



asap

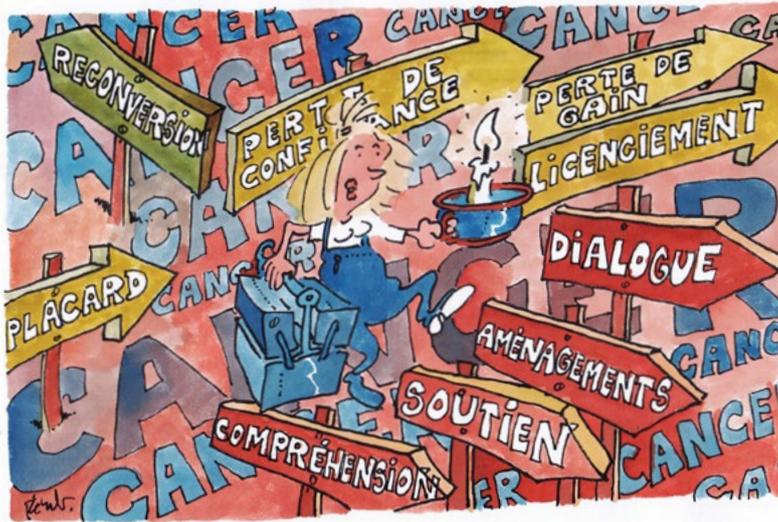
observatoire des effets adverses

NEWSLETTER N°4

automne 2022

CANCER ET TRAVAIL

CAPACITÉS MODIFIÉES, BARRIÈRES LÉGALES, PERTES DE GAIN ET TENSIONS AU TRAVAIL: AUTANT D'EM-BÛCHES À LA VIE PROFESSIONNELLE



ÉDITO

Retour au travail : difficultés et ressources

Rien qu'à Genève, plus de la moitié des femmes diagnostiquées pour un cancer du sein sont en âge de travailler. C'est dire toute l'importance de la thématique abordée dans cette édition.

Comme en témoignent les patient-e-s, les périodes d'arrêt maladie de durées et fréquences variables en raison des traitements génèrent de multiples craintes par rapport à la vie professionnelle, et ceci dès le diagnostic. Au moment de reprendre une activité, selon le soutien plus ou moins rassurant de la part du monde du travail, ces craintes peuvent devenir source d'insécurité et d'angoisse.

Le droit du travail et les problématiques auxquelles les patient-e-s font face sont abordés dans la Grande interview d'Yves Hochuli, Directeur adjoint et juriste de la LVC.

Fort heureusement, des organismes se sont mobilisés pour soutenir les patient-e-s et de vrais progrès ont été réalisés récemment. Beaucoup reste néanmoins à faire, notamment au niveau légal.

TÉMOIGNAGES

« Le comportement de mon employeur fut mitigé, je dois dire. Entre l'annonce de la maladie et l'hospitalisation, il n'y a eu que 5 jours. Dès le retour en chambre après la tumorectomie, mon mari m'annonçait, scandalisé, qu'il avait été contacté par mon employeur. Il voulait connaître l'adresse de la clinique pour m'apporter un laptop afin que je continue à travailler. Il les a poliment envoyés balader ! Je n'ai toutefois reçu ni un mot ni un bouquet de fleurs de leur part. Je fus fortement sollicitée pour revenir au travail dès que possible, ce que je fis après 2 mois, à 50%, et ce malgré le début du traitement de radiothérapie. Je me suis écroulée après une trentaine de séances. Mon retour au travail après quelques semaines de repos se fit directement à plein temps, comme si rien n'avait eu lieu. Ni attention ni soutien particulier. Tout a repris comme avant la maladie, personne n'en a parlé... et je travaillais à l'époque dans une entreprise pharmaceutique. ;-) C'est du passé, l'important ayant été pour moi d'avoir pu passer à travers cette épreuve grâce au soutien de mes proches qui se sont surtout occupés de ma fille de 8 ans à l'époque. »

