

Le dire ou pas à son chef ?
Ses collègues ? Rassurer
ou ne rien cacher ?
Comment réagir face aux
maladresses ? Des
femmes passées par
l'épreuve de la maladie
nous racontent comment
elles l'ont vécue au
bureau. Par Laura Makary

BOSSER avec un cancer

« Je suis là, parce que j'ai été diagnostiqué d'un cancer. » Il y a quelques mois, Arthur Sadoun, président du directoire de Publicis, a choisi de rendre publique sa maladie par la voie des réseaux. Un message rare et courageux dans le monde feutré des dirigeants où l'on n'ose pas parler maladie, par crainte de paraître faible et de perdre en légitimité. Une intervention d'autant plus précieuse qu'elle participe à libérer la parole. Bosser avec un cancer, un tabou en France ? On peut le croire au vu du baromètre de l'association Cancer@Work qui révélait qu'en 2013, 77 % des actifs estimaient difficile de parler de cancer au bureau. En 2021, ils étaient encore 51 % à le penser. L'association Cancer@Work se bat pour inciter les dirigeants des boîtes à

HANNES EICHINGER/GETTY IMAGES



mieux accompagner leurs salariés malades. « La première année, on observe un retrait temporaire du marché du travail, pour se soigner. Du fait des progrès dans les traitements, il est possible de retourner au travail plus vite qu'auparavant. Cependant, selon les effets secondaires, séquelles et éventuelles rechutes, la situation peut se tendre. Or, plus l'on reste longtemps hors du marché de l'emploi, plus il sera difficile d'y revenir », explique Christine Le Clainche, professeure à l'université de Lille, qui a planché sur l'effet des pathologies, notamment le cancer, sur l'activité. « Nous avons bâti un club pour que chaque entreprise puisse construire un plan d'action adapté aux besoins des collaborateurs atteints d'un cancer », précise Anne-Sophie Tuszynski, sa fondatrice, qui a elle-même traversé cette épreuve en 2011. Selon une étude publiée en 2018 par l'Institut national du cancer, 80 % de ceux qui avaient un emploi avant le diagnostic sont en poste cinq ans après. Noémie, Véronique, Angélique, Alexandra, Catherine, Sophia, Sophie, nos témoins, ont bossé avec un cancer. Elles nous racontent.

Le dire ou pas ?

Le questionnement est légitime. Selon le baromètre 2019 de Cancer@Work, huit actifs sur dix annoncent leur maladie à leurs collègues proches. Sept sur dix à leur hiérarchie. Mais le choix de le dire ou pas doit rester à la personne, souligne Géraldine Magnier, fondatrice du Vent Bleu, association de coaching dédiée au retour au travail après une maladie. « Si une personne préfère ne pas le dire, rien ne doit l'y obliger. Cela dépend des relations avec son équipe ou son manager. Cependant, nous conseillons de parler des troubles invisibles, pour que l'entourage professionnel ait conscience des choses. Le risque

est qu'il ne comprenne pas pourquoi il y a moins de performance par exemple. »

Noémie a joué franc jeu : « Quand j'ai compris que je n'avais pas qu'une tumeur bénigne, j'ai eu peur de tout perdre, mes clients, mon boulot... », se souvient Noémie, 32 ans, indépendante dans le marketing, qui préfère jouer la transparence avec ses contacts. Leur réaction l'a étonnée : « Ils m'ont encouragée à prendre soin de moi, à m'arrêter si j'en avais besoin, ils ont pris des nouvelles. C'était très positif. »

Véronique a « minimisé » sa maladie. Quand elle apprend qu'elle a un cancer, Véronique a 49 ans. Elle est employée depuis de longues années dans une PME dédiée au transport routier. Quand elle l'annonce, face aux larmes de ses collègues, elle minimise les faits et préfère les rassurer. « Je répétais que tout allait bien, que je serai peu absente... Avec le recul, je pense que c'était une erreur car j'ai envoyé dès le départ le mauvais message. Mais sur le moment, je ne voulais pas impacter la boîte et je ne me rendais pas compte de ce qui m'attendait. » Les traitements qu'elle reçoit sont lourds : chirurgie, chimio, radio et hormonothérapie. À son retour au bureau, Véronique n'est pas prête et peine à retrouver sa productivité d'avant : « Je n'avais pas communiqué clairement sur les effets secondaires des traitements et mes collègues

ne comprenaient pas que je sois moins efficace, cela a créé de l'animosité, de l'agacement, je me suis enfermée dans une spirale d'isolement et d'incapacité », confie-t-elle. Les relations se tendent et elle se rend au boulot avec la boule au ventre. Véronique finit par signer une rupture conventionnelle. Aujourd'hui formatrice, elle regrette de ne pas avoir exprimé ce qu'elle traversait : « Pour éviter les malentendus, la seule solution est de parler. »

