ligue contre le cancer

aspect

Janvier 2021

FAIRE UN DON MERCI

PIÈCE DE THÉÂTRE

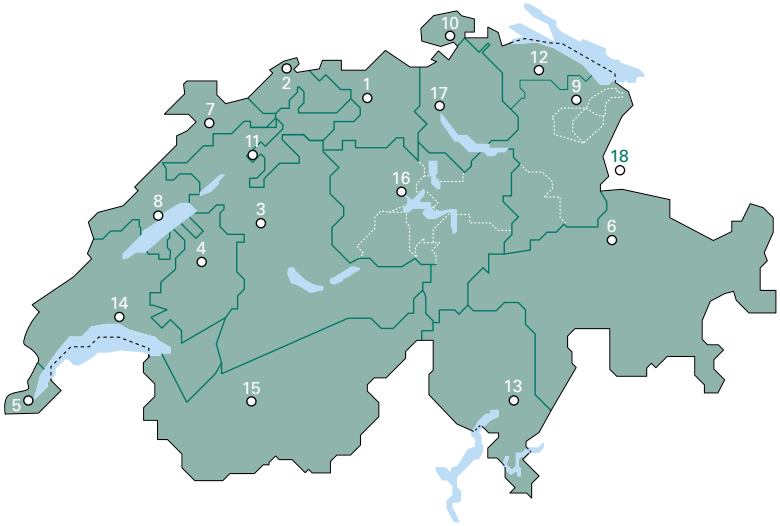
Sans ménagement et d'une sincérité bouleversante

CONSEIL JURIDIQUE
Plus de demandes à cause du coronavirus

RECHERCHE
Mieux comprendre les effets indésirables des immunothérapies

LIGNE STOP-TABAC
Comment trois jeunes adultes ont réussi à arrêter de fumer

La Ligue contre le cancer de votre région



Nous sommes toujours là pour vous !

1 **Krebsliga Aargau**
Telefon 062 834 75 75
admin@krebsliga-aargau.ch
PK 50-12121-7

2 **Krebsliga beider Basel**
Telefon 061 319 99 88
info@klbb.ch
PK 40-28150-6

3 **Ligue bernoise contre le cancer**
Téléphone 031 313 24 24
info@krebsligabern.ch
CP 30-22695-4

4 **Ligue fribourgeoise contre le cancer**
Téléphone 026 426 02 90
info@liguecancer-fr.ch
CP 17-6131-3

5 **Ligue genevoise contre le cancer**
Téléphone 022 322 13 33
ligue.cancer@mediane.ch
CP 12-380-8

6 **Krebsliga Graubünden**
Telefon 081 300 50 90
info@krebsliga-gr.ch
PK 70-1442-0

7 **Ligue jurassienne contre le cancer**
Téléphone 032 422 20 30
info@ljcc.ch
CP 25-7881-3

8 **Ligue neuchâteloise contre le cancer**
Téléphone 032 886 85 90
LNCC@ne.ch
CP 20-6717-9

9 **Krebsliga Ostschweiz SG, AR, AI, GL**
Telefon 071 242 70 00
info@krebsliga-ostschweiz.ch
PK 90-15390-1

10 **Krebsliga Schaffhausen**
Telefon 052 741 45 45
info@krebsliga-sh.ch
PK 82-3096-2

11 **Krebsliga Solothurn**
Telefon 032 628 68 10
info@krebsliga-so.ch
PK 45-1044-7

12 **Thurgauische Krebsliga**
Telefon 071 626 70 00
info@tgkl.ch
PK 85-4796-4

13 **Lega ticinese contro il cancro**
Telefono 091 820 64 20
info@legacancro-ti.ch
CP 65-126-6

14 **Ligue vaudoise contre le cancer**
Téléphone 021 623 11 11
info@lvc.ch
UBS 243-483205.01Y
CCP UBS 80-2-2

15 **Ligue valaisanne contre le cancer**
Téléphone 027 322 99 74
info@lvcc.ch
CP 19-340-2

16 **Krebsliga Zentralschweiz LU, OW, NW, SZ, UR, ZG**
Telefon 041 210 25 50
info@krebsliga.info
PK 60-13232-5

17 **Krebsliga Zürich**
Telefon 044 388 55 00
info@krebsligazuerich.ch
PK 80-868-5

18 **Krebshilfe Liechtenstein**
Telefon 00423 233 18 45
admin@krebshilfe.li
PK 90-4828-8

Forum www.forumcancer.ch Le forum internet de la Ligue contre le cancer
Ligne InfoCancer 0800 11 88 11 Du lundi au vendredi 9 h – 19 h, appel gratuit, helpline@liguecancer.ch

Lancez votre propre campagne de dons participate.liguecancer.ch
Pour tout renseignement Téléphone 031 389 94 84 ou courriel : dons@liguecancer.ch, www.liguecancer.ch/faireundon

Merci beaucoup de votre engagement et de votre solidarité !

RECYCLÉ
Papier fait à partir de matériaux recyclés
FSC® C021036
FSC www.fsc.org

imprimé en suisse

ZEWO Votre don en bonnes mains.

Unis et forts pour la nouvelle année

Chère lectrice, cher lecteur,

Il y a autant de façons d'affronter la maladie qu'il y a de cancers. Partager son histoire personnelle sur scène avec le public en est une. Dans ce numéro d'aspect, nous braquons les projecteurs sur un projet pas comme les autres qui ne laissera personne indifférent. Avec ses onze actrices amateurs et autant d'histoires, Krebskaraoke est une pièce de théâtre sans ménagement, d'une sincérité bouleversante, qui fait aussi la part belle à l'humour. Pour notre article de couverture, nous nous sommes entretenus avec les protagonistes et l'équipe de production pour en savoir plus sur leur expérience en lien avec la maladie et nous avons jeté un regard dans les coulisses.

Plus de la moitié des fumeurs et fumeuses aimeraient arrêter de fumer. Mais pour plus de 50 % d'entre eux, la dépendance est si forte qu'il n'est pas possible de s'en affranchir sans accompagnement thérapeutique. C'est là que la Ligne stop-tabac, gérée par la Ligue suisse contre le cancer, entre en jeu : les conseillères expérimentées soutiennent depuis plus de quinze ans les personnes qui cherchent à s'affranchir du tabac. Dans de brefs portraits, trois jeunes adultes racontent comment ils ont réussi à tirer un trait sur la cigarette et en quoi les conseils prodigués les ont aidés. Il est largement connu aujourd'hui qu'arrêter de fumer réduit efficacement le risque de cancer.

L'immunothérapie est une forme de traitement encore récente en oncologie. Elle a sensiblement amélioré le pronostic de nombreux patients atteints d'un cancer. Mais elle provoque hélas chez certains des effets secondaires auto-immuns parfois sévères au cours du traitement. Gros plan sur un projet de recherche qui étudie les mécanismes cellulaires à l'origine de ce phénomène.

Grâce à votre soutien, nous pouvons soutenir et financer des projets de recherche comme celui-ci afin de mieux comprendre les effets indésirables des immunothérapies et de les atténuer à l'avenir.

Je vous souhaite une passionnante lecture.

Cordialement,

Daniela de la Cruz
Directrice de la Ligue suisse contre le cancer

Sommaire

Kaléidoscope 4
Journée mondiale contre le cancer : solidarité avec les malades et leurs proches.

A la une 6
Ligne stop-tabac : des conseils couronnés de succès.

Questions-réponses 7
Questions adressées aux conseillères de la Ligne InfoCancer.

Recherche 8
Un projet de recherche vise à comprendre le pourquoi des effets indésirables des immunothérapies.

Vivre avec le cancer 10
Onze femmes, onze histoires : une pièce de théâtre sans ménagement, d'une sincérité bouleversante.

Eclairage 14
Conseil juridique : demandes en hausse en raison du coronavirus.

En bref 16
Bien informé : les feuilles d'information de la Ligue contre le cancer apportent des réponses à des questions d'actualité en relation avec le cancer.

Jeu 18
Participez et gagnez un des trois bons IKEA en jeu, d'une valeur de 100 francs chacun.

En tête-à-tête 19
Redéfinir ses valeurs et ses aspirations et apprendre à accepter de l'aide.

