



Ces aventurières - Nadège Schriber, Muriel Andrey Favre (skipper), Francesca Argiroffo, Caroline Ackermann, Carine Clément Wiig (médecin), Elisabeth Thorens-Gaud, Nicold Strub et Stéphane Couty - ont vaincu l'Atlantique. Quel sera leur prochain challenge? ANNE BEAUGE

Comment gérer le creux de la vague après avoir terrassé le crabe

Six femmes ont choisi de relever un nouveau défi après avoir vaincu le cancer du sein: la traversée de l'Atlantique à la voile. Elles évoquent leur envie de vivre à fond.

Thérèse Courvoisier

C'est désormais devenu une tradition: octobre se teinte de rose. C'est le mois où on met un coup de projecteur sur le cancer du sein. Une maladie qui touche une femme sur sept en Suisse. On en parle beaucoup pendant 31 jours et ensuite? Les lumières s'éteignent, ou choisissent depuis quelques années de se tourner vers le mouvement «Movember» et le cancer de la prostate, tout aussi concernant.

Ici, c'est justement de l'après dont il est question. Pas l'après «octobre rose», mais l'après cancer. Quand chaque minute de sa vie est passée à lutter contre la maladie, quand on y met toute son énergie, que c'est l'unique but et qu'on est au centre des préoccupations de son médecin, de sa famille et de tout son entourage, une victoire sur le crabe est merveilleuse, mais est très souvent suivie d'un grand vide.

Déjà très entrepreneuse avant son cancer, la Vaudoise Elisabeth Thorens-Gaud s'est lancée dans l'organisation d'un projet un peu fou, alliant ses passions pour la voile et la gestion de projets: composer un équipage de six anciennes malades du cancer du sein et lui faire traverser l'Atlantique en compagnie d'une skipper et d'une médecin.

Aujourd'hui son pari est réussi. R'Ose Transat a suscité aussi bien l'enthousiasme des sponsors que ceux de médecins et évidemment de ses participantes. Le catamaran *Puma III* a relevé le défi avec brio. L'aventure, extraordinaire, est relatée sous forme de film, de podcast et dans un livre «L'aventure r'Ose Transat» (Éd. Favre), aussi bien un journal de bord qu'une source d'informations multiples sur le cancer du sein.

Tisser la métaphore marine pour évoquer de la maladie est tentant, tant les images sont parlantes. C'est exactement ce qu'a fait Elisabeth Thorens-Gaud dans son livre, qu'elle sous-titre «tenir le cap après

«Le besoin de vivre plus intensément est très fort. Il m'est difficile de laisser passer une journée sans rien faire.»



Elisabeth Thorens-Gaud, professeure, auteure et instigatrice de r'Ose Transat

un cancer du sein». Ainsi, si les équipières sont arrivées à bon port, toutes n'avaient pas vraiment envie de débarquer pour retrouver une certaine normalité. Affronter l'après (l'après transat comme l'après cancer) sans vertige, sans impression de ne plus compter est un challenge supplémentaire auquel elles ont toutes dû faire face.

Elisabeth Thorens-Gaud, guérit-on d'un cancer?

● Vincent Ducommun est psychologue clinicien et psychothérapeute FSP au Mont-sur-Lausanne. Il est souvent amené à aider des personnes qui ont traversé de lourdes épreuves de santé. Quand on lui demande comment éviter ce sentiment de vide, cette impression d'être soudain inutile une fois le cancer vaincu, il choisit de prendre les choses autrement. Et d'expliquer pourquoi on se sent ainsi.

«Quand quelqu'un vit quelque chose d'aussi important et fort dans son existence comme frôler la mort, cela provoque une crise identitaire. On sort forcément changé de ce genre d'épreuve.»

C'est donc aussi cette recherche d'un «nouveau soi» qui pousse ces anciens malades hors de leur zone de confort.

C'est la question que je me pose encore aujourd'hui. Les bonnes nouvelles sont toujours accompagnées d'un adverbe, comme «vraisemblablement»... Personnellement, je déteste le mot «survivante», même si je suis consciente d'avoir énormément de chance d'avoir une seconde chance, d'être vivante. Redevenir une femme lambda, je trouve déjà ça pas mal du tout!

À quel point ça change quelqu'un?

Je pense plutôt que ça exacerbe nos traits de caractère. J'aurai bientôt 60 ans, j'en ai déjà traversées, des épreuves. Mais cette maladie m'a appris à me respecter moi-même.

Et vous a donné l'envie et la force de monter ce projet pour vous retrouver face à la force des éléments, mais aussi face aux autres et à vous-même.

Ah mais je faisais déjà ce genre de chose avant! J'étais anxieuse et je le suis toujours. J'étais entrepreneuse et je le suis

toujours. Au point de parfois fatiguer mon entourage. Par contre il est vrai que le besoin de vivre plus intensément est très fort. Il m'est difficile de laisser passer une journée sans rien faire. On a toutes été confrontées à notre destin et là, on a encore le droit d'avoir des rêves et de les réaliser. Cette transat, c'était mon truc, même si je l'ai partagé avec les autres. Un moment incroyable, où après avoir regardé la mort en face, on a regardé les autres en face. Et on a toutes reçu beaucoup d'amour en retour. Je ne connaissais pas ce sentiment fort de sororité. Mais contrairement à d'autres, j'étais contente d'arriver à la Martinique et de retrouver la compagnie des hommes et mon intimité de femme avec mon mari. R'Ose Transat va continuer à exister, notamment avec des cours de voile sur le Léman par exemple, mais moi je veux continuer à naviguer pour découvrir le monde et les autres.

Avec l'énergie de la guerrière que vous êtes devenue?

Je n'aime pas beaucoup ce terme, d'autant plus qu'être mère de famille, gérer un million de choses dans le monde d'aujourd'hui, ce sont aussi des... combats. Mais une chose est certaine: cela réveille notre instinct de survie. Et désormais notre envie de vie. D'être dans le moment présent et d'en profiter à fond. La voile, c'est parfait pour cela: vous avez beau avoir un cap, une destination, il faut gérer l'instant. Quand on barre le bateau, on est concentrée, on ne pense à rien d'autre. Le retour à l'essentiel est inévitable. Et si on veut arriver à l'autre bout, il faut prendre soin de soi et des autres. Manger et dormir correctement, partager les tâches, se préserver physiquement et mentalement. Sur ce catamaran, nous étions obligées d'être vraies. Avec les quelques petites tensions inévitables, mais chacune avec ses forces et ses faiblesses.

On s'assume enfin?

Oui, je crois. On n'a en tout cas plus envie de faire semblant, de jouer un rôle, de rentrer dans le rang. Nous avons toutes traversé la maladie, mais même dans cette épreuve nous sommes toutes différentes. Jusque dans les formes de cancer que nous avons subies. J'ai mis un petit moment à me sentir légitime, moi qui n'ai eu à subir ni chimiothérapie, ni ablation, ni reconstruction. Mais finalement ces différences étaient gommées par le groupe. Nous nous sommes révélées à notre façon.

Exposition photo L'aventure r'Ose Transat. Galerie de la Source, av. Vinet 30 à Lausanne. Tlj (10 h-20 h) jusqu'au 9 mars 2021.

www.rosestransat.com



«r'Ose Transat. Tenir le cap après un cancer du sein»
Elisabeth Thorens Gaud
Éd. Favre, 240 p.