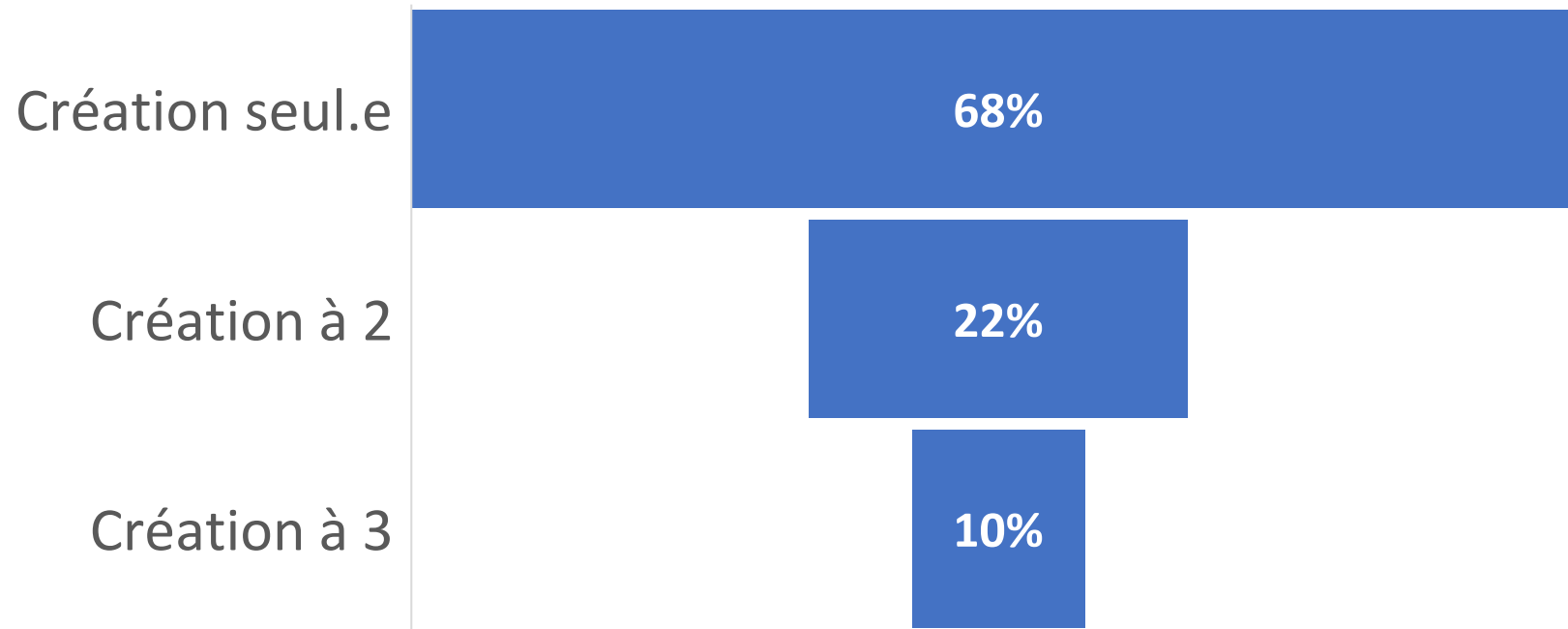
7 % des jeunes entrants sur le marché du travail sont à leur compte.

Dans les **secteurs culturels**, le nombre de TI a presque **triplé en 15 ans**.