Questions, remarques, suggestions ?

Écrivez-nous : aspect@liguecancer.ch

Prix

La Ligue contre le cancer récompense Nanas Lunchbox et Pascal Couchepin

Daniela de la Cruz (à droite) remet le Prix de reconnaissance à Nanas Lunchbox.

Le Prix de reconnaissance 2020 de la Ligue contre le cancer est attribué à Nanas Lunchbox. Il récompense l'équipe de Nannette Keller, qui a mis ce projet sur pied. Ayant elle-même un fils atteint d'une leucémie, cette dernière sait combien la maladie d'un membre de la famille bouleverse l'existence et engendre un stress psychique important, sans parler des nombreux rendez-vous et obligations à gérer. C'est là qu'intervient Nanas Lunchbox: en livrant des repas tout prêts, elle offre un répit bienvenu autour de la table familiale. La Médaille de la Ligue va, quant à elle, à l'ancien conseiller fédéral Pascal Couchepin. La Ligue contre le cancer récompense son engagement dans la mise en œuvre de la Stratégie nationale en matière de soins palliatifs. Durant son mandat, Pascal Couchepin s'est battu pour développer le réseau de prise en charge et intensifier la recherche et la formation afin d'assurer un soutien et un accompagnement optimaux aux personnes gravement malades et en fin de vie. (taa)

Journée mondiale contre le cancer

Solidarité avec les personnes touchées

En Suisse, le cancer est la deuxième cause de mortalité, derrière les maladies cardiovasculaires. La Journée mondiale contre le cancer, le lundi 4 février, sensibilise l'opinion publique à cette problématique.
Cette année encore, la Ligue suisse contre le cancer lance un appel à la solidarité avec les malades et leurs proches. Elle met l'accent sur l'importance de l'activité physique pour prévenir le cancer et atténuer les effets indésirables pendant le traitement et la réadaptation. Elle a prévu différentes possibilités pour qu'un maximum de personnes puissent se montrer solidaires avec les personnes concernées en toute simplicité. (lut)

▸ liguecancer.ch/journee-mondiale

Les chiffres

100+

Plus de 100 types de cancers différents sont connus actuellement.

41700

nouveaux cas par an.

1/3

des cancers pourraient être évités en modifiant certaines habitudes et en écartant certains risques.

Recherche

Permettre les progrès

En 2019, la Recherche suisse contre le cancer, la Ligue suisse contre le cancer et les ligues cantonales et régionales ont soutenu à elles toutes 183 projets de recherche différents pour un montant total de près de 26,5 millions de francs.
Les projets et institutions financés étaient issus de la recherche fondamentale, clinique, psychosociale et épidémiologique. Le rapport 2020 sur la recherche donne un aperçu de ces diverses spécialités et montre les grandes questions qui occupent actuellement les chercheurs et chercheuses dans la lutte contre le cancer. (taa)

▸ liguecancer.ch/la-recherche

PHOTO: MAD.

Révision de la loi sur les stupéfiants

Accès facilité au cannabis à usage médical

Ces dernières années, l'intérêt pour le cannabis à usage médical a fortement augmenté. De nombreux témoignages font état de succès dans l'emploi de cette substance, mais la recherche n'en est qu'à ses débuts ; des études probantes qui confirment la qualité, la sécurité et l'économicité du produit font encore défaut.
Le cannabis est un stupéfiant et, en tant que tel, il est interdit en Suisse. Il est cependant possible de l'utiliser à des fins médicales dans des cas bien précis, avec une autorisation exceptionnelle de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Ce système d'autorisation peut compliquer l'accès au traitement pour les personnes malades et retarder le début de la thérapie.
Compte tenu de la hausse continue des demandes, il n'est plus adapté. Pour y remédier, le Conseil fédéral a adressé au Parlement en juin 2020 un projet de modification de la loi sur les stupéfiants visant à faciliter l'accès au cannabis thérapeutique. La Ligue contre le cancer soutient cette proposition qui lève l'interdiction du cannabis à usage médical.
Les médecins peuvent ainsi prescrire directement le cannabis aux personnes concernées, mais un contrôle est prévu. L'essentiel pour les patientes et patients, c'est que les critères visant à garantir la sécurité et la qualité des produits médicaux à base de cannabis soient remplis.
(lut)

Ligues romandes unies

Programme « Info-classe »

En Suisse, chaque année plus de 200 enfants développent un cancer. La bonne nouvelle c'est qu'aujourd'hui la grande majorité de ces enfants survivent à la maladie. Lorsqu'un enfant atteint de cancer retourne en classe, c'est immanquablement une nouvelle épreuve.
Les ligues contre le cancer proposent alors des rencontres avec les élèves, menées habituellement par un-e assistant-e social-e et un-e infirmier-ière. L'idée est d'expliquer la maladie, les traitements et les précautions à prendre pour le retour de leur camarade à l'école. Le challenge, c'est d'encourager enfants et adolescents à exprimer leurs questions, leurs doutes et leurs éventuelles angoisses liées à la maladie.
L'atelier « Get it » studio de Lausanne, mandaté pour ce projet, a créé un univers coloré et rassurant. Les divers sujets sont expliqués à l'aide d'éléments visuels ludiques, qui servent de fil rouge pour favoriser la discussion. (lut)

▸ **lvc.ch/info-classe**

Alimentation

Que manger quand on a un cancer ?

Le cancer et ses traitements bouleversent souvent les habitudes alimentaires. Ils peuvent affecter l'appétit, provoquer des ballonnements et de la constipation et rendre l'alimentation et l'hydratation difficiles. Ils peuvent aussi provoquer diarrhées, troubles de la déglutition ou inflammations des muqueuses de la bouche et de la gorge. La maladie affecte les fonctions physiologiques et le métabolisme, ce qui peut modifier le besoin de nutriments. Ainsi, les besoins en calories et en protéines peuvent augmenter sensiblement. Si le régime n'est pas adapté en conséquence, une perte de poids ou des carences alimentaires peuvent survenir. Il n'est hélas pas possible de formuler des recommandations alimentaires d'ordre général, car chaque cancer affecte le métabolisme à un degré différent, de sorte que l'alimentation doit être adaptée aux besoins individuels. Vous trouverez de précieux conseils sur l'alimentation en cas de cancer sur le site internet de la Ligue contre le cancer. Si vous avez des questions, vous pouvez les adresser gratuitement par courriel ou au moyen du formulaire en ligne à notre spécialiste de l'alimentation à la Ligue suisse contre le cancer ou convenir d'un entretien-conseil personnel. (lut)

Pour en savoir plus :
▸ **alimentation.liguecancer.ch**

PHOTO : SHUTTERSTOCK.COM

Comment réussir à arrêter de fumer

Arrêter de fumer seul est souvent difficile, et rares sont ceux qui y parviennent. Avec l'aide de la Ligne stop-tabac, les chances de succès augmentent sensiblement. Trois personnes nous font part de leurs expériences.