C. S., 44 ans au diagnostic

« Dès que j'ai su que j'avais un cancer, j'ai prévenu mon employeur pour qu'il puisse s'organiser. Il a été très compréhensif: ma santé d'abord. Après la radiothérapie, j'ai complètement arrêté de travailler pendant 3 mois. Je n'en pouvais plus de rester à la maison pendant tout ce temps. Aussi, un peu freinée par mon médecin généraliste pour que je pense plus à moi, j'ai repris à 50% pendant 2 mois, puis augmenté progressivement. Si c'était à refaire, je retravaillerais à temps partiel après la radiothérapie, ça permet d'oublier un peu les traitements et de rester en activité professionnelle. Mais, il faut penser à soi. On peut avoir plusieurs emplois dans sa vie, mais on n'a qu'une santé. »

Sandra, 49 ans au diagnostic

Et vous, comment l'avez-vous vécu ? | www.savoirpatient.ch/temoigner

SOMMAIRE

- Grande interview P.2
- Littérature scientifique P.4
- Un pas en avant P.4
- En pratique P.4
- Témoignages P.5
- Coup de cœur P.6
- Vu ici et ailleurs P.6
- Baromètre de l'OEA P.6
- Services offerts P.6



Juriste et médiateur de formation, **YVES HOCHULI** est le Directeur adjoint et le conseiller juridique de la Ligue vaudoise contre le cancer.

Une double peine « Certaines femmes n'ont droit à rien ! »

Une large partie des 6300 femmes et des 50 hommes diagnostiqué-e-s pour un cancer du sein chaque année en Suisse est confrontée à des problèmes en lien avec l'emploi pendant ou après les traitements. La majorité des cas se déclarent avant la retraite et les femmes jeunes ne sont pas épargnées avec 23,5% des diagnostics établis avant la cinquantaine. De surcroît, le taux de survie à 5 ans étant élevé – il a atteint 88% en 2018 –, le nombre de personnes concernées progresse.

En plus d'être une source de gain, le travail est un exutoire salvateur, le symbole d'une vie normale et l'élément incontournable d'une réadaptation réussie. Mais le parcours qui attend les personnes qui reprennent ou continuent une activité professionnelle est semé d'embûches. Yves Hochuli, Directeur adjoint de la Ligue vaudoise contre le cancer (LVC), dresse un tour d'horizon des limitations du système et souligne les points de vigilance qui peuvent être anticipés, avec un regard particulier sur les aspects légaux et asséculogiques. Car, au-delà de capacités physiques plus adaptées au métier

exercé, les licenciements légaux et les couvertures de risques inadéquates sont souvent qualifiés de «double peine».

Réappropriser le corps et l'esprit

Les six premiers mois après la fin d'un traitement par chimiothérapie sont reconnus comme étant une période au cours de laquelle la capacité à reprendre une vie active est limitée en raison de l'impact des traitements

« MALGRÉ L'ENGOUEMENT QU'ELLE SUSCITE, LA PÉRIODE DE RETOUR DOIT SE FAIRE PROGRESSIVEMENT »

et d'un moral fragilisé. «Le délai de retour au travail est variable, il se fait plus ou moins rapidement selon les cas. Cela va dépendre des séquelles liées aux traitements et du type de métier. Le cancer du sein est particulièrement impactant pour les personnes ayant subi une ablation des ganglions et qui doivent mobiliser leurs membres supérieurs dans leur travail. Si certaines personnes ont peu ou pas d'effets secondaires, d'autres doivent se réorienter professionnellement», décrit Yves Hochuli.

La fatigue est le problème principal rencontré par les personnes actives. Les effets indésirables dus aux traitements chimiothérapeutiques comme la perte de sensibilité à l'extrémité des membres ou les troubles de la mémoire et de la concentration impactent fortement les capacités d'emploi. Pour finir, la prise d'antihormones s'accompagne le plus souvent d'impacts physiques et psychiques. La période «post-traitements» peut être particulièrement délicate tant le corps et la vie peuvent se trouver modifiés.

Yves Hochuli prévient: «malgré l'engouement qu'elle suscite, la période de retour au travail doit se faire progressivement». Dans ce contexte,

l'entreprise employeuse joue un rôle capital pour laisser aux personnes le temps de retrouver une routine en aménageant l'environnement de travail. Malheureusement, ce n'est pas toujours possible et la loi n'est pas favorable aux employé-e-s.