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

A seul ou à plusieurs

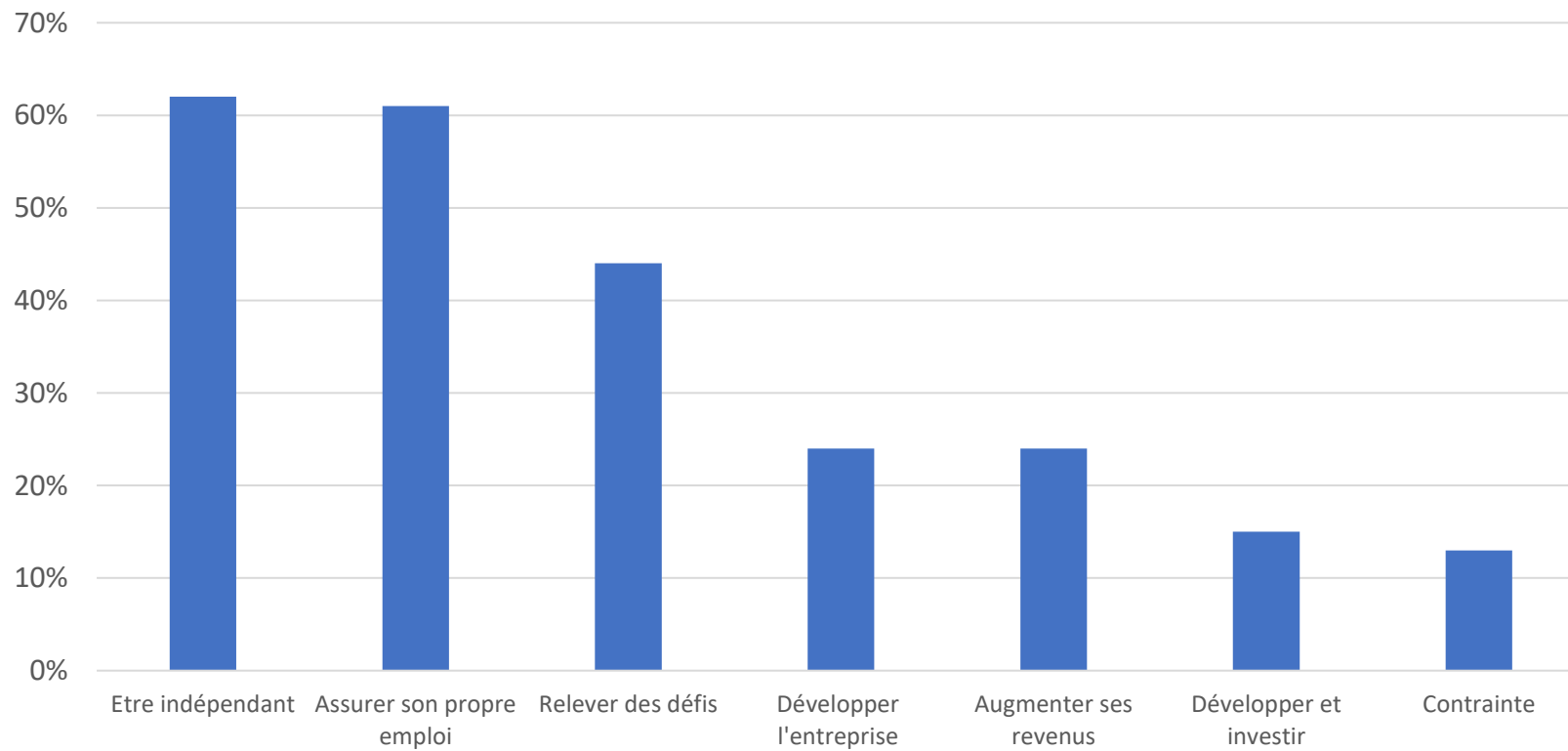


Source : Insee 2025, Emploi et revenus des indépendants



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Les motivations de la création

