

**SANTÉ** Deux femmes donnent des conseils pour reprendre son activité

# L'après-cancer se travaille

Oihana Gabriel

« **M**on manager était prévenu que j'avais un cancer du sein un quart d'heure après mon mari ! » Anne-Sophie Tuszynski, ancienne patiente, a décidé de faire partager son expertise de la maladie et de l'entreprise avec son association cancer@work et un livre, *Cancer et travail, J'ai (re)trouvé ma place !* \* A l'occasion de la Journée mondiale contre le cancer, dimanche, *20 Minutes* lui a demandé quelques conseils, ainsi qu'à Géraldine Magnier, qui a publié *Après la maladie, le travail* \*\*.

► **Anticiper.** La reprise ne s'organise pas la semaine précédente, mais tout au long de la maladie. Des questions concrètes vont se poser : dans quelles conditions reprendre ? « Plusieurs dispositifs sont à explorer : le mi-temps thérapeutique, qui peut être progressif », souligne Anne-Sophie Tuszynski. Pour calmer les angoisses, Géraldine Magnier conseille de visualiser étape par étape le jour J. En amont, « on peut voir le médecin traitant pour faire le point, organiser une visite de pré-reprise avec le médecin du travail, questionner d'autres anciens malades. »

► **Revenir quand on est prêt.** Pas évident de savoir si on tiendra le coup. Car, pour certains, les traitements sont encore d'actualité et les effets secondaires se font toujours sentir. Géraldine Magnier insiste sur le temps de la réflexion, pour « savoir si on est physiquement et psychologiquement prêt. Les personnes se posent des questions à la fin des traitements. Il vaut mieux attendre de passer cette période. »



Revenir dans l'entreprise après une longue maladie doit se faire par étapes.

► **Etre patient.** « Il faut bien avoir en tête que l'enjeu, ce n'est pas la première semaine, mais la première année, voire plus, martèle Géraldine Magnier. Le premier jour, en général, la personne de retour est bien accueillie. Mais l'employeur ne comprend pas toujours pourquoi, six mois après, elle n'est pas aussi performante qu'avant. Il faut faire le point régulièrement avec le médecin du travail, les RH, le management. »

► **Communiquer et trouver des alliés parmi ses collègues.** Anne-Sophie Tuszynski propose de préparer le discours qu'on tiendra aux collègues. Car on n'a pas forcément envie

d'entrer dans des détails douloureux, mais taire sa fatigue n'est pas une stratégie gagnante. « Il n'y a aucune obligation légale de dire quoi que ce soit aux collègues. Mais, pour couper court aux messes basses, mieux vaut avoir un discours préparé et commun à tout le monde. »

► **Parler à la hiérarchie.** C'est fondamental. « Si on maintient le lien pendant toute la durée de l'absence, votre chef saura où vous en êtes et vous saurez où en est l'entreprise », résume Anne-Sophie Tuszynski. ■

\* Ed. Eyrolles, février 2017, 20 €.

\*\* Enrick B Editions, janvier 2018, 12,95 €.

## ROUGEOLE EN NOUVELLE-AQUITAINE

### « Le pic n'est pas atteint »

Dans la région Nouvelle-Aquitaine, la Gironde et la Haute-Vienne sont les départements les plus touchés par la rougeole, avec respectivement 70 et 25 cas déclarés en 2017. Rien que sur le campus de Pessac, 16 cas ont été déclarés. Comment expliquer que les étudiants sont tant touchés ? France Dupuy, médecin coordonnatrice dans ce campus, précise qu'« il n'y a pas spécifiquement de méfiance sur ce vaccin-là, mais sur la vaccination en général. On explique aux étudiants que grâce au vaccin rubéole-oreillons-

rougeole (ROR), on se protège d'une maladie qui peut être grave et conduire à des complications neurologiques et respiratoires, mais on protège aussi ses proches. Le pic de l'épidémie n'est pas encore atteint et le risque de diffusion existe toujours. »

Alerté par l'agence régionale de santé (ARS), le campus avait localisé les premiers cas fin novembre. La vaccination ROR est maintenant obligatoire pour les enfants nés à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2018. ■

A Bordeaux, Elsa Provenzano

Ce week-end sur  
**20minutes.fr**



### ■ TENNIS

Suivez en direct vendredi dès 13 h le premier tour de la Coupe Davis entre la France et les Pays-Bas.

### ■ RUGBY

Retrouvez samedi à partir de 17 h 45 le premier match de l'équipe de France dans le tournoi des VI Nations face à l'Irlande.

### ■ POLITIQUE

Avant sa visite sur place, découvrez comment Emmanuel Macron va tenter de déminer le dossier corse.

Tous les jours,  
24 heures sur 24,  
suivez l'actualité  
sur 20minutes.fr.



## 20 SECONDES

### ENQUÊTE

#### Les assises pour l'affaire Sophie Toscan du Plantier

La cour d'appel de Paris a confirmé jeudi le renvoi aux assises du Britannique Ian Bailey, soupçonné du meurtre de Sophie Toscan du Plantier en Irlande en 1996. La chambre de l'instruction a estimé qu'il y avait « suffisamment d'éléments à charge » pour le juger.

### FONCTION PUBLIQUE

#### Un plan de départs volontaires à l'étude

L'exécutif veut étendre « largement » dans la fonction publique le recours aux contractuels et travaille à un plan de départs volontaires pour les fonctionnaires, dans le cadre de l'objectif présidentiel de suppression de 120 000 postes, ont annoncé jeudi Edouard Philippe et Gérald Darmanin.



La vaccination est désormais obligatoire pour les nouveau-nés.