Rauchstopplinie/
Ligne stop-tabac/
Linea stop tabacco
0848 000 181

	Lionel Activité professionnelle : educateur social Domicile : Yverdon		**Melanie** Activité professionnelle : commerce/service d'aide juridique pour requérants d'asile Domicile : Höri (ZH)		**Benjamin** Activité professionnelle : conseiller clientèle et ressources humaines Domicile : Berschis (GL)	
Comment tout a commencé	C'est à l'âge de 15 ans que j'ai fumé ma première cigarette. A l'époque, mon frère aîné et ses amis avaient déjà l'habitude de fumer. Une cigarette à la bouche, j'avais l'impression d'être cool et je me sentais intégré.		J'ai commencé à fumer entre 14 et 15 ans. À l'époque, on faisait partie des gens cool quand on fumait.		J'ai découvert le tabac à 14 ans et demi avec le frère aîné d'un copain. J'ai fumé mon premier joint à cette époque. Quand j'ai arrêté le cannabis à 19 ans, j'étais déjà accro au tabac.	
Pourquoi arrêter	Lorsque nous étions confinés en raison du coronavirus, ma compagne et moi avons décidé que c'était l'occasion de rompre avec cette mauvaise habitude.		Je prévois de faire une grande randonnée l'année prochaine, en Norvège. Pour ce faire, j'aimerais être en bonne forme physique d'une part, et ne pas devoir m'encombrer de paquets de cigarettes d'autre part.		Au fil du temps, j'ai remarqué que mon endurance et le goût étaient altérés par le tabac. Je souhaite rester en bonne forme et en bonne santé le plus longtemps possible, pour mon fils.	
Obstacles rencontrés	Au mois de février, j'ai essayé d'arrêter en recourant à l'hypnose. Pendant cette période, je me réveillais toujours la nuit en tremblant, j'étais en colère. Une fois, j'étais furieux au point d'appeler la Ligne stop-tabac en pleine nuit. Une conseillère m'a ensuite rappelé quelques jours plus tard, et j'ai commencé à remonter la pente.		Lors des tentatives précédentes, je me mettais trop de pression ; de plus, la motivation intrinsèque pour arrêter de fumer n'était pas suffisante.		Il y a quelques années, je suis resté alité une semaine car j'étais malade. J'ai alors spontanément arrêté de fumer. Six mois se sont écoulés et j'ai malheureusement recommencé à fumer lors d'un moment de convivialité.	
Ce qui m'a aidé-e	Au début, j'avais un patch et je mâchais du chewing-gum à la nicotine pour calmer les symptômes de manque. J'étais en outre ravi d'être en contact régulier avec une conseillère de la Ligne stop-tabac. Elle s'est toujours montrée compréhensive à mon égard, sans jamais me réprimander de quelque façon que ce soit.		La fiche de contrôle de la Ligne stop-tabac m'a beaucoup aidée. Elle m'a permis de voir de combien de cigarettes j'aurais pu me passer un jour donné. Cela m'a donné la motivation nécessaire pour tenir.		J'ai clairement annoncé à mon entourage professionnel vouloir arrêter de fumer, en priant mes collègues fumeurs de bien vouloir respecter ce souhait. Ils m'ont ensuite beaucoup soutenu dans ce combat.	
Aujourd'hui	Avant, j'avais du mal à retenir ma respiration en allant à la piscine. Depuis que j'ai cessé de fumer, je peux à nouveau plonger plus longtemps. De même, j'ai moins de céphalées au réveil et les douloureuses quintes de toux ont également disparu.		Je me réjouis du temps que j'ai gagné en arrêtant de fumer. Ma perception du goût s'est aussi très vite améliorée.		Ma respiration s'est calmée et maintenant, je dors mieux. Je suis aujourd'hui plus pondéré et à nouveau plus endurant. Mon fils de six ans, lui aussi, n'a pas tardé à remarquer que je ne « puais » plus, ce que ma partenaire apprécie grandement.	

PHOTOS: MAD.

Médecine complémentaire : les réponses des conseillères de la Ligne InfoCancer

La Ligne InfoCancer a fêté ses 25 ans l'an dernier. Chaque année, l'équipe de conseillères répond à 5900 demandes, soit environ 24 par jour.

Petite sélection de questions d'actualité posées aux conseillères de la Ligne InfoCancer.

1 « Mon traitement contre le cancer se déroule bien, mais je n'ai aucune énergie et je dors mal. Des amis me conseillent de me tourner vers la médecine complémentaire. Qu'en pensez-vous ? »

Il est toujours bénéfique de faire quelque chose pour soi et de contribuer activement à améliorer sa qualité de vie. Se renseigner sur les possibilités existantes représente un premier pas important.
Les méthodes complémentaires ne peuvent certes pas guérir le cancer, mais elles peuvent avoir des effets positifs sur le bien-être.
Il existe un large éventail de thérapies dans ce domaine. En Suisse, on en recense plus de 120 ; certaines sont remboursées par les assurances complémentaires. Une thérapie par le gui peut, par exemple, atténuer les nausées et la fatigue chez les femmes atteintes d'un cancer du sein. Des études mentionnent également les bienfaits de l'acupuncture, du qi-gong et du yoga pour atténuer les effets indésirables du traitement.
Discutez avec votre médecin pour définir le type de thérapie qui répond à vos besoins et n'interfère pas avec votre traitement actuel.

La brochure « Les médecines complémentaires » peut être téléchargée ou commandée gratuitement dans la boutique :
▸ **liguecancer.ch/boutique**

2 « Mon amie a un cancer de l'intestin. Elle m'a dit que son cas serait discuté lors d'un tumorboard. De quoi s'agit-il ? »

Pour traiter le cancer, on combine généralement plusieurs types de thérapies, comme la chirurgie, la chimiothérapie et la radiothérapie.
Lors d'un tumorboard, des spécialistes issus de plusieurs disciplines se réunissent pour discuter chaque cas afin de définir le meilleur plan de traitement possible compte tenu des caractéristiques de la maladie, de la localisation de la tumeur, de son étendue et de l'état général du patient.
En règle générale, le tumorboard réunit des oncologues, des chirurgiens, des spécialistes de l'organe concerné, des radiothérapeutes, des psychologues et des membres du personnel soignant. Ce système garantit un traitement optimal, basé sur les lignes directrices internationales.

▸ **liguecancer.ch/traitements**

Ligne InfoCancer

Nous vous répondons

Avez-vous des questions au sujet du cancer ? Avez-vous besoin de parler de vos peurs ou de vos expériences ?
Nous vous aidons.

Appel gratuit (lu – ve, 9 h – 19 h)
0800 11 88 11

Courriel
helpline@liguecancer.ch

Chat (lu – ve, 11 h – 16 h)
www.liguecancer.ch/cancerline

Skype (lu – ve, 11 h – 16 h)
krebstelefon.ch

Forum
www.forumcancer.ch

PHOTO: MAD.

Mieux comprendre les effets indésirables des immunothérapies

Avec l'immunothérapie, le traitement du cancer a fait un bond en avant. Mais la médaille a son revers : certains patients souffrent d'effets secondaires auto-immuns parfois sévères. Un projet de recherche soutenu par la Ligue contre le cancer étudie les mécanismes cellulaires à l'origine de ce phénomène.

Texte : Tanja Aebli, photo : Thomas Oehrli

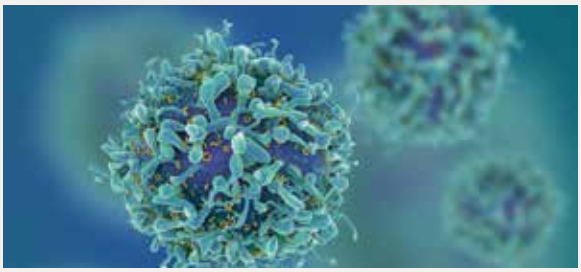
On se croirait presque dans un conte. Le décor ? Non pas les forêts et leurs fées, dragons et autres personnages maléfiques, mais des hôpitaux et des professionnels aux prises avec un ennemi rusé et parfois implacable : le cancer. Mais commençons par le commencement. Depuis plus de 100 ans, les chercheurs poursuivent une idée à première vue aussi simple que séduisante pour combattre le cancer : activer le système immunitaire et les défenses naturelles du patient de manière à ce que les cellules saines reconnaissent et détruisent les cellules cancéreuses. Les premiers succès de l'immunothérapie se sont toutefois fait attendre, car les cellules cancéreuses parviennent à se cacher et à neutraliser les globules blancs qui les menacent. C'est grâce à la découverte des points de contrôle immunitaire que la recherche a finalement réussi une percée. Les cellules cancéreuses utilisent ces points de contrôle sur les globules blancs qui empêchent une réaction excessive du système immunitaire (réaction auto-immune) contre les cellules saines de l'organisme en temps normal. En 2011, la première immunothérapie est commercialisée aux Etats-Unis. Un nouveau chapitre s'ouvre dans le traitement du cancer, basé jusque-là sur la chimiothérapie, la chirurgie et la radiothérapie.