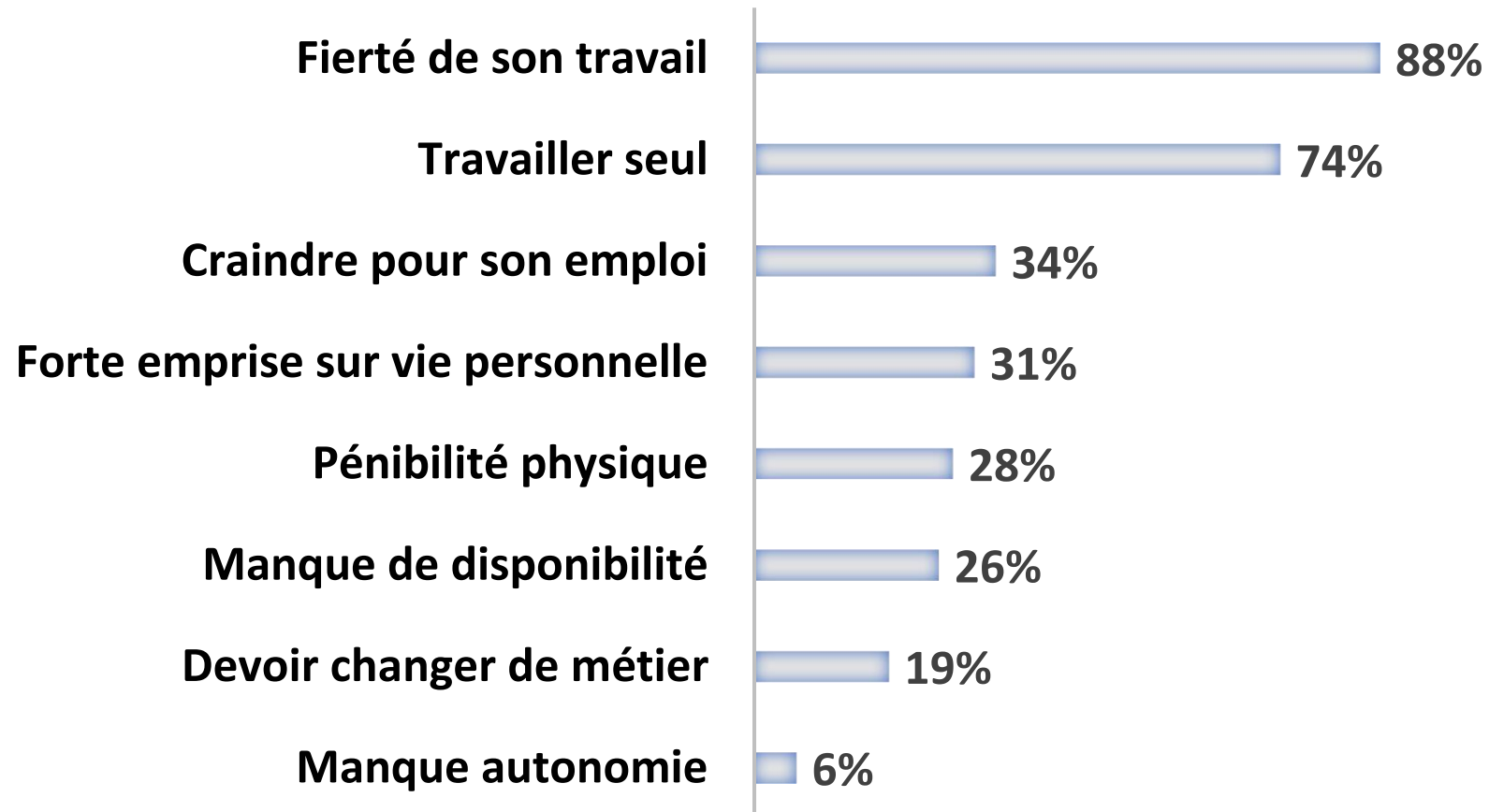


Source : Insee 2025, Emploi et revenus des indépendants



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Perception des conditions de travail