Les méandres légaux

Bon nombre devront revoir leur statut de travailleur ou travailleuse et envisager une reconversion professionnelle, une période de chômage, voire l'aide sociale. Mais, aucune de ces mesures n'est le gage d'entrées financières, car elles ont leurs limites.

La première barrière est souvent l'absence de couverture d'assurance perte de gain.

C'est elle qui assure le revenu aux employé-e-s en situation de maladie. Elle couvre généralement le salaire à hauteur de 80% pendant deux ans. «C'est une assurance onéreuse et comme elle est facultative, un nombre important de petites et moyennes entreprises ne disposent pas d'une telle couverture en faveur de leurs employé-e-s. Il y a eu à ce jour plusieurs tentatives pour la rendre obligatoire, toutes se sont soldées par un échec», indique Yves Hochuli. Lorsqu'il n'y a pas d'assurance perte de gain en cas de maladie, c'est le droit suisse du travail – le code des obligations – qui définit la période de protection avant le retour. «Dans les administrations publiques, ce sont les règlements sur le personnel qui s'appliquent généralement et le système de rémunération en cas de maladie est différent», précise-t-il.

La personne absente a droit à son plein salaire durant seulement trois semaines lors de la première année de service. Ce droit est prolongé, en fonction du nombre d'années de service selon l'échelle de Berne, une jurisprudence bernoise de 1926, appliquée dans les cantons romands. Elle prévoit 1 mois payé après 2 ans, 2 mois entre 2 et 4 ans, 3 mois de la 5e à la 9e année, puis 1 mois en plus tous les 5 ans pour atteindre 6 mois après

En deux mots

- ◆ Le chamboulement provoqué par le diagnostic, puis la fatigue induite par les traitements, nécessitent une reprise du travail progressive
- ◆ Le cancer et les effets adhésifs liés aux traitements peuvent entraîner des mesures de l'AI sous la forme d'une adaptation du poste de travail, une reconversion professionnelle, voire l'octroi d'une rente d'invalidité
- ◆ Le type de contrat de travail et les limites des assurances sociales et/ou privées couvrant le risque de maladie, de chômage ou d'invalidité ne sont pas la garantie d'une entrée financière
- ◆ Les bonnes relations entre dirigeant-e-s et employé-e-s sont clés pour un retour serein

la 20e année. «Il existe d'autres jurisprudences, mais aucune ne couvre la totalité de la période d'absence nécessaire au traitement d'un cancer du sein», complète-t-il

Salvatrice bienveillance de l'entreprise

Indépendamment du droit au salaire, la loi prévoit également un délai de protection contre le licenciement en fonction de l'ancienneté. En cas de maladie, un délai de protection de 30 jours est prévu au cours de la première année de service, de 90 jours de la deuxième à la cinquième année, puis de 180 jours à partir de la sixième année. Passé ce délai, le contrat de travail peut être rompu.

Les licenciements sont frustrants et injustes, mais ils peuvent constituer une question de survie pour les petites et moyennes entreprises. Pour elles, chaque poste compte et comme elles composent 99% des entreprises suisses, ce n'est pas un bon présage pour un retour serein à la vie professionnelle dans un contexte économique axé sur la performance.

Yves Hochuli indique que l'aménagement du travail est plus facile pour l'État ou pour une grande entreprise, avec des départements de ressources humaines, de médecine du travail et un nombre important d'employé-e-s. «Dans tous les cas, on compte sur la compréhension des institutions ou des entreprises.» Comme rien ne peut donc être imposé aux entreprises sans des lois contraignantes, les campagnes de sensibilisation sont importantes tout comme les actions des ligues, des associations et des individualités pour proposer des solutions viables.

Néanmoins, bon nombre de situations heureuses existent. «Lorsqu'une relation de confiance est en place avant la maladie, qu'il y a une bonne communication pendant les traitements et une attitude compréhensive de part et d'autre, tout se passe généralement pour le mieux», ajoute-t-il.

Les limites de l'Assurance invalidité

Une partie des personnes se retrouve donc au chômage. Mais attention, il

est réservé aux personnes avec une capacité de travail de 20% au minimum! «C'est l'aide sociale qui attend les autres, du moment que leur fortune personnelle n'est pas trop élevée», prévient le conseiller juridique.