Beaucoup d'espoir … et de questions

Mais laissons la parole au spécialiste : « L'immunothérapie peut conditionner le corps de manière à ce que les globules blancs migrent dans la tumeur pour détruire les cellules cancéreuses », explique le professeur Lukas Flatz, qui dirige l'équipe de chercheurs à l'Hôpital cantonal de Saint-Gall. Aujourd'hui, une chose est sûre : cette nouvelle génération de thérapies a sensiblement amélioré le pronostic de nombreux patients. D'une part, on enregistre des taux de réponse élevés pour les cancers les plus divers, même ceux qui résistaient à tout traitement jusque-là ; d'autre part, cet effet est souvent durable. L'immunothérapie alimente l'espoir de vaincre le cancer un jour ou d'en faire une maladie chronique. « Alors que le cancer équivalait à un arrêt de mort autrefois, on peut aujourd'hui parler de guérison dans certains cas grâce à l'immunothérapie », note le chercheur. Certains patients

Etude sur les effets secondaires des immunothérapies

Lire les traces dans le sang

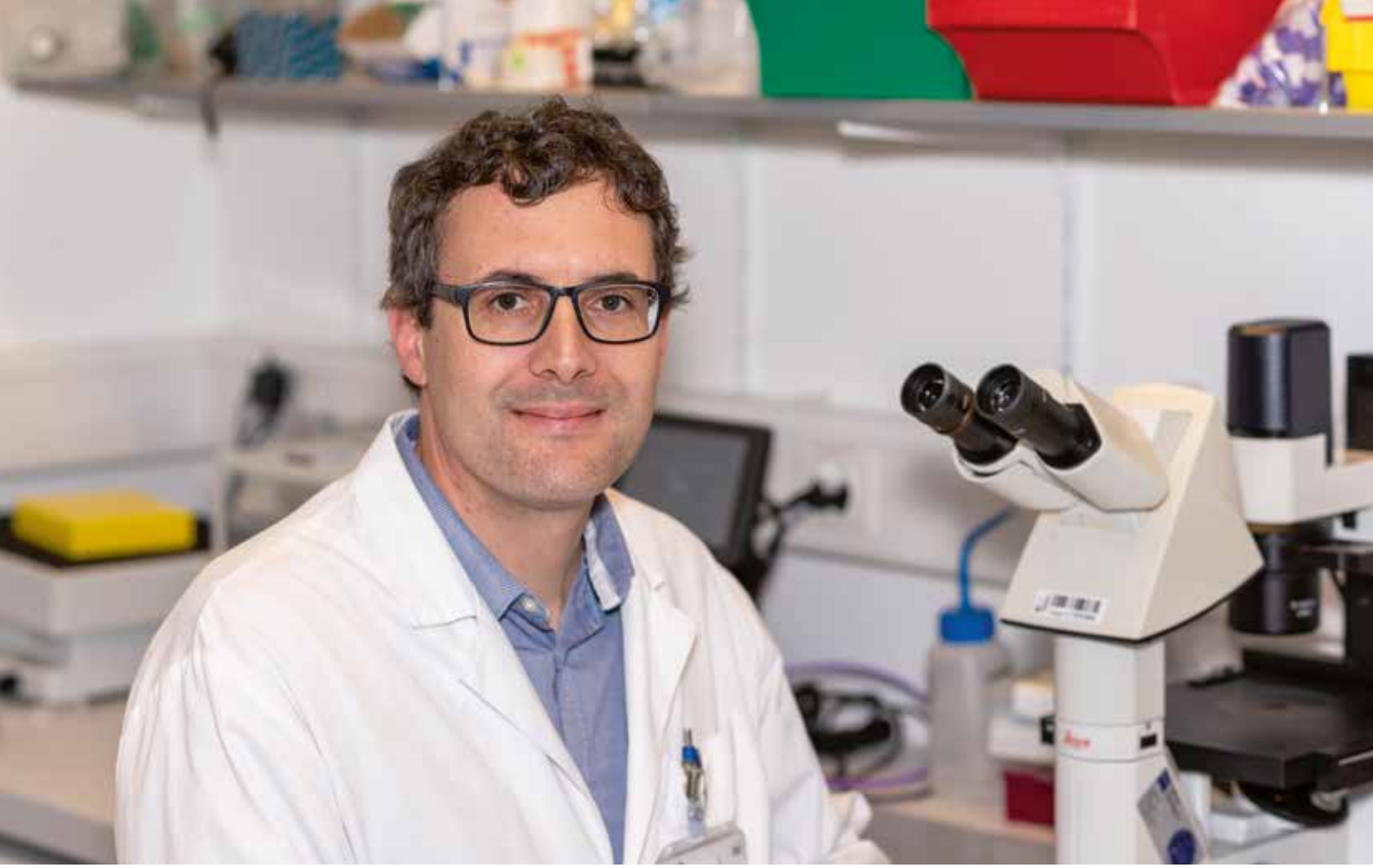


Une méthode encore récente dans la lutte contre le cancer : l'immunothérapie active les défenses de l'organisme contre le tissu étranger cancéreux et empêche ainsi la croissance de la tumeur.

Les premiers résultats de l'étude sur les effets secondaires des immunothérapies ont été publiés dans la revue spécialisée JAMA Oncology. Avec son équipe, Lukas Flatz a réussi à montrer au moyen d'échantillons de sang prélevés chez 73 patients atteints d'un cancer du poumon que les malades qui développent des effets secondaires auto-immuns présentent plus souvent que la moyenne une très bonne réponse au traitement contre le cancer. « Des expériences nous ont permis de montrer que les mêmes cellules tueuses – un sous-groupe de globules blancs – s'attaquent non seulement à la peau, mais aussi au cancer. » Etonnamment, ces cellules reconnaissent les mêmes protéines dans le cancer que dans la peau. Cette découverte est importante pour deux raisons : « D'une part, elle aide les médecins à mieux comprendre les effets indésirables de l'immunothérapie ; de l'autre, les connaissances en lien avec ces protéines contribuent au développement de la prochaine génération de vaccins contre le cancer », relève Lukas Flatz.

Bref film sur le projet :
▸ **liguecancer.ch/recherche-en-direct**

GRAPHIQUE : SHUTTERSTOCK.COM



Un objectif clair : dans un projet soutenu par la Ligue contre le cancer, le professeur Lukas Flatz étudie pourquoi l'immunothérapie déclenche parfois des réactions sévères.

qui avaient un très mauvais pronostic peuvent parfois même retrouver une vie pratiquement « normale ». Les champs d'application se sont également élargis à une vitesse fulgurante ces dernières années : si, à l'origine, l'immunothérapie se concentrait sur le mélanome malin, elle est devenue un traitement standard pour plus de dix types de cancer aujourd'hui.

Deux problèmes en suspens

Une thérapie tout droit sortie d'un conte de fées … si elle n'entraînait pas des effets indésirables parfois sévères. En comparaison avec les chimiothérapies classiques, qui provoquent des nausées et des vomissements et qui affectent souvent la moelle osseuse, l'immunothérapie est, d'après Lukas Flatz, nettement mieux supportée dans l'ensemble. Mais l'activation du système immunitaire peut engendrer dans quelques cas des effets secondaires auto-immuns potentiellement mortels.

« Cette réaction inflammatoire peut toucher n'importe quel organe », explique le chercheur, qui travaille également comme dermatologue à l'Hôpital cantonal de Saint-Gall et est donc directement en contact avec les patients. Ces effets indésirables violents nécessitent parfois une interruption, voire un arrêt complet du traitement ou l'emploi de médicaments immunosuppresseurs.

Mais pourquoi certains patients réagissent-ils à peine et d'autres aussi violemment ? Lukas Flatz entend tirer cette question au clair. Dans un projet financé par la Ligue contre le cancer, il examine actuellement pourquoi, lors d'une immunothérapie, des organes sains comme l'intestin, le poumon ou la peau sont parfois attaqués (voir encadré).

Résultat en vue ?

