



ACCUEIL / MA VIE / SENS ET SANTÉ

« Comment j'ai repris le travail après mon cancer... »

La reprise de l'activité professionnelle après un cancer, quel que soit l'âge, est une épreuve. Faut-il révéler sa maladie, changer d'emploi ? Ils ont de 24 à 50 ans et nous confient leur expérience.

Par Sylvaine Frézel

Publié le 25/02/2022 à 07h27 | Mis à jour le 25/02/2022 à 07h27

Je m'abonne à partir de 1€ | sans engagement



• GETTY IMAGES/ISTOCK

Lors d'un bilan d'infertilité, le mauvais mouvement d'une sonde révèle un cancer de l'ovaire chez Céline. Une chance, car cette maladie silencieuse est souvent détectée tardivement. Cadre supérieure dans la *silver* économie, la jeune trentenaire allait bénéficier d'une promotion à ce moment-là.

À 50 ans, Édith apprend lors d'une mammographie de contrôle qu'elle a un cancer. Elle est chef du personnel d'une grande entreprise. Thibaut, 24 ans, a réussi ses études d'ingénieur, malgré la maladie qui l'a touché lors de sa première année d'école. Après une première expérience professionnelle en France, il a décidé d'aller chercher du travail à l'étranger... Chaque jour en France, près de mille personnes apprennent qu'elles ont un cancer, et parmi elles quatre cents travaillent.

A lire aussi : « De son vivant » : un film lumineux qui fait du cancer « non une marche vers la mort mais un chemin de vie »

Mais si les avancées thérapeutiques rendent de plus en plus souvent possible la poursuite d'une activité, la survenue de la maladie dégrade les perspectives de carrière des individus. Parmi les personnes en activité à l'annonce du diagnostic, trois sur dix ont perdu leur emploi ou l'ont quitté deux ans après.

Celles qui conservent leur travail se sentent souvent pénalisées par des refus de promotion ou une perte de responsabilités. Rien d'étonnant, donc, à ce que le plan cancer 2014-2019 accorde une priorité au maintien et au retour dans l'emploi.

« Le travail raccroche à la vie »

Cet objectif correspond aux attentes des malades, pour qui l'activité professionnelle est synonyme de « place » dans la société. *« Comme la famille, le travail est un élément structurant, il raccroche à la vie quand le salarié sort des traitements et il est évocateur d'un retour au monde. Quand les malades ont été touchés plus vieux, après l'âge de 55-60 ans, l'enjeu est différent, la maladie survient dans un moment de bascule »,* explique le chercheur et médecin Jean-Christophe Mino, auteur avec Céline Lefève de *Vivre après un cancer. Favoriser le soin de soi* (Dunod), qui s'appuie sur les témoignages de 23 femmes de divers âges et catégorie socioprofessionnelles. *« La femme de ménage et la professeure d'université n'abordent pas la question du travail de la même manière, précise-t-il. J'ai trouvé des points communs entre elles et en même temps une absolue singularité. Elles ont partagé la même épreuve, et néanmoins ce que chacune d'entre elles a traversé est unique. »*

1/4 des patients poursuivent leur activité

Selon les études, 25% des patients poursuivent leur activité professionnelle pendant les traitements. Certains, comme les indépendants et les professions libérales, perdent leurs revenus s'ils s'arrêtent. Pour d'autres, souvent dans les postes de responsabilité, c'est un choix.

A lire aussi : Guérir d'un cancer : « Nos changements de comportements, de croyances modifient vraiment l'expression de nos gènes »

Édith a pris seulement trois semaines d'arrêt maladie pour l'ablation de la tumeur et s'est organisée pour ses séances de radiothérapie : à 7 h 30 du matin, elle est au centre de soins, et à 8 heures au bureau. *« J'étais très fatiguée, j'essayais de ne pas le montrer. Pour moi, à l'époque, une femme avec des responsabilités ne devait pas faillir ! se rappelle la chef du personnel. J'aime mon travail, et il m'a soutenue pendant cette épreuve. Pourtant, on a tous une limite, et j'ai fini par l'accepter. Lors des réunions du comité d'entreprise que je présidais, les partenaires sociaux se rendaient compte de mon état. Rien n'était dit, mais je sentais qu'ils se retenaient dans leurs interventions, qu'ils cherchaient à m'épargner. Ça ne pouvait pas continuer ainsi. Quand j'ai appelé mon médecin traitant, il m'a dit : "Je me demandais quand vous alliez appeler au secours !" »*