Les personnes en incapacité de travail peuvent bénéficier de prestations de l'Assurance-invalidité (AI). Il convient néanmoins de réagir dès l'identification de l'incapacité de travail afin de pouvoir obtenir au plus vite des prestations adaptées à leur situation. La demande de la rente AI doit idéalement être déposée dans les 6 mois après l'annonce d'incapacité. La rente ne sera allouée que 6

«LES PERSONNES NE SONT PAS AU COURANT DE CES DÉLAIS, IL EST PRIMORDIAL DE LES SENSIBILISER»

mois après le dépôt de la demande, mais au plus tôt une année après le début de l'incapacité de travail. Les personnes ne touchent donc rien pendant la première année et tout retard de demande repousse encore l'obtention d'une éventuelle rente AI. Les personnes ne sont généralement pas au courant de ces délais, il est donc primordial de les sensibiliser.

Une fois la demande faite, l'AI détermine le taux d'invalidité, lequel est une notion économique et non médicale. Ce taux est la conséquence de l'incapacité de gain qui résulte de la maladie. Pour les personnes travaillant à 100%, le taux d'invalidité est calculé en comparant le revenu préalable au cancer, soit avant l'invalidité, avec le revenu que la personne est encore capable de gagner en dépit de ses problèmes de santé.

Pour le temps partiel, le calcul se fait différemment: l'incapacité de gain se détermine tant dans l'activité professionnelle que dans les travaux ménagers. Pour ces derniers, elle est déterminée sur la base d'une enquête ménagère prenant en compte les empêchements dans l'accomplissement des tâches habituelles, par exemple les activités de nettoyage ou de gardiennage. Ensuite, une rente est dé-

terminée selon une échelle dépendante du taux d'invalidité. «Et c'est là que le bât blesse, car si un taux d'invalidité au-dessus de 70% permet de toucher une rente entière, un taux en dessous de 40% n'octroie rien. Dans nos sociétés occidentales, les femmes sont très souvent en travail partiel. Certaines ne toucheront donc rien! Et les révisions récentes de l'AI n'améliorent pas la situation!», explique Yves Hochuli.

Quand entreprendre met en danger

Les personnes exerçant des activités auto-entrepreneuriales, c'est-à-dire lorsqu'elles sont leurs propres patronnes, sont particulièrement exposées au risque. Premièrement, elles n'ont pas droit au chômage si elles ont un statut d'indépendant ou si elles sont partie prenante de leur entreprise. Deuxièmement, les assurances pertes de gain étant exorbitantes pour couvrir le risque d'une seule personne, elles ne se couvrent que trop rarement contre la maladie. «Elles vont le plus souvent devoir travailler, incapacité ou pas, pour assurer leurs mandats avec leur clientèle. Si elles n'ont pas contracté d'assurance perte de gain en cas de maladie, il y a très peu de solutions qui s'offrent à elles», confirme Yves Hochuli.

Besoin d'une aide proactive

Ainsi, aux changements corporels engendrés par les chirurgies et l'ensemble des traitements, dont les anti-hormones avec un impact sur l'image de soi et la vie intime, s'ajoutent des conditions de retour au travail peu propices aux femmes, puisqu'elles sont souvent au bénéfice de temps partiel négligé par l'AI. Devoir «quémander» l'aide sociale, être à l'AI ou au chômage touche à la dignité. Suite aux traitements, la mise en place d'une assistance sociale et d'un soutien psychologique est un indispensable pour aider à reconstruire la meilleure vie possible. Certaines Ligues cantonales contre le cancer, dont la vaudoise, ont mis des programmes de réadaptation en place pour les besoins d'accompagnement physiques, psychologiques et sociaux. Car, comme le dit Yves Hochuli: «le chemin n'est pas terminé...»!



**CHANTAL
DISERENS**

Directrice de la Ligue vaudoise contre le cancer

Un pas en avant

Notre accompagnement à la reprise professionnelle

Pendant ou après les traitements, la **Ligue vaudoise contre le cancer** propose des programmes de réadaptation et du jobcoaching pour restaurer ses capacités et retrouver une qualité de vie, privée comme professionnelle.