Le deuxième problème en suspens, c'est le prix. Comme les médicaments utilisés en immunothérapie sont, pour le moment, administrés pour une durée indéterminée et qu'une seule perfusion revient déjà à plusieurs milliers de francs, la facture grimpe vite à 100 000 francs par an pour un patient. « Les risques et les coûts élevés du traitement sont des motifs supplémentaires pour que nous tirions au clair les mécanismes exacts des immunothérapies au plus vite. C'est là le seul moyen de définir de manière fiable les patients qui profiteront le plus de cette thérapie onéreuse, mais prometteuse », conclut Lukas Flatz. ●

L'essentiel en bref

Nouvelle brochure

La Ligue contre le cancer a publié une nouvelle brochure intitulée « Immunothérapie par inhibiteurs de points de contrôle immunitaire : Que faire en cas d'effets indésirables ? ». Commande ou téléchargement gratuit sur :

▸ **boutique.liguecancer.ch**

Quand le cancer joue les seconds rôles

Onze femmes, onze histoires – une troupe, une scène. Dans la pièce de théâtre « Krebskaraoke » mise en scène par Emily Magorrian et Jonas Egloff, on chante et on se bat pour vivre : sans ménagement, avec une sincérité bouleversante.

Texte : Tanja Aebli ; photos : Gaëtan Bally

« Flüg mit mir dürs Spital » (Vole avec moi à travers l'hôpital), chantonne la troupe bigarrée sur scène au début de la représentation en célébrant, dans une version revisitée du tube « A Whole New World », les pilules amères que le cancer distribue sans qu'on lui ait rien demandé : chimiothérapies, nausées, cortisone et perruques.

Aucun tabou

Ce « nouveau monde », dans lequel des cauchemars et des têtes chauves donnent le ton par moment, les onze comédiennes amateurs en connaissent toutes les facettes. Tanya Möri, 28 ans, est l'une d'entre elles. Elle a eu une leucémie il y a huit ans puis, en 2019 – peu avant le début des répétitions –, une tumeur cérébrale. Parfois, certains déroulements moteurs lui posent problème, avoue-t-elle, mais ici, tout le monde comprend. « Mais attention, ce projet ne vise pas à échanger des expériences entre pairs, mais à faire du théâtre comme des professionnels », souligne-t-elle. Les répétitions ont lieu une fois par semaine à Aarau, et après ces deux heures, elle se sent pleine d'énergie et de vitalité, comme après une séance intensive de remise en forme.

Secrétaire dans un cabinet de cardiologie, elle a toujours aimé le théâtre, et la perspective de faire de nouvelles connaissances l'a incitée à participer à ce projet encadré et cofinancé par la Ligue argovienne contre le cancer (voir encadré). Tanya Möri apprécie aussi l'absence de tabou par rapport au cancer. Sur scène, tout ce qui ne se dit pas dans les couloirs stériles de l'hôpital, ce que l'on n'ose pas écrire ou qui paraîtrait déplacé à la table familiale peut être exprimé : la colère quand une tumeur réapparaît, la question de savoir à quoi pourrait ressembler une vie avec et après le cancer ou les conjectures sur les desseins impénétrables de la Faucheuse. Ici, humour noir, questions philosophiques, éthiques et esthétiques se mêlent.

Sur scène, il est permis de se moquer du cancer ou de tenir tête aux diagnostics et pronostics en chanson : « I don't want to close my eyes », murmure Karin Oppliger sous la lumière crue des projecteurs en évoquant la peur de mourir qui resurgit régulièrement. Refusant de se poser en victime, elle s'est juré de toujours se relever malgré les revers.

Lever de rideau

« Krebskaraoke » est une pièce où l'on passe du rire aux larmes. « La légèreté vient du fait que ces femmes ne se voient ni comme des victimes, ni comme des héroïnes, mais comme des personnes qui sont passées par une expérience intense », déclare Jonas Egloff, qui a créé la pièce qu'il dirige avec Emily Magorrian (interview en encadré). Le directeur artistique de B'bühne à Aarau a une solide expérience du théâtre professionnel avec des amateurs – boxeurs, pompiers volontaires et, maintenant, femmes atteintes d'un cancer.

Le projet a démarré il y a une année et demie avec la recherche de participants. « Nous avons vite compris que nous pouvions nous passer d'un casting : quand on a une chimiothérapie derrière soi, on n'a plus rien à prouver », déclare le metteur en scène de 34 ans en évoquant cette aventure dont l'issue était incertaine : « Nous ne savions pas ce qui nous attendait ni qui nous allions rencontrer », se rappelle-t-il. Mais après les entretiens que les deux metteurs en scène ont menés et enregistrés avec chacune des onze femmes, une chose est apparue clairement :

La Ligue argovienne récompense

« Théâtre courageux »

Un théâtre qui parle de la vie et de la survie, voilà ce qu'est « Krebskaraoke ». La pièce de B'bühne, dont la première s'est déroulée le 4 décembre 2020 au théâtre Tuchlaube à Aarau, a reçu le Prix de reconnaissance de la Ligue argovienne contre le cancer, doté de 10 000 francs. « C'est une équipe touchante avec un bagage très varié, qui chante et parle de sa vie et de la vie avec un cancer avec courage et sincérité, mais surtout avec quelque chose d'immensément précieux : son humanité. La troupe, qui joue avec un plaisir évident, mérite le Prix de reconnaissance. Chacune des personnes qui la compose s'engage de tout son cœur pour faire passer le message », explique la Ligue argovienne contre le cancer.

La tête des amis et connaissances lorsqu'ils apprennent que leur vis-à-vis a un cancer ! Pour montrer au public cette expression particulière, le masque tombe pour quelques secondes.

« Les histoires que ces femmes nous avaient confiées étaient incroyablement intenses et émouvantes. » Et la troupe qui s'est formée par la suite a aussi été un coup de chance, dit-il.
Onze histoires, onze femmes ; la plus jeune a juste 23 ans, les deux plus âgées sont proches de la retraite. « Nous nous sommes vite rendu compte qu'il y avait une qualité particulière dans la façon dont elles nous avaient raconté leur histoire, et c'est précisément cet aspect-là que nous voulions montrer au public. C'est pourquoi nous ne sommes pas beaucoup intervenus dans le fil narratif. » Et comme c'était leur propre texte, les onze protagonistes ont pu se l'approprier rapidement et le dire avec facilité et authenticité, même si elles n'avaient pas la même expérience que des actrices professionnelles.

La maladie entre comédie et tragédie

L'humour qui affleure tout au long de la pièce est lui aussi né spontanément, explique Jonas Egloff. « Si quelqu'un peut faire des blagues sur le cancer, ce sont les personnes touchées », ajoute-t-il. Gudrun Drews, qui travaille dans un service de soins palliatifs et fait partie de la troupe depuis le début, est heureuse qu'une bonne dose d'humour traverse « Krebskaraoke ». Cette ironie, la vie l'écrit souvent elle-même. Comme lorsqu'elle fait remarquer pendant la représentation : « Dans la famille, personne n'avait jamais eu de cancer. Il faut dire qu'ils étaient tous morts à la guerre. »
La façon d'affronter la maladie varie beaucoup d'une personne à l'autre, comme en témoignent ces onze histoires, déclare Gudrun Drews, qui a appris qu'elle avait un cancer du poumon il y a six ans et que ses chances de survie étaient très minces. Pourtant, elle déborde de vie. Sans se répandre en lamentations, elle parle avec beaucoup de décontraction et de légèreté de cette maladie qui touche une personne sur trois en Suisse.
La troupe a aussi surmonté le confinement, qui a entraîné l'arrêt passager des répétitions, mais pas des échanges hebdomadaires sur les canaux numériques. « Time to say good bye », chantent les comédiennes à pleins poumons en prenant congé du public. Espérons que le cancer entendra le message et qu'il s'en ira une fois pour toutes. ●

Après la première à Aarau, « Krebskaraoke » sera en tournée à travers la Suisse. Prochaines étapes, le Schlachthaus Theater à Berne (février) et le Südpol à Lucerne (mars) :
▸ **bit.ly/b-buehne**

Plus qu'une simple tragédie

Peut-on vraiment parler du cancer sur scène ? Réponse avec Emily Magorrian, cancer survivor et co-metteuse en scène de « Krebskaraoke ».