Source : Insee 2025, Emploi et revenus des indépendants

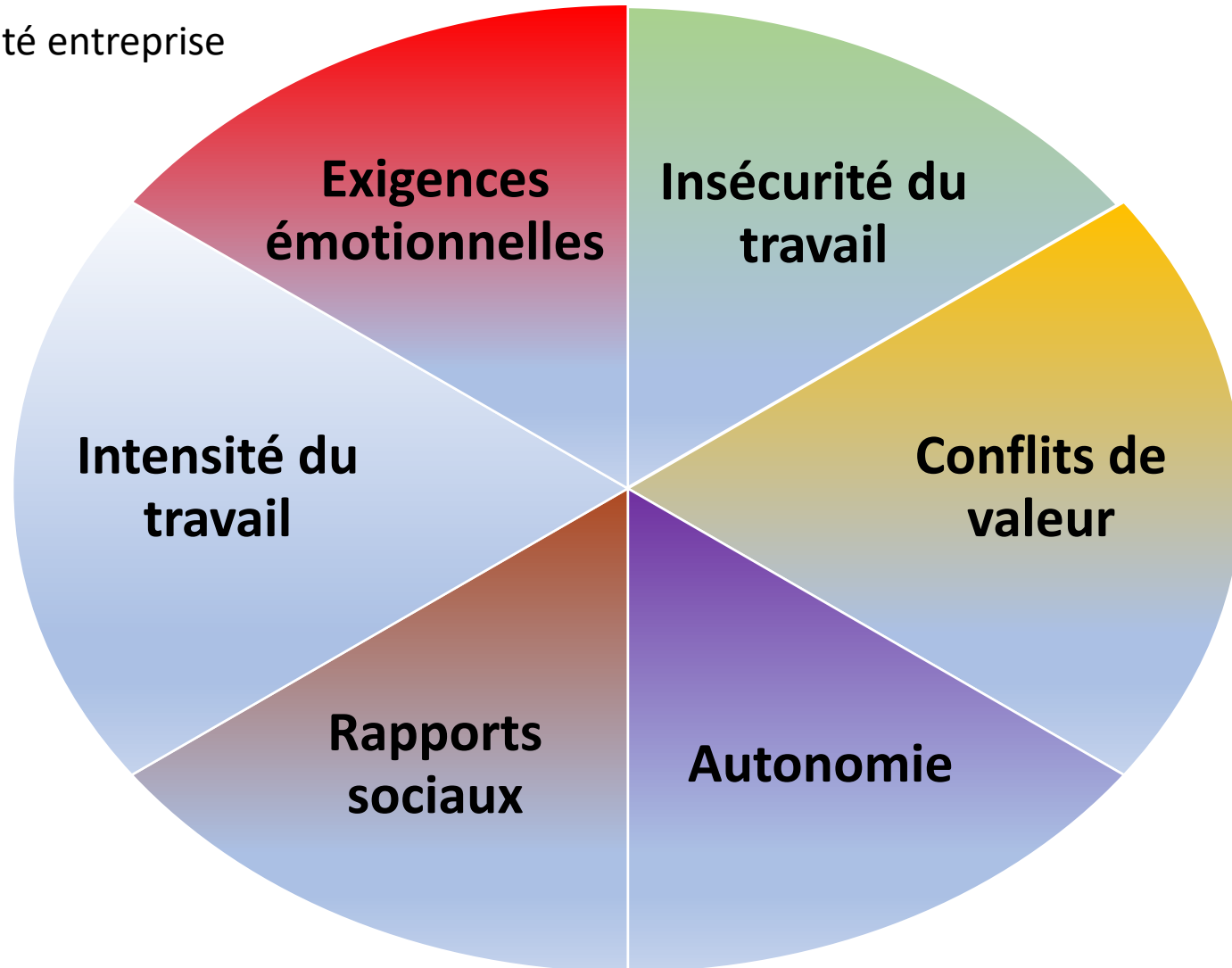


CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Les risques psychosociaux – Gollac

<https://www.inrs.fr/risques/psychosociaux/facteurs-risques.html>

Porosité santé / activité entreprise



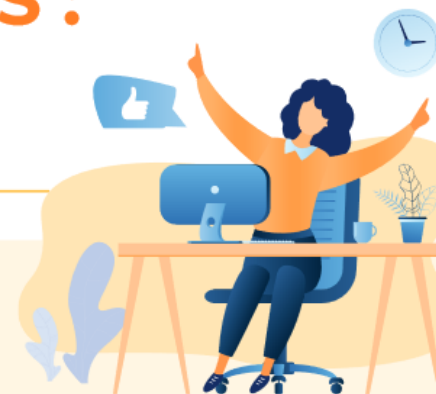


CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

SANTÉ DES ARTISANS :

comment se portent-ils ?

Une étude menée par la Chambre de Métiers et de l'Artisanat des Pays de la Loire et Harmonie Mutuelle



84%

JUGENT LEUR ÉTAT DE SANTÉ
GLOBALEMENT BON
MAIS ILS DÉCLARENT AVOIR...

UN RYTHME DE
TRAVAIL EFFRÉNÉ



44%

TRAVAILLENT



+ 50 H
PAR SEMAINE

18%

TRAVAILLENT



+ 60 H
PAR SEMAINE



62%

S'ACCORDENT
- DE 2 JOURS DE REPOS PAR
SEMAINE

QUI EMPIÈTE
SUR L'ÉQUILIBRE
DE LEUR QUOTIDIEN...