Le **programme de réadaptation**, sur prescription médicale, vise à soigner autant l'esprit que le corps. Il se déroule sur 12 semaines continues, à raison de 2 à 3 activités par semaine. Les différents programmes ont lieu à Yverdon, Lausanne et Gland.

- ◆ en groupe : information cancer, diététique, psycho-oncologie, autohypnose, conseils et stratégies face aux difficultés cognitives, Nordic Walking, renforcement musculaire, danse.
- ◆ en individuel : conseil infirmier, psycho-oncologie, diététique, soutien social.

La majorité des prestations sont prises en charge par l'assurance de

base. Une contribution de 200 CHF est demandée au/à la bénéficiaire.

Le **jobcoaching** permet de bien se préparer à la reprise du travail ou à la recherche d'un emploi, de faire face au stress et de dresser un bilan professionnel. Garder des contacts avec son employeur durant la maladie, débiter à un petit pourcentage, y aller pas à pas, prendre son temps et se faire accompagner sont des éléments essentiels pour une reprise professionnelle réussie.

Le jobcoaching s'effectue en entretien individuel téléphonique ou en présentiel. Pour les personnes qui peuvent en bénéficier sur mandat de l'AI, un accompagnement approfondi est mené sur plusieurs séances. Des outils pratiques issus de différentes approches (systémiques, énergétiques, gestaltistes, PNL, méditation) sont proposés aux personnes lors du coaching. La prestation est gratuite.

En pratique

Les Ligues cantonales, une aide précieuse

Les collaborateurs-trice-s des ligues cantonales contre le cancer apportent conseils et soutien sur le plan administratif, social et financier. En matière de réinsertion professionnelle, chaque canton romand propose des offres diversifiées. Retrouvez-les sur leur sites web respectifs :

- ◆ **Fribourg** – fribourg.liguecancer.ch/conseil-et-soutien/cancer-et-travail
- ◆ **Valais** – valais.liguecancer.ch/conseil-et-soutien/cancer-et-travail
- ◆ **Neuchâtel** – neuchatel.liguecancer.ch/groupes-et-ateliers/rehabilitation
- ◆ **Jura** – jura.liguecancer.ch/conseil-et-soutien
- ◆ **Genève** – geneve.liguecancer.ch
- ◆ **Vaud** – vaud.liguecancer.ch/cancer-et-travail et vaud.liguecancer.ch/readaptation-oncologique

Pour un accompagnement, les personnes doivent s'adresser à la Ligue de leur canton de domicile.

Pour répondre à la question professionnelle, la Ligue suisse a édité plusieurs brochures à l'usage des personnes concernées et des employeurs avec des fiches pratiques. – boutique.liguecancer.ch

- ◆ « Cancer : relever les défis au travail : un guide pour l'employé et les employeurs », LSC 2019, Berne
- ◆ « Je retourne au travail », LSC 12.2020, Berne
- ◆ « Ma collègue de travail, mon collègue de travail a un cancer », LSC 12.2020, Berne
- ◆ « Ma collaboratrice, mon collaborateur a un cancer », LSC 12.2020, Berne
- ◆ « Cancer et Travail, Favoriser le maintien et le retour en emploi », LVC 2017, Lausanne vd.ch/fileadmin/user_upload/themes/sante/Prevention/CPSLA/brochure_cancer_travail_2017.pdf

Littérature scientifique

◆ Return to work after breast cancer: The role of treatment related side effects and potential impact on quality of life. **Schmidt ME, et al.** Eur J Cancer Care. 2019; 28:e13051. [DOI:10.1111/ecc.13051](https://doi.org/10.1111/ecc.13051)

◆ Return to work after breast cancer treatments: Rebuilding everything despite feeling "in-between". **Bilodeau K., et al.** European Journal of Oncology Nursing, Volume 41, Pages 165-172, ISSN 1462-3889, [DOI:10.1016/j.ejon.2019.06.004](https://doi.org/10.1016/j.ejon.2019.06.004)

