



Y avez-vous droit ?

✓ **Pour les salariés du privé**, depuis la loi Travail de 2016, les conditions à remplir peuvent être fixées par une convention, un accord d'entreprise ou de branche, qui prévaut. Renseignez-vous auprès de votre DRH. Sinon, vous devez justifier d'au moins six ans d'activité professionnelle dans l'entreprise, consécutifs ou non, sans avoir bénéficié d'un congé sabbatique, d'un congé de création d'entreprise ou d'un CIF (congé individuel de formation) supérieur à six mois.

✓ **Si vous êtes salarié du public**, vous pouvez bénéficier d'une mise en disponibilité pour convenance personnelle, sous réserve que votre absence ne perturbe pas votre service. La durée peut être de trois ans au plus, avec possibilité de renouvellement dans la limite de dix ans sur l'ensemble de la carrière.

aujourd'hui, on ose davantage se reconverter, changer de voie ou d'entreprise, déménager, lancer sa boîte, essayer de vivre de sa passion, observe Marion de la Forest Divonne**, coach en développement personnel et professionnel (marionlfd-coaching.com). Le congé sabbatique est une excellente option pour tester autre chose sans prendre trop de risque. » D'autant que l'on n'a pas à justifier sa demande auprès de son employeur. Le seul impératif est de ne pas travailler pour une entreprise concurrente de celle avec qui l'on est toujours lié.

De nombreux bénéficiaires
« Outre le projet que l'on mène, le congé sabbatique permet de prendre du recul sur le métier que l'on exerce et de faire un point sur

son parcours et sur ses envies », explique Caroline Degrave, coach en carrière (carolinedegrave.com). En effet, éloigné de son quotidien, on se rend compte de ce que l'on n'aime pas mais également de ce que l'on apprécie. « En travaillant dans une boutique lors de mon congé sabbatique, j'ai compris que travailler à mon compte, avec des horaires à rallonge, me stressait trop, confie Lucie, qui voulait ouvrir une épicerie. Je préfère les avantages et le confort d'une grande entreprise. Depuis, je suis plus motivée et contente de me rendre au bureau ! »

En couple ou en famille, le congé sabbatique est également un temps qui permet de se recentrer sur soi et les siens. « Notre voyage familial a rendu nos liens plus forts, se félicite Sarah. Mon

mari, mon fils et moi sommes fiers d'avoir réalisé ce projet qui nous tenait à cœur depuis longtemps. » Pourtant, c'est une décision difficile à prendre : « Tout le monde en rêve, mais peu se l'octroient, par peur de manquer d'argent, de déscolariser les enfants... analyse Caroline Degrave. Du coup, en ayant osé sauter ce pas, ceux qui ont pris un congé sabbatique ont l'impression d'être davantage maîtres de leur vie. » Floriane, infirmière revenue de Madagascar, s'est découverte : « Avant d'aller sur le terrain, j'avais peur de ne pas être assez forte pour travailler avec des populations en souffrance. Finalement, je me suis rendu compte que cela me convenait. En rentrant, j'ai repris mon poste, mais je cherche à intégrer une association ou une ONG pour partir à nouveau. »

Qu'il s'agisse d'un voyage, d'une expérience professionnelle différente ou d'une formation, chaque congé sabbatique peut être valorisé. « Par exemple, celui qui est parti à l'étranger peut mettre en avant sa maîtrise d'une autre langue, ses capacités d'adaptation, sa débrouillardise, sa bonne gestion d'un budget... assure Caroline Degrave. Cette pause apporte des compétences personnelles ou professionnelles ! »

La reprise, à préparer

Après un congé sabbatique, le retour peut être compliqué : on a vécu autre chose, découvert d'autres contrées ou un milieu professionnel différent, par conséquent, reprendre son poste peut être ressenti comme un retour à la case départ. « Pour éviter une reprise brutale, mieux vaut garder quelques liens avec des collègues, afin d'être informé des éventuels changements : réorganisation, départs, arrivées... », conseille la coach Caroline Degrave. Avant la reprise, déjeuner avec un collègue, voire avec son patron, est un bon moyen de reprendre contact. « Une fois l'entreprise réintégrée, demandez rapidement un entretien avec votre supérieur pour mettre en avant vos nouvelles compétences, le rassurer, lui réaffirmer vos motivations, recréer du lien », recommande-t-elle. Car un congé sabbatique peut être perçu comme un manque d'investissement. « L'entreprise a dû s'organiser pour pallier l'absence : celui qui est parti a été remplacé. Or, savoir que l'on a été remplacé ou que d'autres façons de travailler ont été mises en place peut être mal vécu par celui qui revient. De plus, si la loi assure que l'on retrouve un emploi similaire et une rémunération équivalente après un congé sabbatique, elle ne stipule pas que l'on récupérera son bureau et ses fonctions exactes », ajoute M^e Nathalie Lailler, avocate spécialiste en droit du travail (lailler-avocat.com). Fort heureusement, la reprise n'est pas toujours si compliquée. « Après six mois à boulinguer, j'étais heureuse de retrouver ma maison, mes élèves et ma petite routine quotidienne », conclut Sarah, professeur des écoles.

** Auteure de *Réinventer sa vie professionnelle... quand on vient de la commencer* (éd. Eyrolles).

Pour en savoir plus

conge-sabbatique.fr

est un site rempli de conseils pour profiter de son congé sabbatique et le financer.