61%

ÉPROUVENT DES DIFFICULTÉS
POUR CONCILIER
**VIE PROFESSIONNELLE
ET VIE PERSONNELLE**



67%

PRENNENT - DE 5 SEMAINES
DE CONGÉS PAR AN
ET 1/4 - DE 2 SEMAINES PAR AN



72%

ESTIMENT NE PAS AVOIR LA POSSIBILITÉ
DE S'ARRÊTER SI LEUR MÉDECIN
LE LEUR PRESCRIT. **POURQUOI?**

66%

TROP
D'INCIDENCES
FINANCIÈRES

64%

N'ONT PAS DE
PERSONNEL
POUR LES
REMPLACER



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

ENTRAÎNE UN STRESS PERMANENT...

51%

ESTIMENT QUE LA PLUPART DE
**LEURS JOURNÉES
DE TRAVAIL**
SONT

STRESSANTES

**PRINCIPAUX
FACTEURS
DE STRESS**

49%

SANTÉ FINANCIÈRE
DE L'ENTREPRISE



39%

INCERTITUDE
DE L'ACTIVITÉ DE
L'ENTREPRISE
À COURT TERME



36%

SURCHARGE
COGNITIVE



81%

**DES DIRIGEANTS D'ENTREPRISE
DE + DE 1 SALARIÉ**

CONSIDÈRENT LEURS
JOURNÉES DE TRAVAIL
ASSEZ OU TRÈS STRESSANTES



ET UNE FATIGUE RÉCURRENTE...



33%

ONT DES DIFFICULTÉS
DE SOMMEIL FRÉQUENTES

45%

SE SENTENT SOUVENT
VOIRE TOUT LE TEMPS FATIGUÉS





CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Evolutions



URSSAF, CAF, CPAM, Agefiph, Cap
Emploi, France Travail, loi 2022 sur la
protection du patrimoine personnel ...



Services Prévention Santé Travail -SPSTI
Chambre des Métiers et de l'Artisanat,
Chambre de Commerce et de l'industrie

Indépendants et couverture sociale

- Pas de couverture accident du travail et maladie professionnelle obligatoire
 - Pas de prévoyance obligatoire
 - Pas de complémentaire santé obligatoire
 - Pas de couverture chômage obligatoire
 - Pas de congés payés
-
- Indemnités journalières en fonction des caisses et des cotisations
 - Temps partiel thérapeutique en fonction des caisses et des cotisations
 - Congés maternité / paternité et accueil de l'enfant en fonction des caisses et des cotisations
 - IJSS dérogatoires CPAM pour les libéraux
 - Assurance et prestation Invalidité - décès en fonction des caisses
 - Retraite en fonction des caisses (42) et des cotisations

Indépendants et droits

- CAF : AF, PAJE, ASF, Logement , Prime activité
- ASPA, APA
- Agefiph
- C2S
- CPF : Compte Personnel Formation
- CEP : Conseil en Evolution Professionnelle
- Formation : en fonction des FAF - Fonds assurance formation (FIFPL, Agefice, FAFCEA, AFDAS...)



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Prévention = protection de votre premier capital :
santé et capacité de travail du dirigeant.e

Connaissance de ses droits
et de son environnement :
perte emploi, accident
travail et maladie
professionnelle, IJ ...

Assurance : prévoyance
TNS, frais généraux,
homme clé ...

Bilans entreprise : CCIAMP,
CMAR, Banque de France

Contacts et réseaux
professionnels

Santé : médecins, SPSTI

Activité physique adaptée



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Prévention : connaître ses droits dans votre régime de base

Connaître ses droits en cas de maladie

Indemnités journalières

1. Vérifier votre caisse : CPAM, Carpimko, CARMF, MSA ...
2. Vérifier vos droits et conditions d'accès aux prestations
<https://www.previssima.fr/question-pratique/artisans-commerçants-queles-sont-les-indemnitees-journalieres.html>

Invalidité

1. Vérifier votre caisse : CPAM, Carpimko, CARMF, MSA ...
2. Vérifier vos droits et conditions d'accès aux prestations
<https://www.previssima.fr/question-pratique/invalidite-quelle-prevoyance-pour-les-artisans-commerçants.html>