Préparer son remplacement et sa reprise

Préparer son départ et surtout son retour, tout en gardant le lien avec son remplaçant et la boîte, est essentiel, affirme Géraldine Magnier, du Vent Bleu. Elle observe souvent un temps partiel thérapeutique, utile pour reprendre en douceur : « Cela demande de l'organisation, un mi-temps signifie la moitié des missions, il n'est pas question de revenir à 100% ! Il faut pouvoir être là aux moments-clés, mais aussi avoir le temps de souffler... » Cela peut passer par différents dispositifs. « Le poste peut être modifié, il peut y avoir des tâches en moins, une flexibilité horaire ►►

Hep, les collègues!

SI VOUS POUVIEZ ÉVITER DE DIRE ÇA...

Aucune de ces phrases n'a malheureusement été inventée. Toutes nous ont été rapportées par nos témoins.

- « Ce n'est qu'un cancer du sein, ça se soigne. » C'est blessant.
- « Sois forte ! » Cette injonction à être forte... On fait ce qu'on peut !
- « Je sais ce que tu ressens. » Non, tu ne le sais pas...
- « Prends-le comme une épreuve transformatrice, positive... » Ce n'est pas le cas pour tout le monde.
- « Ah bravo, tu as perdu du poids ! » Vraiment maladroit...
- « Tu es encore à mi-temps ? » Au secours...

La maladie peut donner des envies d'ailleurs : 1/4 des 18-54 ans ont changé d'emploi 5 ans après leur cancer...

►► plus importante, plus de télétravail... L'employeur doit composer avec le fait que sa/son salarié.e peut se voir délivrer des arrêts maladie récurrents. La médecine du travail peut d'ailleurs l'aider à concevoir des aménagements des conditions », indique la chercheuse Christine Le Clainche.

Véronique a tout calé en amont. Cette professeure des écoles dans le Rhône s'est organisée. Avant même ses résultats, elle insiste pour que la possibilité qu'elle soit absente longuement soit envisagée. « Il était essentiel pour moi que ma classe ait la même remplaçante durant mon arrêt, et pas quelqu'un de différent tous les quinze jours », souligne-t-elle. La transparence est de mise avec ses collègues, sa hiérarchie, mais aussi avec les parents d'élèves. « Quand j'ai su ce que j'avais, je leur ai envoyé un mail leur expliquant tout. J'en ai touché un mot aux enfants, mais sans prononcer le mot "cancer" », se souvient-elle. Sa radiothérapie s'achève fin novembre. L'enseignante est volontaire pour retrouver sa classe en janvier. Elle insiste même auprès du rectorat lorsqu'un problème administratif risque de retarder son retour. « C'était inconcevable, mes élèves et mes collègues m'attendaient. Je ressentais l'envie et le besoin de revenir. »

Alexandra a gardé le lien avec sa team et sa remplaçante. Diagnostiquée à 33 ans, Alexandra, attachée de presse, prend le temps d'accompagner celle qui va la remplacer en CDD. Et garde le contact avec

ses collègues tout du long : « On s'envoyait des messages quand je faisais mes chimios. Je l'ai ressenti comme une force, un accompagnement au même titre que ma famille ou mes amis. Ce troisième cercle m'a aidé à tenir le coup ». Durant son arrêt, elle est même invitée aux déjeuners d'équipe.

Continuer à bosser pendant les traitements ou pas

« Il est essentiel de s'écouter et de ne pas trop forcer, met en garde Christophe Grotti, co-fondateur de l'association le Jour d'Après, qui vise à concilier maladie chronique et emploi. Je vois des personnes qui veulent absolument continuer à travailler, elles se détruisent. Elles ont toutes un retour de boomerang. Ce n'est pas une question de mental fort ou non. Il faut du temps pour que le corps se remette. » Si l'on est trop épuisée, même un mi-temps peut être dangereux. Mais à chaque personne, son ressenti.

Alexandra n'a pas travaillé pendant son traitement : « C'était trop difficile. Même briefer la personne qui me remplaçait me demandait un énorme effort cérébral. Juste formuler une réflexion pendant 10 minutes, alors bosser... »

Sophia a choisi de faire une vraie pause. À 28 ans, elle apprend qu'elle a un cancer. Elle mène alors une vie professionnelle chargée, en plus d'activités militantes. Opérée deux fois, elle s'arrête : « Mon rythme était infernal, je ne m'autorisais pas de repos. Là, je suis restée près de six mois au chômage. J'en ai profité pour voyager, faire des activités qui me faisaient plaisir. J'ai vu que j'avais besoin de temps pour moi. »

Reprendre en douceur

Le télétravail peut être précieux, mais attention à ne pas en abuser, alerte Thierry Breton, directeur général de l'Institut du Cancer : « Il ne peut pas être la seule réponse. Revenir au travail signifie trouver de l'humanité, auprès de ses collègues, à la machine à café... Les relations sont essentielles. Offrir au salarié la possibilité de rester chez lui quand il se sent fatigué est une bonne idée. Mais basculer à 100 % n'est pas conseillé ». Autre risque : avoir l'impression d'être mis sur le banc de touche, loin du bureau.

Catherine a opté pour quatre jours de télétravail par semaine. Après un arrêt de quatre mois, elle vient de retrouver son poste de DRH, avec une organisation flexible : « Ma

boîte proposait déjà trois jours à distance. Je suis passée à quatre jours, plus une journée au bureau. J'ai une heure et demie de trajet pour m'y rendre, mais ce jour sur place était une bulle d'oxygène. »

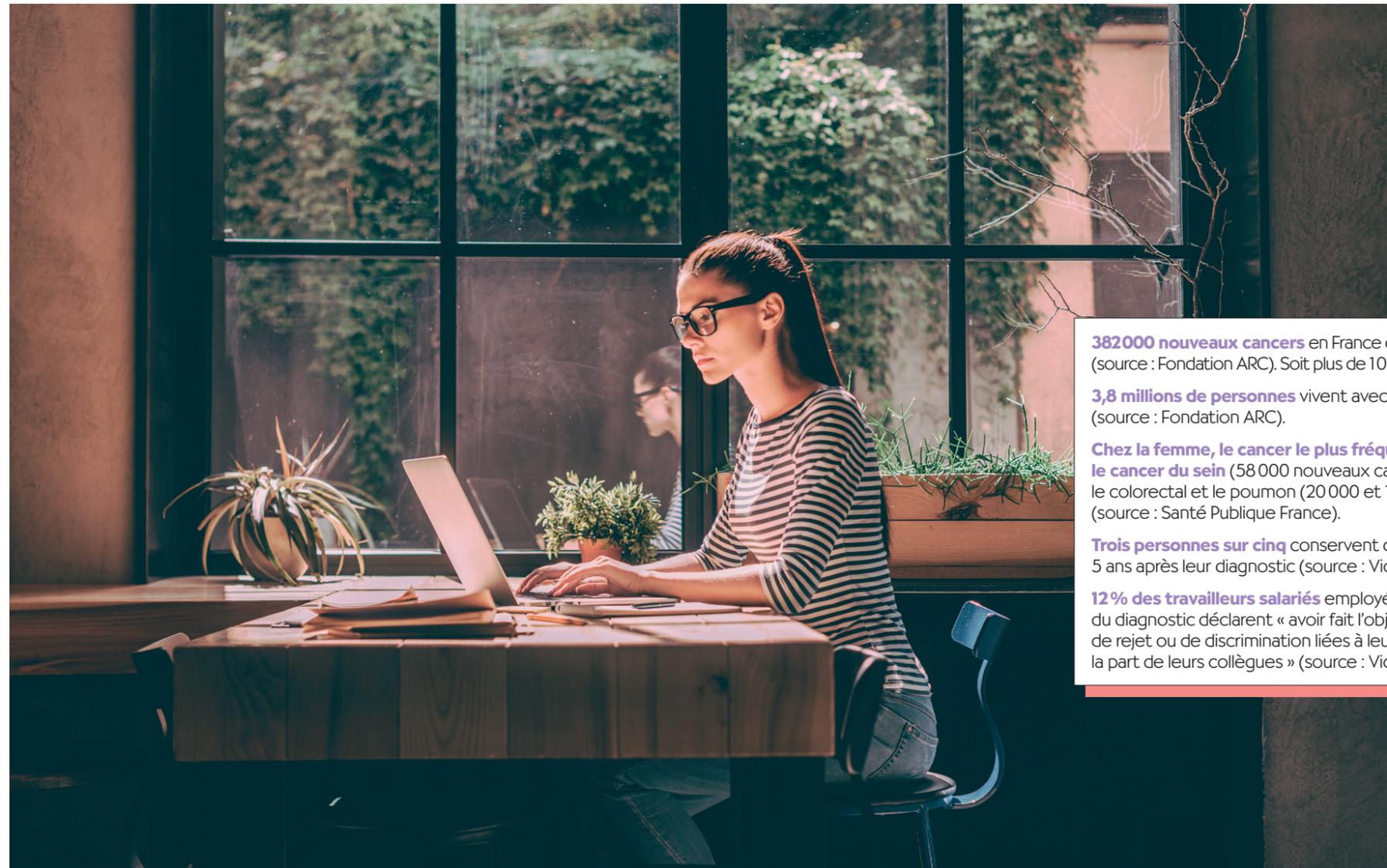
Changer de vie après...

C'est possible et même fréquent. Selon l'étude Vican, un quart des 18-54 ans atteints d'un cancer ont changé d'emploi cinq ans après la maladie. La maladie peut donner des envies d'ailleurs. Claire Désarnaud l'a vécu en tant qu'aidante auprès de sa soeur, puis à la tête de la start-up Wecare@work, dont l'objectif est de concilier santé et travail : « Forcément, les personnes concernées abordent la vie et le travail différemment. Cela peut passer par une reconversion, mais aussi une évolution en interne

dans leur société. L'essentiel est que cela soit en adéquation avec leurs envies. »

Sophie, de tapissière à l'associatif. Si elle aime son métier d'art, elle peine à en vivre. Alors qu'elle réfléchit à son avenir, à 46 ans, Sophie apprend qu'elle a un cancer. « C'était un coup de massue. Et en même temps l'occasion d'une mise au point sur l'ensemble de ma vie », se rappelle-t-elle. Une fois l'opération et la radiothérapie derrière elle, Sophie prend le temps de réfléchir à ses envies. Et décide de se consacrer au milieu associatif et de travailler avec des handicapés. « Cet emploi m'a permis de guérir, d'avancer, de vivre autre chose, et d'être en contact au quotidien avec des personnes vivant un handicap invisible, comme moi », détaille Sophie, estimant que ce poste l'a « sauvée ».

Angélique a monté sa boîte. Alors infirmière, Angélique découvre son cancer à 35 ans. Elle est arrêtée le temps des traitements. Quelques mois plus tard, toujours épuisée, elle panique en apprenant qu'elle doit retourner travailler : « Je n'étais pas en état, mon dos et mon épaule étaient bloqués, j'étais dans une grande fragilité émotionnelle. Vu mon métier, c'était tout simplement impossible. Heureusement, la médecine du travail m'a écoutée. » L'idée de se reconverter lui était déjà passée par la tête. Angélique fonde alors sa boîte, les Monocyclettes, qui vend des sous-vêtements adaptés aux femmes ayant vécu comme elle une mastectomie. Ce changement de vie lui semble une évidence : « Le fait d'avoir côtoyé la mort provoque un électrochoc. Après cette épreuve, on veut faire des choses qui ont du sens. » ■



382 000 nouveaux cancers en France chaque année (source : Fondation ARC). Soit plus de 1000 cas par jour.

3,8 millions de personnes vivent avec un diagnostic (source : Fondation ARC).

Chez la femme, le cancer le plus fréquent est le cancer du sein (58 000 nouveaux cas), devant le colorectal et le poumon (20 000 et 15 000) (source : Santé Publique France).

Trois personnes sur cinq conservent des séquelles 5 ans après leur diagnostic (source : Vican5).

12% des travailleurs salariés employés au moment du diagnostic déclarent « avoir fait l'objet d'attitudes de rejet ou de discrimination liées à leur maladie, de la part de leurs collègues » (source : Vican 5).