◆ L'expérience de transition vers le retour au travail de survivantes du cancer du sein âgées de moins de 50 ans après la fin des traitements. **Fadhlaoui A., et al.** Volume 31, Issue 4, Fall 2021 • Canadian Oncology Nursing Journal. Revue canadienne de soins infirmiers en oncologie [DOI:10.5737/23688076314386392](https://doi.org/10.5737/23688076314386392)

◆ Perceptions of Breast Cancer Survivors on the Supporting Practices of Their Supervisors in the Return-to-Work Process: A Qualitative Descriptive Study **Caron M., et al.** J Occup Rehabil (2018) 28:89-96. [DOI:10.1007/s10926-017-9698-x](https://doi.org/10.1007/s10926-017-9698-x)

◆ Reprise du travail après cancer du sein (France, Février 2015) **Sevellec M., et al.** Archives des Maladies Professionnelles et de l'Environnement, Volume 76, Issue 1, 2015, Pages 47-48, ISSN 1775-8785, [DOI:10.1016/j.admp.2014.12.009](https://doi.org/10.1016/j.admp.2014.12.009)

◆ Impact of Breast Cancer Treatment on Employment: Results of a Multicenter Prospective Cohort Study (CANTO). **Dumas A., et al.** Journal of Clinical Oncology. 2020 Mar 1;38(7):734-743. [DOI:10.1200/JCO.19.01726](https://doi.org/10.1200/JCO.19.01726)

◆ Management and Outcome of Young Women (≤40 Years) with Breast Cancer in Switzerland. **Montagna G., et al.** Cancers 2022, 14, 1328. [DOI:10.3390/cancers14051328](https://doi.org/10.3390/cancers14051328)

Témoignages (suite)

« 1991, 2001, 2016. De ces trois périodes, 2001 a été la plus difficile. J'avais à peine 39 ans, trop jeune pour quitter le monde du travail à cause d'un cancer du sein. Le traitement avait été très lourd et je sentais que ma force et mon énergie pour travailler n'étaient plus les mêmes et les séquelles, qui m'accompagnent encore aujourd'hui, étaient bien visibles. Comment allais-je pouvoir reprendre un rythme de travail avec ce que mon corps avait traversé et les marques qu'il portait désormais ? Lorsque le jour de la reprise est arrivé, et à ma grande surprise, mon employeur a été très à l'écoute de mes problèmes de santé. Adaptation de mon poste et de mes tâches, de mes outils, de ma chaise et de mon taux horaire. Toutes mes inquiétudes s'étaient tout d'un coup apaisées et je reprenais du mieux que je pouvais une activité. En 2022, les méthodes de travail ont encore évoluées, mais mon employeur, toujours le même après toutes ces années, est toujours attentif à mes besoins. Malheureusement, je sais que toutes les femmes n'ont pas eu la même chance que moi, et pour cela, de tout mon cœur, je remercie Rolex S.A. »

F., 39 ans au diagnostic

« L'annonce de mon cancer du sein a eu lieu l'année de mes 50 ans. Mon fils Diego allait sur ses 14 ans. Quatre ans plus tard, il décidait de faire son travail de maturité, non pas sur le Football américain, sa passion, mais sur le retour à la vie quotidienne après un cancer du sein. Dans son avant-propos, je cite : « ... ma mère n'a eu que peu d'effets adverses lors de sa chimiothérapie et de sa radiothérapie... Onze mois plus tard, lors de sa reprise professionnelle, j'ai senti chez elle un épuisement qui ne lui ressemblait pas. Cet état m'a incité à me questionner sur ce qui était entrepris... pour soutenir la personne après la maladie. » J'ai vécu une maltraitance institutionnelle pendant ma maladie et à mon retour. À travers cette expérience, j'ai rencontré à deux reprises la direction des RH pour proposer mes services afin de créer un poste d'assistante sociale pour soutenir les employés et les personnes absentes de longue durée. N'ayant été ni entendue ni soutenue, huit mois après ma reprise d'activité, j'ai démissionné de mon poste de fonctionnaire pour reprendre un travail auprès d'un service privé. Je travaillais à l'époque au sein des HUG en tant qu'assistante sociale. »