Accident travail et maladie professionnelle

En tant que travailleur indépendant (artisan-commerçant ou profession libérale), vous n'êtes pas assuré de façon obligatoire contre le risque des accidents du travail et maladies professionnelles (AT/MP) <https://www.ameli.fr/bouches-du-rhone/assure/droits-demarches/maladie-accident-hospitalisation/assurance-volontaire-individuelle-mp-independant>



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Prévention : votre santé

Surveiller votre santé

Médecin traitant et dépistages

Prendre des RDV réguliers
Participer aux campagnes de dépistage

La loi du 2 août 2021 renforce la prévention en santé au travail et transforme les services de santé au travail (SST) en « services de prévention et de santé au travail » (SPST).

L'extension du suivi de santé aux travailleurs indépendants et aux chefs d'entreprise
Le suivi en santé au travail est étendu aux travailleurs indépendants et chefs d'entreprise sur la base du volontariat. Exemple : le SPST GIMS13 : « vous êtes déjà adhérent du GIMS pour vos salariés ? Déclarez-vous et bénéficiez de la même offre socle de service »

Activité physique et prévention santé

<https://sante.gouv.fr/prevention-en-sante/>



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Prévention : réseaux professionnels

Ne pas rester seul et s'appuyer sur des réseaux	Exemples
Syndicats et fédération professionnels	Selon professions
Réseaux d'affaires	BNI, Club Protéines, réseaux locaux (association d'entreprises locales)
Soutiens experts	BPI, France Active
Relations professionnelles essentielles à développer	Banquier, expert-comptable



Prévention : assurances privées

Compléter les garanties de votre régime de base : se renseigner auprès de courtiers et d'agents d'assurance

Prévoyance complémentaire professionnelle/assurance maintien de salaire	<p>Pour permettre au travailleur indépendant de bénéficier du même niveau de revenu en cas de coup dur, il est nécessaire de souscrire une prévoyance.</p> <p>La prévoyance professionnelle, également appelée prévoyance TNS, est une assurance prévoyance qui assure contre les aléas de la vie.</p>
Frais généraux	<p>L'assurance frais généraux couvre les frais permanents et les dépenses d'exploitation auxquels vous ne pouvez pas faire face en cas d'arrêt de travail, en raison d'une maladie ou après un accident.</p>
Homme-clé	<p>L'homme clé est un chef d'entreprise ou un collaborateur indispensable au bon fonctionnement d'une société. Son incapacité à exercer son travail de manière temporaire ou définitive risque d'engendrer une baisse du chiffre d'affaires voire une cessation d'activité de l'entreprise. L'assurance homme clé vise à compenser la perte d'exploitation d'une société pour garantir sa pérennité.</p>



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Prévention : bilans entreprise

Surveiller la santé de son entreprise	
Chambres consulaires	https://commentvamaboite.cciamp.com/CommentVaMaBoite
Banque de France	https://www.banque-france.fr/fr/a-votre-service/entreprises/diagnostic-financier-opale
CIP Centre d'Information sur la Prévention des difficultés des entreprises	https://www.cip-national.fr/diagnostique-entreprise-en-difficulte/