Interview : Tanja Aebli ; photo : Gaëtan Bally

Cela fait quatre ans déjà que vous avez laissé l'hôpital et les traitements derrière vous. Rétrospectivement, la maladie est-elle avant tout une tragédie ?
Pas nécessairement. Mon premier spectacle en solo sur le thème du cancer s'intitulait « Gift » – un terme à double sens qui résume bien la situation. En allemand, Gift est un poison ; en anglais, c'est un don, un cadeau. J'ai moi-même vécu ces deux pôles de manière intense. La maladie est tenace ; elle résiste et nous inflige d'immenses souffrances. Mais quand j'ai quitté l'hôpital, il y avait aussi ce cadeau : la conscience de savoir que mon temps sur cette Terre est limité. Quand on est jeune, on se croit invulnérable. Le cancer montre que c'est une illusion. Pour moi, une chose était claire après la thérapie : je voulais aller à l'essentiel, réaliser des choses, être courageuse, célébrer la vie. Maintenant plus que jamais.

Vous avez mis en scène votre propre expérience du cancer dans un spectacle en solo et monté par la suite « Krebskaraoke » avec Jonas Egloff. Le cancer est-il vraiment un thème que l'on peut aborder sur scène ?
Je suis toujours fascinée de voir que la scène permet pratiquement tout. Sur les planches, je peux faire des choses que je n'aurais jamais le courage de faire sinon. Le cancer est intimement lié à la vie. Cette plongée dans l'existence humaine ne laisse personne indifférent.

Y a-t-il eu des moments qui vous ont laissée sans voix dans la collaboration avec les onze protagonistes de « Krebskaraoke » ?
Lors de la création de la pièce, il y a eu des moments incroyablement beaux et intenses, comme lorsque les participantes nous ont raconté leur histoire la première fois. Cette ouverture, cette vulnérabilité, cette sincérité, c'était quelque chose d'unique. Nous avons également constaté que la façon d'affronter la maladie varie beaucoup selon le parcours professionnel et la trajectoire de vie.

Si le cancer prenait tout à coup forme humaine sur scène, que lui diriez-vous ?
Je le remercierais d'abord pour l'expérience qu'il m'a permis de faire. Mais après, je le ferais déguerpir sans mâcher mes mots. Compte tenu de mon profil génétique et de mes antécédents familiaux, il me faut cependant partir du principe que ce n'est pas la dernière fois que je le vois. ●

Emily Magorrian, 29 ans – ici avec son deuxième enfant dans le porte-bébé – a survécu à son cancer et monté un spectacle sur le sujet. « Le cancer est un poison et un cadeau tout à la fois », dit-elle.

Conseil juridique : un service plus sollicité que jamais à cause du coronavirus

Le service de conseil juridique de la Ligue contre le cancer a enregistré une hausse spectaculaire des demandes durant le premier semestre 2020. La juriste, Patricia Müller, nous explique comment elle a aidé les ligues cantonales et régionales à répondre aux questions des malades et de leurs proches.

Interview : Lars Haefner ; photos : Luca Toneatti

53 % de demandes en plus au cours des cinq premiers mois de l'année 2020 : cette hausse des problèmes juridiques permet de conclure qu'un grand nombre de personnes touchées par le cancer sont directement concernées par le coronavirus.

Patricia Müller : Les personnes atteintes d'un cancer font généralement partie du groupe à risque. Avec leurs proches, elles sont donc fortement touchées par la pandémie. Beaucoup avaient peur d'être contaminées au travail et de développer des complications. Elles voulaient savoir dans quelle mesure elles pouvaient rester chez elles sans se faire licencier si elles n'avaient pas la possibilité de faire du télétravail.

Qu'est-ce qui les inquiétait le plus ?

La plupart des questions ont porté sur le travail : obligation de travailler malgré le risque de contamination, vacances, heures en moins, etc. Les personnes concernées doivent se protéger le mieux possible tout en ayant un comportement correct vis-à-vis de leur employeur. Certaines avaient également des questions concernant les directives anticipées, car elles voulaient par exemple éviter d'être mises sous respiration artificielle en cas d'infection au coronavirus.

Et quels sont les problèmes qui vous ont donné le plus de fil à retordre ?

Le manque de protection contre le licenciement. Les personnes vulnérables qui ne pouvaient pas aller travailler sur place pouvaient être congédiées. Un tel licenciement peut être valable, même s'il est abusif. Certains employeurs ont aussi licencié du personnel malgré la possibilité de recourir au chômage partiel.

Toutes ces questions ne vous ont pas été adressées directement…

Non : les personnes touchées par le cancer s'adressent au personnel de conseil des ligues cantonales et régionales qui, à son tour, se tourne vers moi pour les questions complexes.

Avez-vous pu redonner espoir aux personnes concernées?

Plus que cela ! Le personnel de conseil au sein des ligues cantonales et régionales trouve très souvent un moyen pour soutenir les personnes en difficulté ; il reste atteignable malgré la pandémie et le conseil juridique est assuré grâce à la collaboration entre les ligues et moi-même.

Pouvez-vous me donner un exemple ?

Les proches avaient souvent des questions concernant leurs droits au travail. Le mari d'une patiente travaillait sur

Questions juridiques complexes : Patricia Müller, de la Ligue suisse contre le cancer, soutient les conseillères et conseillers des ligues cantonales et régionales.

Patricia Müller : « En cette période de coronavirus, la plupart des questions concernent le travail. Il est judicieux de chercher une solution avec l'employeur et, dans ce domaine, nous pouvons apporter notre soutien. »

un chantier où il n'y avait pas la moindre mesure de protection. Il craignait de ramener le coronavirus à la maison et de contaminer son épouse, qui suivait un traitement immunosuppresseur ambulatoire. J'ai pu lui dire de documenter soigneusement la situation sur le chantier, de demander à voir son employeur et de réclamer poliment la mise en place immédiate de mesures de protection. Si celui-ci tardait à introduire de telles mesures, le mari de la patiente n'aurait plus l'obligation de travailler sur ce chantier mais continuerait à toucher son salaire, car on serait face à une violation grossière du devoir d'assistance de l'employeur.
A la suite de cela, l'employeur s'est engagé en faveur de ses collaborateurs et le chef de chantier a aussitôt mis en place les mesures de protection nécessaires. Cet exemple montre qu'il vaut mieux privilégier la recherche d'une solution avec l'employeur.
Autre question qui m'a été posée : « Mon employeur ne m'autorise pas à travailler depuis la maison alors que, techniquement, ce serait possible. Que puis-je faire ? »
Durant la crise du coronavirus, la réponse n'a pas toujours été la même, car l'ordonnance réglant ce point a été modifiée à plusieurs reprises. Par ailleurs, la réponse dépendait dans une large mesure du risque encouru par la personne concernée en cas d'infection au SARS-CoV-2.

Comment voyez-vous les mois à venir ? Les demandes vont-elles encore augmenter ?

La crise du coronavirus va continuer à soulever des questions d'ordre juridique. La fin du confinement a également donné lieu à de nouvelles interrogations ; il s'agissait par exemple de savoir si un enfant devrait retourner à l'école lorsqu'un de ses parents était à risque. ●

▸ **liguecancer.ch/juridique#droitdutravail**

Offre des ligues cantonales et régionales contre le cancer

Conseils personnels sur place dans toute la Suisse

Droit du travail, assurances sociales, finances : le cancer soulève souvent des questions qui dépassent le cadre purement médical. Les 18 ligues cantonales et régionales contre le cancer informent, soutiennent et accompagnent les personnes en quête de conseils dans les différentes régions dans toutes les phases de la maladie. Un conseil personnalisé aide malades et proches à résoudre les problèmes concrets et à clarifier la situation.

▸ **liguecancer.ch/regions**

Feuilles d'information

Vivre avec le cancer : des réponses aux questions

Les questions qui se posent lors d'un cancer concernent bien sûr l'aspect médical, mais aussi des situations tout à fait pratiques. Mon employeur peut-il me licencier pendant mon cancer ? Dois-je faire un contrôle chez le dentiste avant mon traitement contre le cancer ? La caisse-maladie rembourse-t-elle les frais de transport pour se rendre aux séances de chimiothérapie ou de physiothérapie ? Comment continuer à me déplacer sans risque ?
Les collaborateurs et collaboratrices de la Ligue contre le cancer ont réuni les réponses à ces questions dans diverses feuilles d'information. (siw)

▸ liguecancer.ch/fiches-dinformation

Wernli : un engagement tout en douceurs

Boîte à biscuits : édition spéciale Hans Erni

En collaboration avec le célèbre artiste suisse Hans Erni (1909–2015), la maison Wernli a créé quatre boîtes originales qui contiennent une sélection de spécialités raffinées. Pour chaque boîte vendue, dix francs sont versés à la Ligue suisse contre le cancer.
Hans Erni avait décidé de son vivant de soutenir l'engagement de la maison Wernli en faveur de la Ligue contre le cancer. Son credo : « L'artiste doit faire connaître au public ce qui l'occupe tout au long de sa vie. ».
Une conviction personnelle qu'il a appliquée non seulement à son art, mais aussi à son engagement en faveur de la paix, de la justice et de l'humanité. (alm)

Boîte à biscuits signée Hans Erni.