Accepter sa vulnérabilité

Marie-Agnès, 59 ans et un poste de cadre, a elle aussi pensé travailler pendant ses traitements. Elle croyait au départ subir une petite opération. La réalité a été différente, avec finalement la nécessité d'une chimiothérapie difficile à supporter. *« Je voulais continuer à manager mon équipe, mais le physique ne suivait plus. J'ai flanché, je me suis sentie vulnérable. Il fallait que je m'arrête. »*

À l'inverse, Céline, 34 ans, n'a pas hésité à prendre d'emblée un arrêt maladie. *« J'ai un emploi très prenant, et je ne pouvais pas mener de front le travail et les traitements. J'ai préféré mettre le maximum de chances de mon côté »,* explique-t-elle. Son employeur a organisé son remplacement, et le nouveau

poste qu'elle devait prendre a été mis en attente. « *Savoir que je n'étais pas menacée dans mon boulot a été très important pour moi. Afin de me rassurer, l'entreprise m'a même envoyé mon nouveau contrat* », ajoute-t-elle.

Revenir au travail avec une approche nouvelle

Pour autant, le retour, tant espéré, n'est pas toujours simple, même en recourant à des psychologues, sophrologues, réflexologues ou d'autres thérapeutes alternatifs, de plus en plus nombreux à proposer leur aide dans des associations ou en ville. Des groupes de parole et des séances de coaching sont également mis en place pour les malades qui appréhendent la reprise.

A lire aussi : David Khayat : “Un stress mal géré est le complice du cancer”

« *J'avais vu auparavant mon emploi du temps avec mon supérieur, et il m'a fallu un à deux mois d'adaptation, confie Céline, qui dit appréhender le travail différemment. Par exemple, j'ai plus de recul par rapport aux inévitables querelles de services, je suis spectatrice alors qu'auparavant, j'aurais été atteinte. Là, je me recentre sur mon travail.* »

Édith a souhaité avoir à son retour « *un poste moins exposé* ». Célia, enseignante de 39 ans, n'a pas repris le travail. Elle souffre toujours de neuropathies aux mains et aux pieds. « *J'ai renoncé au piano, je ne peux plus taper sur un clavier d'ordinateur, explique-t-elle. J'utilise un logiciel de reconnaissance vocale, mais il me faudrait passer une heure par copie si je devais corriger les devoirs de mes élèves.* »

Elle songe à une reconversion professionnelle, sans avoir encore défini un projet. « *Mon regard sur la vie a changé et je veux changer de vie* », confie-t-elle. Après l'épreuve du cancer, qui bouleverse beaucoup de choses, un certain nombre de personnes sont en phase de transition vers un nouveau projet professionnel.

Motif de licenciement : « Absence ayant perturbé l'entreprise »

Ces femmes se félicitent d'être dans une entreprise humaine, avec un entourage bienveillant, ce qui est loin d'être toujours le cas. Après un an en arrêt maladie pour soigner une récurrence, une responsable des achats dans une grande société a été licenciée. Motif : absence ayant perturbé l'entreprise. Elle va rejoindre le parcours de ceux qui sont sans emploi au moment du diagnostic.

La maladie amoindrit leurs chances de retrouver un poste : seuls 30 % décrochent un emploi deux ans après, contre 43 % pour les personnes n'ayant pas eu de cancer. Alors, faut-il révéler sa maladie au recruteur ou la cacher, faut-il inventer une histoire pour boucher le trou dans son CV qui correspond aux mois de soins ?

La question se pose aussi aux jeunes qui n'ont jamais travaillé. Ainsi, Chloé a appris son cancer du sein à 23 ans, alors qu'elle venait d'obtenir son diplôme et s'apprêtait à partir travailler à l'étranger. Pendant trois ans, elle a consacré toute son énergie à se battre contre la maladie.

Aider les jeunes malades à mettre un pied dans le monde du travail

Elle a aussi créé avec quatre amis l'association On est là, qui aide les jeunes qui luttent contre le cancer. Les recruteurs qu'elle a rencontrés, lors d'un *job dating* organisé par [l'association Cancer@Work](#) à Paris,

lui ont conseillé de valoriser son expérience associative, qui, *de facto*, met le sujet de la maladie sur le tapis.

Ce *job dating* lui a donné confiance en elle, mais rien n'est simple, même pour une jeune fille diplômée et déterminée comme elle. Après s'être heurtée à « *beaucoup de portes fermées* » et décidée à mettre coûte que coûte un pied dans le monde du travail, elle postule et obtient un poste de conseiller clientèle en contrat à durée déterminée dans une entreprise financière américaine. La directrice des ressources humaines est en lien avec Cancer@Work et croit en la valeur ajoutée des anciens jeunes malades.

Faire de cette épreuve une force

Thibaut a également bénéficié d'un *job dating* de l'association au moment où il cherchait son premier emploi. « *Le matin, on travaille sur les postures et sur la parole, on se concentre sur ses envies, sur ses projets*, raconte le jeune ingénieur. *Je suis revenu sur ma maladie, afin de mettre en valeur cette expérience. Il n'y a pas à se cacher d'avoir été malade, et j'en parle naturellement, afin de rassurer mon interlocuteur.* » L'épreuve qu'il a traversée, loin d'être une menace au-dessus de sa tête, le pousse au contraire à aller de l'avant, le booste.

A lire aussi : **À deux, faire front au cancer**

C'est donc bien préparé et détendu qu'il passe, peu de temps après, un entretien qui se conclut par une embauche. Après huit mois de travail, il doit être envoyé sur une plate-forme nucléaire, mais le médecin du travail ne lui donne pas le feu vert pour un travail en zone radioprotégée. « *Il m'a dit que les risques étaient infimes pour ma santé, mais il m'a conseillé de revenir dans un an* », poursuit-il.

Le coup est rude pour Thibaut, qui perd la place et se voit ainsi ralenti dans son plan de carrière. « *J'ai alors décidé de quitter mon emploi et de relancer un projet que j'avais mis de côté : celui d'aller travailler à l'étranger.* » Résolument optimiste, il veut vivre d'autres expériences sociales et humaines.

La maison de la vie, pour une transition en douceur

« *Une parenthèse enchantée* », « *un séjour au paradis* », « *une bulle de bonheur* » : pour les malades du cancer qui y ont été accueillis, la Maison de la vie est un véritable « *sas de décompression* » avant le retour dans la vie professionnelle.

Des activités leur sont proposées par une équipe d'éducateurs sportifs, cuisiniers, psychologues, écrivains, comédiens, etc. Ce programme, créé par le groupe associatif Siel bleu et la Fondation d'entreprise Michelin, est soutenu par les institutions de retraite complémentaire Klesia, dont l'action sociale prend en charge le coût pour les salariés. Les séjours sont aussi proposés directement par les entreprises qui ont intégré la Maison de la vie dans leurs accords sur la qualité de vie au travail. Un fonds de solidarité peut aider les personnes qui ont des difficultés financières.

Cancer et travail. J'ai (re)trouvé ma place ! Comment trouver la vôtre ?, d'Anne-Sophie Tuszynski, (éditions Eyrolles).

Vivre après un cancer. Favoriser le soin de soi, Céline Lefève et Christophe Mino (Dunod).

Je soutiens La Vie

La Vie propose une partie de son contenu gratuitement, mais l'information de qualité a un coût. Votre soutien est précieux pour nous aider à préserver notre exigence journalistique et l'indépendance de notre rédaction.

Vous souhaitez soutenir la rédaction ?

Je m'abonne à 1€ le premier mois

Par Sylvaine Frézel

Cancer

Travail

Témoignages