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

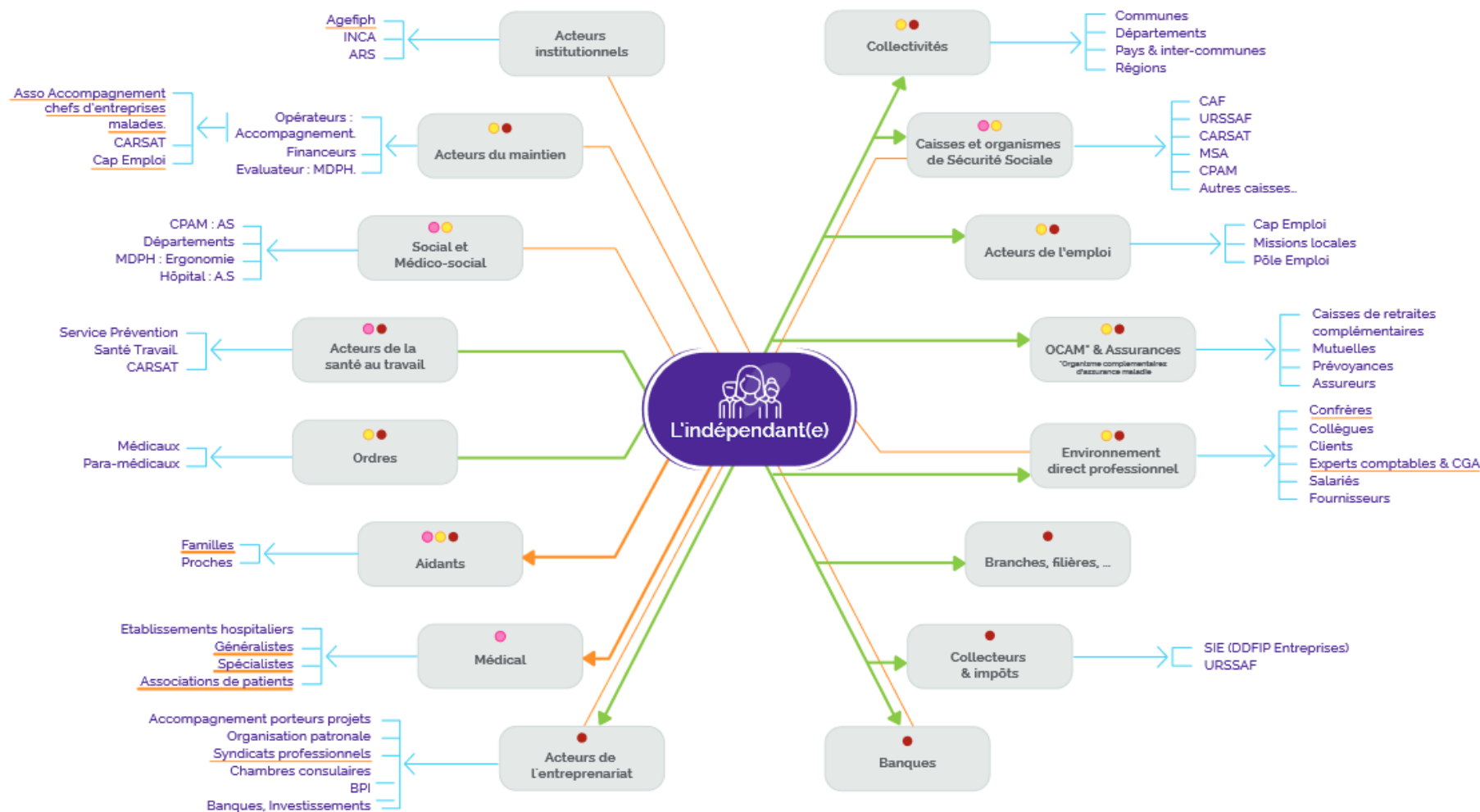
Prévention : les droits chômage

Prévenir la perte de revenus	
France travail : allocation conditionnée et limitée dans son montant et sa durée	https://chomage-independent.francetravail.fr/accueil_ati
Assurance volontaire	https://www.gsc.asso.fr/ https://www.appi-asso.fr/ Un contrat de prévoyance privé couvrant la perte d'emploi du dirigeant
Statut : portage salarial	



CARTOGRAPHIE DES LIENS FONCTIONNELS ENTRE INDÉPENDANTS ET FAMILLE D'ACTEURS : DES RESSOURCES ET DES BESOINS RÉVÉLÉS

Maladies chroniques évolutives, cancer et indépendants :
Vers un parcours conciliant le maintien de l'activité et les démarches de soins.



Le fonctionnement CAIRE13



**Malade ou
accompagnant**

**Appel
Mail
Site internet**



CAIRE13

**Premier contact
avec la chargée de
mission sous 24h**



**Equipe
pluridisciplinaire**

**Rencontre avec
équipe pour
entretien sous 5
jours**



**Equipe
pluridisciplinaire**

**Analyse de la
demande**



**Personnes
ressources et
bénévoles**

**Proposition
actions
Suivi régulier
Evaluation des
actions**



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Les bénévoles : cœur du réseau solidaire

Assureurs

Avocats

Banquiers

Chefs d'entreprise

Directeur des ressources humaines

Expert formation

Experts-comptables

Huissiers

Inspecteurs des impôts

Juges

Médecins du travail

Notaires ...