Anonyme, 50 ans au diagnostic

« À l'annonce du diagnostic — un triple négatif —, l'une de mes premières préoccupations a été le travail. Malgré la recommandation de la docteure de centrer mon énergie sur ma santé et un arrêt de travail à 100%, j'ai gardé la main sur certains dossiers. Les rôles de malade et de mère au foyer étaient pour moi très peu séduisants. Mais ma situation professionnelle (entrée en fonction récente, relations tendues avec ma hiérarchie,

environnement de travail en crise) ainsi que la réponse aux traitements m'ont vite rattrapée et j'ai dû lâcher pour me préserver. Cette situation m'a plongée dans une complète insécurité : un retour dans cette structure allait-il être possible et serais-je capable de retravailler ? Mes traitements avançant, ces inquiétudes sont devenues plus vives. J'ai donc contacté une responsable de la Ligue vaudoise contre le cancer pour clarifier ma situation. Elle m'a conseillé : 1. mentionner dans le formulaire de l'AI le besoin d'un jobcoaching ; 2. environ 1-2 mois avant la reprise, y faire appel. Savoir que je ne serai pas seule pour affronter mon retour professionnel a été très rassurant. J'avais encore besoin de cheminer pour accepter que je n'étais pas Wonderwoman, que je devais sécuriser mon retour en ne le précipitant pas, en envisageant une reprise très partielle, voire thérapeutique, et en laissant la porte ouverte à un départ. Échanger avec différentes personnes (soignants, anciennes patientes et les RH) m'a permis de faire ce travail mental. Aujourd'hui, une année après le début des traitements, j'avance à mon rythme. »

S., 47 ans

« Ce qui a été très particulier pour moi, c'est que je n'ai jamais ressenti d'inquiétude pour ma reprise professionnelle. Le jour où mon médecin m'a annoncé le résultat des analyses — faites à l'origine pour une suspicion d'une sciatique, mais qui ont révélé une tumeur cancéreuse au sein gauche avec métastases osseuses — était un jour de décembre qui aurait dû être un jour festif, car c'était le jour de la soirée de fin d'année de la société dans laquelle je travaillais et dans laquelle je travaille toujours. En sortant du cabinet médical, deux choix s'offraient à moi. Le premier : rentrer à la maison pour annoncer le diagnostic à mon entourage proche et pleurer toute la nuit, voire attendre le lendemain pour annoncer le pire. Le deuxième : aller à la soirée du bureau dans un environnement chaleureux et amical. Ce soir-là, mon instinct m'a fait prendre le bon chemin pour ma guérison. Notre directeur général était à l'entrée et accueillait tous les collaborateurs un par un avec un mot sympathique pour toutes les personnes présentes. Ce fut la première personne à qui j'ai raconté de manière très directe le diagnostic qui m'avait frappé de plein fouet. Il a pris le temps de m'écouter et de me rassurer sur mon futur sans que je n'aie à lui demander quoi que ce soit. Il a fait preuve d'une telle compréhension et d'humanité ce jour-là qu'il a su me rassurer. Cette marque d'attention ne s'est jamais atténuée tout au long de mon arrêt maladie. Je me suis sentie soutenue et en sécurité, entourée par mes collègues directes, ainsi que par tous les employés et les membres de la direction. »

Maria Soler, 52 ans au diagnostic

Coup de cœur

À Genève, deux associations accompagnent la reprise du travail

OTIUM a pour mission d'apporter un soutien actif aux patient-e-s vivant avec un cancer. En 2021, cette association a mis en place un « Partenariat entreprises »



qui incite les employeur-euse-s à mieux encadrer le retour des employé-e-s après une longue maladie et à être socialement plus responsables. Les entreprises partenaires adhérentes bénéficient d'entretiens et de cours collectifs gratuits pour leurs salarié-e-s sur une période de 3 ans, et de tarifs préférentiels pour assister aux cours et formations RH dispensés par OTIUM avec l'appui de la Fédération des entreprises romandes Genève. OTIUM

collabore avec l'Office cantonal des assurances sociales de Genève pour proposer à ses assuré-e-s un coaching dédié à la réinsertion professionnelle et à l'image de soi. www.otium.center