Commandes en ligne :
▸ direktverkauf@hug-familie.ch

Dialogue entre malades, proches et professionnels

Rencontre de printemps de la Ligue contre le cancer

La rencontre de printemps de la Ligue contre le cancer se déroulera en principe le vendredi 23 avril à Lucerne. Objectif ? Discuter avec les patients, les proches et les professionnels des défis que soulève la vie avec et après un cancer, aborder la question des ressources et partager une journée enrichissante. La rencontre de printemps est l'occasion d'engager un dialogue empreint d'estime et d'empathie. Elle vise à transmettre des connaissances, à promouvoir les échanges mutuels et livrer un bouquet d'idées pour renforcer les ressources personnelles.

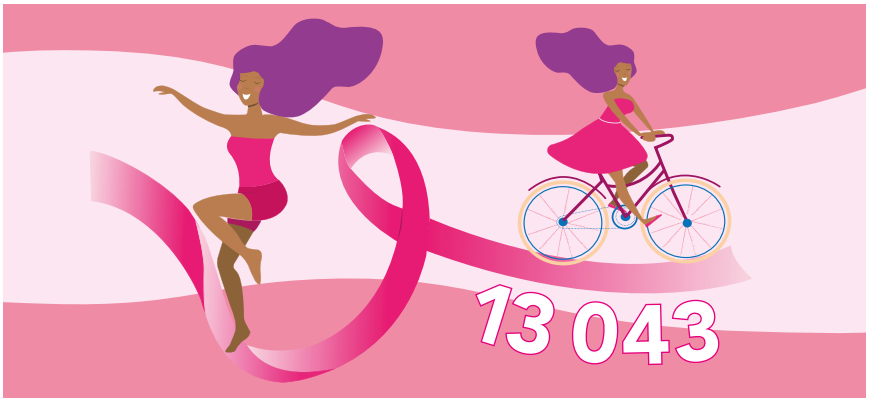
Au programme, des conférences de spécialistes, mais aussi des ateliers et des discussions en groupe sur des thèmes spécifiques. La manifestation se déroule en allemand. (siw)

Programme et informations complémentaires:
▸ liguecancer.ch/rencontre-de-printemps

PHOTOS : SHUTTERSTOCK.COM, MAD.

Mois d'information sur le cancer du sein : collecte en ligne

Une solidarité qui porte ses fruits



BELDONA La Redoute Lubex anti-age CLER

Grâce au soutien de notre action de collecte de dons par quatre entreprises partenaires durant le Mois d'information sur le cancer du sein, en octobre, un grand nombre de personnes et d'entreprises ont été incitées à verser un don au profit des personnes atteintes du cancer du sein via notre plateforme de dons en ligne « Participate ». Sous la devise « Unis contre le cancer du sein », un montant de plus de 13 000 francs a été réuni et sera affecté au conseil, au soutien et à l'accompagnement des personnes atteintes d'un cancer du sein. Merci infiniment à toutes les personnes qui se sont engagées sous la devise « Unis contre le cancer du sein » !

Si vous avez envie de lancer votre propre collecte et de faire ainsi une bonne action, notre plateforme de dons en ligne « Participate » est à votre disposition en tout temps. (alm)

▸ participate.liguecancer.ch

Réhabilitation oncologique

Nouveau cours pour les personnes atteintes

Il est scientifiquement démontré que l'activité physique constitue un moyen efficace de réduire les effets secondaires des thérapies anticancéreuses ; elle contribue également à diminuer le risque de récidive.

C'est pourquoi des physiothérapeutes spécialisés et des maîtres de sport ont introduit une nouvelle offre d'activité physique adaptée aux personnes atteintes d'un cancer, à Châtel-St-Denis (FR). Cette offre s'adresse à toutes les personnes suivant un traitement anticancéreux qui souhaitent pratiquer une activité physique en groupe. (siw)

▸ sport-sante-chatel.ch

PHOTO : SHUTTERSTOCK.COM

Agenda

Journée mondiale contre le cancer
Participez aux nombreuses actions organisées et contribuez à mieux faire comprendre la situation des personnes touchées par le cancer et de leurs proches.
4 février 2021,
événement international
▸ liguecancer.ch/journee-mondiale

Rencontre de printemps
Une réunion pour favoriser le dialogue entre malades, proches et professionnels.
23 avril 2021, Lucerne
▸ liguecancer.ch/rencontre-de-printemps

Pause – un week-end rien que pour moi
Un week-end de détente pour les personnes touchées par le cancer en traitement ou dont la maladie remonte à moins de deux ans.
30 avril – 2 mai 2021, Kappel am Albis
▸ liguecancer.ch/cours

Week-end de yoga
Un week-end destiné aux personnes touchées par le cancer pour se plonger dans la pratique du yoga.
14 – 16 mai 2021, Kappel am Albis
▸ liguecancer.ch/cours

Week-end pour personnes seules touchées par le cancer
Un week-end d'évasion pour partager des expériences, faire des randonnées faciles, bouger et méditer.
28 – 30 mai 2021, Asp ob Aarau
▸ liguecancer.ch/cours

S'arrêter, respirer, se renforcer
Une semaine pour se faire du bien, pour malades et proches
21 – 25 juin 2021, hôtel pour séminaires (le lieu sera communiqué ultérieurement)
▸ liguecancer.ch/cours

Soif de vivre au féminin
Un week-end pour permettre aux femmes touchées par un cancer de (re)découvrir leurs forces et leurs ressources.
25 – 27 juin 2021, Kappel am Albis
▸ liguecancer.ch/cours

Cours en ligne de la Ligue contre le cancer
Cours sur différents thèmes : relaxation musculaire, alimentation saine, activité physique et sportive, etc.
▸ liguecancer.ch/cours

Vous trouverez plus de manifestations sous :
▸ liguecancer.ch/agenda

Cours d'eau neuchâtelois	Ce à quoi on a recours	Où l'on a peine à respirer	Article indéfini	Montagne espagnole	Directions opposées	Comme certains acides		Couvertes de saleté		Grand plat de terre provençal	Formation militaire montée	Accabler de dettes	À bout de forces	Bouts de lacet	Personne retenue prisonnière	Mot capricieux
						Sommet alpin (VS; 2 mots)										
Prénom de Morricone †						Formuler, exposer		Pain blanc italien					4			
Genre littéraire futuriste			Ville célèbre pour ses menhirs		Empêchés de se déplacer					2				Mets traditionnel coréen		Pont-canal sur la Loire
Laitue proche de la romaine				3				Il rejette toute autorité (fam.)					Police secrète soviétique	6		
Prénom masculin arabe	5				Charpente du corps			Animal paresseux		Tige de commande						
					Style musical jamaïcain		Chanteur de RnB (USA)						Pays de la convention de Lomé		Il passe sous Paris	
Changera de voix		Soixante en chiffres romains		Sorte de gâteau anglais						Basse température		Spécialité créole				
Écrivain britannique † (Arthur)					1		Gardien de but suisse (David)								7	
Début d'excuse				Plante ligneuse de moins de 10m								Le plus mauvais				

raetsel.ch

Solution

1	2	3	4	5	6	7

Gagnez un bon d'achat IKEA d'une valeur de 100 francs.