Experts métiers : infirmières libérales, métiers de bouche, experts immobiliers





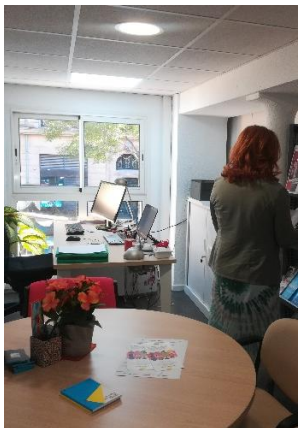
Actions CAIRE13

«Espace Rebond» : lieu d'**information et de ressources** pour renforcer l'**autonomie**, en libre accès ou avec soutien personnalisé ;



Entretien d'orientation par psychologue du travail, basé sur l'**écoute active**, en relation avec une connaissance du contexte socioéconomique du travailleur indépendant ;

Diagnostic socioprofessionnel en équipe pluridisciplinaire et co-construction d'actions: entretien semi-directif, avec une équipe composée de bénévoles : banquier, avocat, médecin du travail, expert-comptable, chef d'entreprise ... ; pour identifier les **ressources**, renforcer l'**aide à la décision professionnelle** et **alimenter le projet de vie** ;



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Atelier collectif « Exercer en indépendant avec un cancer »rompt l'isolement et renforce les capacités personnelles

Ateliers ponctuels : infos partenaires, droit formation ...

Les bénévoles et les partenaires : le **cœur** du réseau solidaire

Evénements
ponctuels :
Les minettes en
goguette





CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Circuit du Castellet





Evenements ponctuels :
Soirée



Événements
ponctuels :
spectacles
gratuits

Marseille » Théâtre » Autres pièces

LE DIEU DU CARNAGE

de Yasmina Reza

Mise en scène: Christelle de Saint-Riquier

Avec: Marielle Couzi, Pascal Flandin,

Marie-Laure Pastor et Jean-Philippe Soumille

Le Dieu du carnage

La Comédie d'Aix, Aix en Provence

Fiche événement

Dates & Tarifs

Critiques

Le dieu du carnage de Yasmina Reza.

Bruno et Ferdinand se sont bagarrés au square, les parents de ces deux collégiens se retrouvent pour régler ce conflit de manière civilisée.

Ils tentent de tenir un discours commun de tolérance mais peu à peu le vernis craque et les passions se déchainent...

LIVINGSTON 3.0 SLAM



Avec **IRAKA**

Le spectacle *Livingston 3.0* est accessible au jeune public à partir de 6 ans. Il retrace le parcours de *Jonathan Le Goéland*, héros du roman de Richard BACH. Pour assouvir son envie de voler, ce jeune goéland va s'affranchir des lois de son clan et vivre un parcours initiatique fait d'aventures extraordinaires. Une façon d'aborder en musique des thématiques existentielles liées à l'adolescence.



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Accès gratuits à des salons professionnels

18 ET 19 AVRIL 2024
PARC CHANOT- MARSEILLE

**SAISISSEZ VOTRE PASS
GRATUIT DÈS MAINTENANT !**

Votre salon **100% Business** et **100% Sud** approche à grands pas.

**Attention ne tardez pas, les invitations sont limitées aux
100 premiers inscrits !**

En tant que partenaire du Salon Made in PME Sud, nous sommes heureux de vous offrir votre **PASS GRATUIT** pour cet événement.

Les **18 et 19 avril** au **Parc Chanot à Marseille**, profitez de cette opportunité unique pour :

- #1** Vous connecter avec **les chefs d'entreprises** venus des 6 départements de la région
- #2** Planifier des rendez-vous stratégiques avec des acheteurs, des donneurs d'ordre et partenaires potentiels grâce à une **plateforme B2B dédiée**.
- #3** Vous inspirer via une programmation riche : plus de **100 workshops, conférences** et capsules d'inspiration **PMEx** avec des intervenants de renom.
- #4** Découvrir des solutions innovantes à travers les stands de nos **300 exposants et partenaires**.



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS

Contact

Christine Gavaudan

www.caire13.org

contact@caire13.org

07 53 09 06 18



CANCER
AIDE INFO RESEAU
ENTREPRENEURS