Action Margaux, née en 2019, a pour principale mission d'aider les personnes atteintes de cancer ou en rémission à maintenir ou à retrouver une activité professionnelle. En parallèle, Action Margaux se mobilise pour créer des liens entre des employeurs potentiels et les personnes atteintes d'un cancer désireuses

de rester actives, ou de reprendre un emploi. Les services aux patient-e-s sont gratuits: évaluation des besoins, élaboration de bilan de compétences, coaching individuel ou en groupe. Les personnes qui envisagent la reprise professionnelle sont aidées dans les démarches administratives, peuvent recevoir des conseils juridiques en droit du travail et des assurances sociales. Au besoin, elles sont orientées vers des structures partenaires. Action Margaux accompagne non seulement les individus, mais aussi les entreprises et autres organisations à prendre à gérer des situations de cancer au travail.



action-margaux.ch

Vu ici et ailleurs

DROIT À L'OUBLI

En Suisse, contracter un crédit, une hypothèque ou une assurance vie après un cancer est difficile en raison de l'exigence de montrer son historique médical. En France, 5 ans après la fin des traitements, les personnes concernées peuvent obtenir de tel contrat sans obligation de communiquer leur passé médical.

www.gouvernement.fr/actualite/droit-a-loubli-etendu-pour-les-anciens-malades-de-cancer

COACHING ESCA

Pour les anglophones, ESCA propose une aide personnalisée pour le retour à l'emploi. Plusieurs séances de coaching individuel sont offertes pour réfléchir à des pistes d'action ou pour se préparer aux possibles questions de la hiérarchie et des collègues.

support@cancersupport.ch

COACHING CLINIQUES

La plupart des cliniques privées, dont Genolier, proposent à leurs patient-e-s de se préparer à la reprise du travail. Lire Christel Lafosse, coach:

savoirpatient.ch/cancer-sein/obs-effets-adverses/newsletter/la-newsletter

CANCER@WORK

Association française créée en 2012, Cancer@Work est une plateforme d'échanges pour les entreprises dédiée à l'intégration au travail après un cancer. Des témoignages et des partages d'expérience sont à écouter en podcast sur:

www.canceratwork.com

Services offerts

L'Observatoire vous propose:

La permanence offre des entretiens en face-à-face, par téléphone et par email dès le diagnostic de cancer du sein, pendant et après les traitements.

Le Carnet de Bord® vous accompagne, vous aide à naviguer et à garder le cap face au cancer du sein.

Les ateliers permettent d'échanger sur les impacts et de trouver des ressources.

La base de données alimente la recherche et les actions en faveur des patientes. Elle accueille de manière confidentielle les données de votre parcours pour améliorer celui d'autres patientes, leur qualité de vie et les soins.

info@savoirpatient.ch
+41 22 379 49 78

Baromètre de l'Observatoire Travail & cancer tels que vécus

Baume pour le moral et l'esprit
Adaptation du poste, des horaires et du temps de travail
Coaching d'accompagnement AI
Travail à domicile pour aller à son rythme
Changement d'orientation forcé, mais bénéfique
Soutien des collègues et de la hiérarchie

<p>Difficultés physiques et économiques</p> <ul style="list-style-type: none"> Fatigue importante ou subite Sommeil non réparateur Concentration et mémoire défaillantes Neuropathies et douleurs articulaires Reprise prématurée, car pas de perte de gain ou menace à son emploi Formation professionnelle différée ou reconversion à ses propres frais Arrêts/congés maladie fréquents amenant à un licenciement 	<p>Préoccupations avant et pendant la reprise</p> <ul style="list-style-type: none"> Communication délicate avec collègues Tout dire à l'employeur? Demander des aménagements ou dire ses difficultés avec le risque que cela soit mal perçu? Une maladie et des effets non visibles de l'extérieur, alors qu'un temps d'adaptation est nécessaire Crainte d'arriver en fin de droit sans être en condition de reprendre Angoisse et culpabilité d'être absente « Une gifle » lorsque le retour se solde par une mise en préretraite ou « au placard » Baisse de l'estime de soi et de la confiance Surcharge de travail au détriment de la santé retrouvée Peur de perdre un travail, éprouvant physiquement, mais qui n'est plus adapté « Harcèlement » par les assureurs
---	--

Photos: Shutterstock, Dorothea Aissa via Unsplash; David Yu, CC-by-NC