Qu'il fait bon rester chez soi l'hiver quand il fait froid, surtout lorsqu'on s'est aménagé un petit nid douillet avec des accessoires confortables ou de beaux articles de décoration. Douceur, bien-être et santé, c'est ce qu'IKEA souhaite à tout le monde en Suisse. Le spécialiste de l'ameublement s'est déjà engagé à maintes reprises au profit de la Ligue contre le cancer et n'a pas hésité non plus cette fois-ci à offrir le prix de notre jeu-concours.

Participez et gagnez un des trois bons IKEA que nous mettons en jeu, d'une valeur de 100 francs chacun – à utiliser en ligne sur www.ikea.ch ou sur place, dans un des magasins du leader suédois de l'ameublement.

▸ ikea.ch

Participation

En ligne www.liguecancer.ch/solution – Envoyez un **SMS** au 363 (1 franc le SMS) avec le mot clé «aspect» suivi de la solution et de vos nom et adresse. Exemple: aspect BATEAU, Pierre XX, rue YY, 1111 ZZ. – Vous pouvez aussi envoyer **une carte postale** à l'adresse suivante: Ligue suisse contre le cancer, Effingerstrasse 40, case postale, 3001 Berne

Dernier délai d'envoi: le 18 janvier 2021. Bonne chance!

Les gagnantes et gagnants de l'édition d'octobre 2020, solution: Sœur jumelle

Elsbeth Haussener, 3700 Spiez – **Brigitte Koch,** 8330 Pfäffikon ZH – **Nicole Zambon,** 1219 Aïre

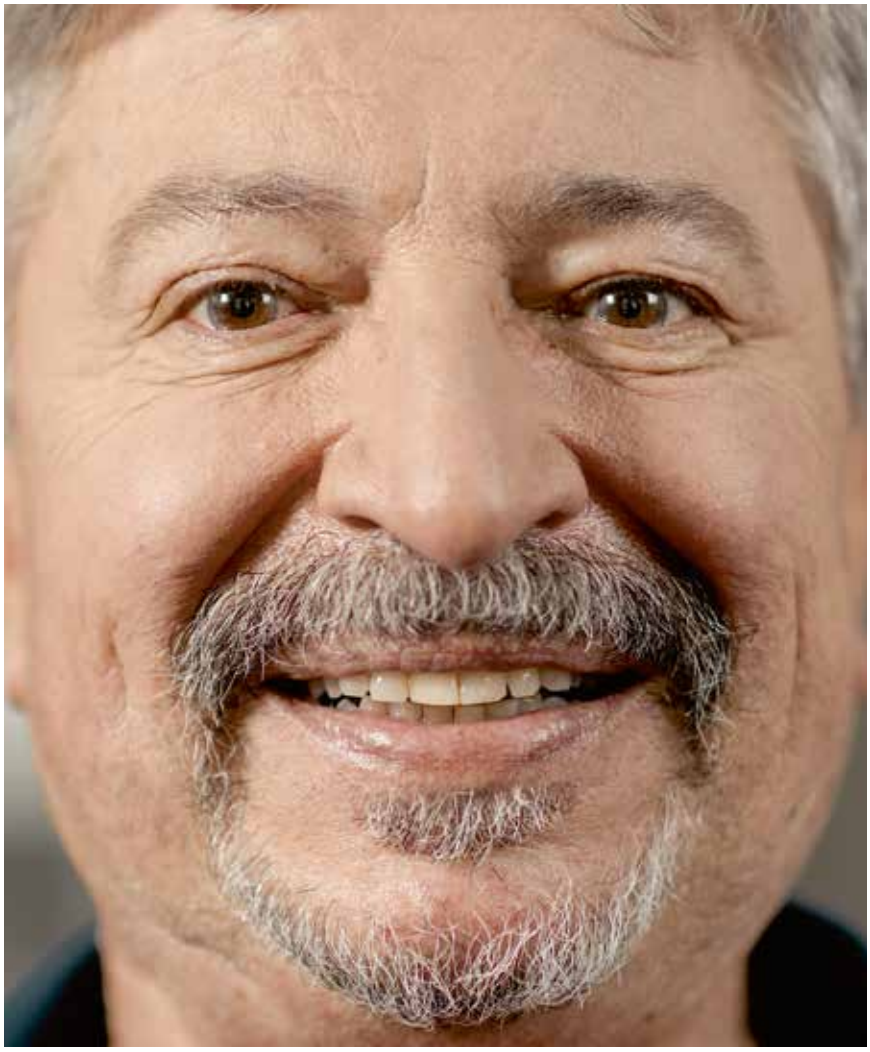
Impressum Editrice: Ligue suisse contre le cancer, Case postale, 3001 Berne, Téléphone 031 389 94 84, aspect@liguecancer.ch, www.liguecancer.ch/aspect, CP 30-4843-9 – Rédaction en chef: Luca Toneatti (lut), Joëlle Beeler (jbe) – Rédaction: Tanja Aebli (taa), Lars Haefner (lah), Aline Meierhans (alm), Simone Widler (siw) – Photos: Gaëtan Bally – Mise en page: Oliver Blank – Coordination: Denise Steiger – Impression: Swissprinters AG, Zofingen – Edition: 1/21, janvier 2021, paraît quatre fois par année – Banque Cler: partenaire financier de la Ligue suisse contre le cancer. Bulletin d'information pour les donatrices et donateurs de la Ligue suisse contre le cancer.

RAETSEL.CH

Mon face-à-face avec le cancer

Peter Brunold s'était toujours identifié à son travail. Pour lui, c'était sa vie, et il était sans cesse en déplacement. Atteint d'un cancer de l'intestin, il a dû redéfinir ses valeurs et ses aspirations et apprendre à accepter de l'aide.

Propos recueillis par Luca Toneatti



Peter Brunold : « Aujourd'hui, j'éprouve de la reconnaissance pour tout ce que j'ai. »

1 Avant, je voyageais énormément pour mes affaires. J'organisais des foires et des conférences en Amérique du Nord et en Europe. J'avais adopté un enfant placé chez nous et construit une maison en Amérique. Ma vie était en perpétuel mouvement.

2 J'étais rarement malade et je faisais beaucoup de sport. Physiquement, j'étais en forme et j'avais le sentiment d'avoir dix ans de moins.

3 Avec le diagnostic – un cancer de l'intestin –, mon univers s'est écroulé. J'ai trouvé que ce qui m'arrivait était injuste. Je me suis posé en victime, en me cantonnant dans un rôle passif.

4 Pour bien des gens autour de moi, le cancer de l'intestin était un sujet tabou ; ils ne savaient pas comment aborder la situation. Au début, cela a encore accentué mon isolement.

5 Je ne m'inquiétais pas seulement à cause de ma maladie ; j'avais peur de ce qui arriverait à ma famille si je venais à disparaître. Je n'avais plus de revenu et nous nous sommes retrouvés en difficulté financièrement. J'ai dû retirer mon troisième pilier pour subvenir à nos besoins et régler les frais médicaux, car je n'avais pas conclu d'assurance-maladie aux Etats-Unis. Cela m'a beaucoup pesé.

6 J'ai pour ainsi dire perdu mon identité, car je m'étais toujours défini à travers ma carrière. Le travail, c'était ma vie. J'ai dû me demander qui j'étais vraiment et ce qui comptait réellement dans ma vie. Heureusement, j'ai eu un déclic; j'ai enfin compris que l'essentiel, ce n'était pas ma carrière, mais ma famille.

7 Ma femme mérite la médaille d'or pour tout ce qu'elle a fait pour moi. Pour elle, ce n'était pas facile de me voir dans cet état. Mes proches m'ont heureusement fait comprendre que je n'étais pas seul et cela m'a fait énormément de bien.

8 Au début, j'ai eu énormément de peine à accepter que je n'avais plus le contrôle de ma vie. Tout à coup, je n'étais plus maître de mon destin. Avec le soutien de la Ligue contre le cancer, j'ai heureusement appris à vivre avec cette perte de contrôle et à accepter de l'aide.

9 Aujourd'hui, je me sens de nouveau bien dans ma peau. J'ai repris des forces et j'ai confiance. Quoi qu'il arrive, je suis prêt.

PHOTO : MAD.

ligue contre le cancer
Verse un don.
Le cancer se fiche des rêves de Luca.
Tu peux aider.
En savoir plus: liguecancer.ch/dons
ZEWO
ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO