

Sandra a accepté de nous parler de son accompagnement par Le Vent Bleu.



Vous avez un message !

C'est le printemps, le soleil est au rendez-vous, direction Saint-Malo en famille pour quelques jours de déconnexion. J'ai envie d'effacer cette année où jour pour jour la maladie m'a prise par surprise et a stoppé net mes élans et ma vie professionnelle.

Au bord de la mer, je veux me laisser porter par le bleu du ciel, les embruns et les balades sur la jetée.

Avant cela, je jette furtivement un dernier coup d'œil sur mon portable : j'ai reçu un message de Géraldine Magnier de l'association Le Vent Bleu :

« Chère Sandra, après votre expérience dans notre association en tant que coachée, cela vous dirait de nous donner votre témoignage en nous parlant des étapes de votre retour au travail ? »

Je suis très surprise et contente à la fois de lire cette invitation, qui me ramène à un épisode sécurisant dans la traversée de ma maladie en 2021.

Après quelques jours de réflexion, j'accepte de revenir sur le chemin parcouru avec l'association et ma coach Marie-Christine pendant 6 mois, pour maintenant transmettre le bénéfice que j'ai retiré de cette rencontre parallèlement à mon parcours de soin.

Le quai des brumes

L'annonce de la maladie grave marque un tournant dans ma vie, ce n'est pas possible, pas moi, pas un cancer du sein à 48 ans. Je n'ai pas le temps de réaliser, il faut aller vite, opérer, reconstruire immédiatement pour essayer de se réparer. Mais où en est mon avenir professionnel dans tout ce chaos ? Je suis gestionnaire RH, j'aime mon métier, je

m'occupe des autres mais cela ne me paraît plus possible.

En avril 2021, après l'opération à Paris, j'ai ressenti le besoin indicible d'avoir une ancre, un phare dans la nuit pour mettre des mots sur les maux et me raccrocher à la vie qui va continuer, différemment. Sans attendre la suite des soins, j'ai cherché sur Internet des livres qui parlent du retour au travail pendant ou après une longue maladie. Peu d'éditeurs s'intéressent à ce sujet, mais je découvre une pépite, le livre de Géraldine L. Magnier « *Après la maladie, le travail. Reprendre une trajectoire professionnelle après le cancer* ». J'y gratte quelques pistes pour garder le cap, mais je sens que je ne vais pas y arriver toute seule. Ce retour professionnel est trop loin, trop flou, trop dur.

Je découvre alors le site de son association Le Vent Bleu et ses bénévoles. Géraldine me propose un parcours de coaching avec l'une des coachs : 6 séances en visioconférence, réparties sur 6 mois, qui vont être autant de balises pour mon retour à la vie professionnelle, et à la vie en général.

Le jour se lève

Si je ne devais retenir qu'un seul mot du coaching individuel dont j'ai bénéficié, ce serait **RA-LEN-TIR**.

Grâce à ma coach, à son écoute, à son savoir-faire, j'ai appris à revisiter le temps, à construire pas à pas une reprise professionnelle sur des bases solides en respect avec ma fragilité.

Les projets élaborés en duo ont mûri, nous avons calmé mes réticences et dessiné un cadre : un retour progressif au travail grâce au dispositif du mi-temps thérapeutique. Puis pierre par pierre, nous y avons ajouté une maison : une demande de changement de poste, dans une nouvelle équipe. En accord avec mon employeur public, j'ai pu reprendre un poste en RH sur des fonctions où je suis plus autonome pour gérer mon nouvel équilibre.

En définitive, RALENTIR, dans mon cas, a consisté à remettre les compteurs à zéro, à me réinventer pour tracer un nouveau chemin professionnel après la maladie.

Le Vent Bleu m'a grandement portée dans cette entreprise au long cours. **Sandra**