

# marie claire

Virginie  
Efira *MET  
LE FEU  
AU CINÉMA*

**TRAVAIL**  
COMMENT  
SE **RÉINVENTER**  
FACE À LA CRISE?

**ACCESSOIRES**  
**100** SACS,  
CHAUSSURES, BIJOUX  
QUI FONT L'ALLURE DE  
L'AUTOMNE

**COOL & CRÉATIVES**  
Les 30 filles à suivre  
de la galaxie green

**TÉMOIGNAGES**  
"Mon cancer du sein m'a  
permis de changer de vie"

**ROUMANIE**  
CES JEUNES QUI SE  
BATTENT POUR SAUVER  
LA DERNIÈRE FORÊT  
PRIMAIRE D'EUROPE

S P É C I A L  
**CHEVEUX**

**LA BONNE LONGUEUR  
QUI CHANGE TOUT  
+ LES MEILLEURS SOINS  
POUR GAGNER EN BRILLANCE  
ET VOLUME**

L 15511 - 818 - F. 2,50 € - RD



CANCER DU SEIN

# MA MALADIE MON DÉCLIC

Une femme sur huit est touchée par un cancer du sein. Une épreuve physique, mentale et sociale qui redessine souvent l'histoire de chacune. Trois d'entre elles, qui ont renversé leur destin, racontent le cheminement vers leur nouvelle liberté.

Par **Véronique Houquet**  
Illustrations **Juliette Léveillé**

**CE VOYAGE ÉPROUVANT QU'EST LA TRAVERSÉE DU CANCER DU SEIN**, 58 459 femmes le découvrent chaque année<sup>(1)</sup>. Les blessures intimes, la souffrance et la peur interrogent le chemin de vie parcouru jusque-là pour en remodeler l'horizon. Et, parfois, ouvrir à une autre manière d'être au monde, dans lequel les cartes du déterminisme professionnel, amoureux ou familial sont rebattues. Parce que « *la maladie nous aspire du côté de la vie intérieure, ce détour fécond par soi, cette capacité à ressentir avec sa pensée et à penser avec sa sensibilité. Une manière de nous ajuster au réel puis de mieux l'habiter ou de le transformer, nourrie de ce que nous sommes, et de notre histoire* », analyse le psychiatre Christophe André, auteur de *La vie intérieure*<sup>(2)</sup>. Trois femmes confient comment, au travers de leur expérience du cancer, elles se sont révélées à elles-mêmes avant de se réinventer. Récits sans fard d'une résilience intime.

1. Institut national du cancer, 2019. 2. Éd. L'Iconoclaste.

## “J’ai remis de la vie dans le village désertifié de mes grands-parents”

**BÉATRICE, 54 ANS,  
ÉPICIERE-CAFETIÈRE**

« J'adorais ma vie d'avant le cancer, et elle me le rendait bien. J'étais directrice administrative et financière et, à la maison, c'était la famille Ricoré avec mes trois ados et mon homme. Pas question de laisser la maladie changer quoi que ce soit ! Le cancer ne serait pas maître du jeu. Ainsi, j'ai refusé l'arrêt maladie quand j'ai débuté la chimio, après la mastectomie. Je la faisais le vendredi pour être d'attaque au bureau le lundi. Je n'ai pas vu que je luttais à rebours de ce que mon corps pouvait supporter et je me suis effondrée à la troisième chimio, si épuisée que j'ai vu ma fin. Quand je me suis relevée, j'ai senti que je n'étais plus la même. J'en ai eu la certitude quand j'ai déjeuné avec mes collègues puis avec mon boss. “Qu'est-ce que je fais là ?”, me répétais-je. Tout était identique, le décor, les gens, les conversations, mais je n'avais rien à leur dire. Nous n'étions plus sur le même continent. Pourtant, moi aussi, j'avais eu des chiffres plein la bouche pendant vingt ans. Comme eux, j'avais connu ce stress teinté d'excitation en parlant fiscalité, flux financiers, bilans. Comment avais-je pu y consacrer tant de soirées, y compris quand mes enfants étaient malades ? Ma carrière avait suivi l'ascension de la société, c'était ma raison d'être professionnelle, mais cette vie-là ne trouvait plus d'écho en moi. J'avais failli passer sur l'autre rive, je m'étais accrochée pour survivre et j'en étais revenue. Tout ce potentiel de vie en moi m'appelait à faire autre chose. Mais quoi ? Après tout ce que mon corps avait enduré, tout le remue-ménage que la peur de mourir et les douleurs avaient produit dans ma tête, j'avais soif d'échanges humains, de joies simples, d'authenticité, de respirer sans carcan. Faire un pas de côté ne me suffisait pas, je ne voulais pas faire diversion dans ma vie d'avant, mais ressentir ma chance d'être en vie. Et à chaque seconde. J'ai eu mon idée à la fin de la radiothérapie au Salon de l'agriculture, en discutant avec un éleveur-maire : j'allais remettre de la vie dans un village désertifié, celui de mes grands-parents. Je me sentais pleine de ressources, poussée par un vent favorable. Avoir déjoué le pire m'a donné une force incroyable, une assurance qui me permet de croire en moi, même si la peur de la récurrence revient plus souvent que je voudrais. J'ai mis seize mois à installer mon épicerie-café-librairie-dépôt-de-pain-Poste-club. En fait, mes compétences de DAF, l'humain en plus. Mon compagnon m'a suivie dans mon projet, on vit comme deux ados. Ce n'est pas une provocation, mais le puissant révélateur qu'a été le cancer a été ma chance, même si j'aurais préféré faire sans. Le vent sur ma joue, l'odeur du pain frais, une coccinelle sur mon bras, c'est quand même mieux qu'un tableau Excel ! Ma vie me fait me sentir tellement vivante. Merveilleusement vivante. »

## “J’ai décidé d’adopter mon deuxième enfant”

**CLAIRE, 48 ANS, CADRE  
DANS LE SECTEUR CULTUREL**

« Le cancer m'a précipitée au bord du gouffre. La peur de mourir, que rien – aucun mot, aucune tendresse, aucun amour – ni personne ne rend supportable, m'a plongée dans un face-à-face avec moi-même. Dans cette nuit si sombre qu'elle me semblait définitive, la relecture de ma vie s'est imposée dans une lumière crue qui a interrompu la fuite dans laquelle j'étais. Mon cancer, à 41 ans, m'a obligée à voir ce que j'avais préféré ignorer. Je m'étais laissée piéger dans les rêves d'un autre, ceux de l'homme que j'aimais. Ma vie n'était pas en demi-teinte, elle était même agréable, mais ce n'était pas celle dont j'avais rêvé. Je voulais au moins deux enfants, mon mari m'avait convaincue de n'en avoir qu'un. J'aime le tumulte urbain, nous vivions en banlieue résidentielle. J'aime les voyages et la mer, nous passions nos vacances dans notre maison au bord d'un lac. Je vivais à contre-courant de moi-même, et j'étais moins heureuse que je me le laissais croire. Plus j'avancé dans mes traitements – chimio, tumorectomie, radiothérapie, hormonothérapie –, plus j'avais l'intuition que mon corps allait me lâcher si je ne vivais pas ma vie pour de bon. Pour que les traitements marchent et éviter la récurrence, il fallait que je me prenne à bras-le-corps et traduise en actes l'honnêteté envers moi-même que j'avais sortie de mes tripes. Je me suis découvert un courage nouveau : oser décider seule. Mieux, faire seule. Moi qui avais toujours eu besoin de l'assentiment de mes proches, j'ai fait ce qui m'a semblé bon pour moi. J'ai commencé par abandonner ma perruque. Cela ne me convenait pas de feindre d'effacer la maladie. C'était une violence de trop. J'avais l'impression de m'excuser d'être malade. Désormais, on ne déciderait plus à ma place et je ne me laisserais plus influencer par l'opinion de ceux qui veulent mon bien. Cette décision a été la matrice de ma reconstruction. Ma première fois dans la rue, tête nue, avec mes sourcils tracés au crayon ? Cela m'émeut encore... Car ce jour-là, j'ai senti dans tout mon être que je pouvais gagner ma guerre contre le cancer. Parce que je me rapprochais de moi-même. Dès lors, je n'ai plus cessé de poser les jalons de ma vie d'après et j'ai vite su que mon couple n'y avait pas sa place. Des fondations que je croyais inébranlables ne sont devenues plus qu'une embarcation de fortune. J'ai dû trouver au fond de moi l'épaule que l'homme que j'aimais aurait dû être. Cohabiter avec la maladie l'effrayait, il a fui. À l'issue de mon année de traitement, on se comprenait d'autant moins que j'étais en train de devenir la femme indépendante d'aujourd'hui. Je suis partie avec mon fils, j'ai repris mes rêves là où je les avais laissés, et j'ai décidé d'adopter mon deuxième enfant. Ça a pris un temps infini. J'ai pu le ramener en France l'année dernière seulement. Il a 6 ans et demi, il arrivait à l'orphelinat quand j'étais en chimio... Avec mes fils, je vis au plus près de mes désirs et de mes émotions, débarrassée de l'inutile et des pressions aliénantes auxquelles je me soumettais, je suis vraiment moi, dans ma vraie vie. »

“C’est un détour fécond par soi (...) Une manière de nous ajuster au réel puis de mieux l’habiter ou de le transformer.”

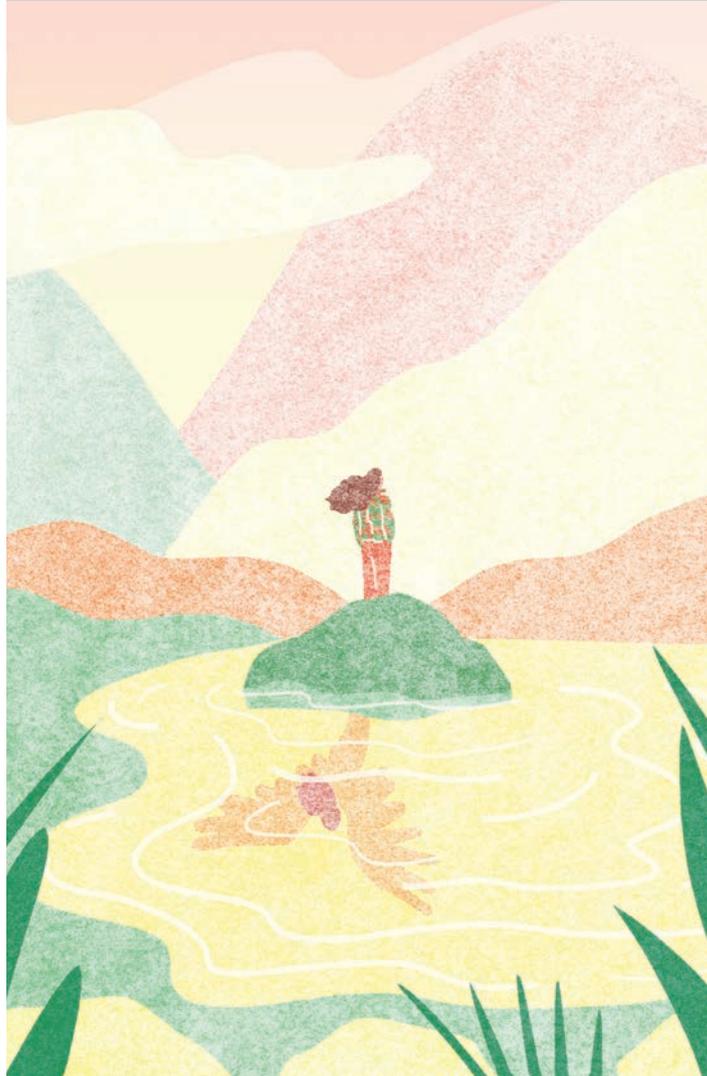
## “J’ai créé une gamme de soins pour soulager les douleurs liées au cancer”

ISABELLE, 53 ANS,  
CHEFFE D’ENTREPRISE ET AUTEUR

« Si je m’en sors, je ferai quelque chose de grand avec mon cancer. Il n’aura pas été qu’un mal, il sera l’occasion de suivre un nouveau chemin. » Cette promesse fut autant un cri de révolte que de désespoir alors que j’endurais les effets secondaires de la chimio qui a suivi la tumorectomie et le curage. Mais ce fut aussi la première pierre de ma résilience. J’avais 46 ans, et m’assurer “Tu ne souffres pas pour rien” m’a permis de me projeter et de reprendre le contrôle de mon existence. À la fin des traitements, malgré des séquelles importantes (fatigue, douleurs), j’ai ressenti le besoin vital de me saisir de la vie et d’agir pour donner du sens à cette épreuve. Ma promesse m’est revenue. Le projet, qui a émergé en moi, a accompagné ma renaissance. Il s’est appuyé sur les douleurs, induites par les traitements, que je ne suis jamais parvenue à apaiser. Ainsi, j’ai décidé de créer des produits d’hygiène et de soins (dentifrice, bain de bouche, brume hydratante pour le corps) pour soulager les douleurs buccales (aphtes, absence de salive, inflammation des muqueuses) comme la peau fragilisée par la radiothérapie et la chimiothérapie. J’ai réussi et Ozalys<sup>(2)</sup> est né il y a trois ans. Mais mon flirt avec la mort n’a pas métamorphosé que ma vie professionnelle, il m’a aussi profondément et définitivement changée. La femme que j’étais, avant le cancer, n’existe plus. Elle avait de longs cheveux bruns, coiffés en tresse, elle était belle, insouciante, invulnérable. Le cancer l’a effacée. J’ai quitté un corps, une santé, une vie, pour devenir une autre tout en étant moi-même. Cette nouvelle femme me plaît : elle est blonde aux cheveux courts et plus fantasque. Quand mes cheveux ont repoussé, ma coiffure d’avant ne correspondait plus à la femme que je suis devenue. Une femme libre. Avant j’étais libérée, mais pas libre. J’avais dû lutter contre la société, mais aussi contre moi-même et ma culpabilité, pour mener ma carrière et assumer certains choix, comme l’IVG. À présent, la liberté est incarnée en moi. Le cancer a aussi fait naître en moi une sensibilité nouvelle, qui me fait décoder le monde avec une intelligence plus émotionnelle et une acuité plus fine. J’ai appris à accepter ma fragilité autant que ma peur de la mort et de la douleur. C’est peut-être là une autre forme de force que j’ai acquise. La maladie a aussi changé la dirigeante que je suis. Le modèle managérial dans lequel je me reconnais, à présent, inclut la compréhension et la bienveillance au lieu de la menace ou de la sanction. Et qu’une personne malade, en cours de traitement ou en rémission soit intégrée dans mon entreprise fait partie de mes exigences. Je pense être devenue enfin moi-même. Je construis ma vie au présent, en envisageant le futur sans angoisse. Peut-être est-ce là la vraie résilience ? »

1. **Combattante d’Isabelle Guyomarch,**  
éd. Cherche-Midi.

140 2. **ozalys.com, voir aussi p. 238.**



## Les Prix Ruban Rose pour soutenir la recherche mais aussi la photo

C’est Evelyn H. Lauder qui est à l’origine d’Octobre Rose, mois dédié à la lutte contre les cancers du sein. Alors Senior Corporate Vice President d’Estée Lauder Companies Inc., elle co-crée, en 1992, aux États-Unis, le Ruban Rose, devenu le symbole de cette lutte. Le Groupe Estée Lauder et Marie Claire sont, depuis 1994 en France, les membres fondateurs de l’association « Le Cancer du Sein, Parlons-en ! » devenu « Ruban Rose » en 2020. Cette association encourage le dépistage et la détection précoce de la maladie et soutient la recherche au travers des Prix Ruban Rose.

La somme de 570 000 € sera remise à cinq projets de recherche le 1<sup>er</sup> octobre 2020. Cette somme est collectée grâce à l’action des membres fondateurs de l’association et à ses partenaires : Aglaïa & Co, André, Aveda, Becquet, Birchbox, Bobbi Brown, By Terry, Caisse d’Épargne, Camaïeu, Captain Tortue, Caroll, Clinique, Cora, Cosmetics 27, Darphin, Désertours, Dim, Estée Lauder, Grain de Malice, Groupe Chantelle, Groupe SGS (Sécurité et Auto Sécurité), Kusmi Tea, Lalalab, La Mer, Le Bon Marché, M6 Boutique, Mairie de Châteauneuf-du-Pape, MGallery, My Jolie Candle, Odyssea, L’Œuf de nos Villages, Olympus, On pose pour le Rose, Petit BamBou, Pharmabest, Planet Cards, PNY Technologies, Primark, Promod, RougeGorge Lingerie, RTL Originals, Sans Complexe, Steffy Lingerie, Supermarché Match, Téva, Tupperware, Victoria France, Vivaplante, Wolford, Yon-Ka.

Pour la 9<sup>e</sup> année consécutive, le Groupe Estée Lauder Companies France organise l’Estée Lauder Pink Ribbon Photo Award, grand concours photo en soutien à la lutte contre les cancers du sein, dont le thème, cette année, est « Résilience ». La remise des Prix du Jury et du Prix du Public Téva se déroulera lors de Paris Photo, évènement international consacré au médium photographique, qui accueille pour la 4<sup>e</sup> année le concours photo en tant que partenaire, du 12 au 15 novembre 2020, au Grand Palais.



# Unies contre le cancer du sein !

Musicienne, mannequin, écrivaine, danseuse, créatrice de mode et actrice, elles ont accepté de soutenir Ruban Rose, l'association créée par Estée Lauder et *Marie Claire* pour sensibiliser au dépistage. Vêtues du T-shirt événement dessiné cette année par Isabel Marant, elles nous ont raconté pourquoi elles ont choisi de s'engager à nos côtés.

Propos recueillis par **Corine Goldberger** Photos **Luc Braquet**

Au premier plan :  
Colombe Schneck.  
Assises : Keren Ann et  
Aurélie Saada. Debout :  
Ana Girardot  
et Aurélie Dupont.  
T-shirt Isabel Marant,  
tenues personnelles.  
Coiffure Taan/L'Atelier  
(68). Mise en beauté  
Estée Lauder par  
Patrick Lorentz avec Le  
Sérum Advanced Night  
Repair, La Crème  
Revitalizing Supreme +,  
Le Fond de Teint  
Double Wear, Le  
Baume à Lèvres Pure  
Color Envy, Le Mascara  
Sumptuous Rebel.

## Isabel Marant, créatrice de mode

« Je soutiens différentes causes, mais Octobre Rose me tient particulièrement à cœur. C'est la deuxième fois que je crée un T-shirt pour la campagne. Si j'y pense sans même trop réfléchir, il y a au moins dix femmes autour de moi qui ont eu un cancer du sein. Dont une amie qui rechignait à faire des mammos, et à qui on a trouvé une tumeur quand elle s'est décidée à en faire une. Pour la plupart, elles s'en sont sorties parce que diagnostiquées à temps. Il ne faut pas hésiter à se palper sous la douche. J'ai la chance d'avoir de petits seins donc c'est facile de vérifier si je ne sens pas quelque chose d'inhabituel quand je me savonne. Je me pose beaucoup de questions sur la relation éventuelle entre déodorants et cancer du sein. La création du T-shirt a été quelque chose de très spontané et d'évident. J'ai repris le logo de mon T-shirt iconique, et je l'ai édité en rose, en y ajoutant le petit ruban de l'association. »

Sortie début octobre d'une ligne de lunettes de vue et solaires.



“Il y a eu au moins dix femmes autour de moi qui ont eu un cancer du sein.(...) Pour la plupart, elles s'en sont sorties parce que diagnostiquées à temps. Il ne faut pas hésiter à se palper sous la douche.” Isabel Marant



## Aurélie Saada, chanteuse, auteure-compositrice et actrice française

« On a toutes autour de nous une amie, une cousine, une sœur, une mère, une personne touchée par le cancer du sein, et on sait que si on le diagnostique très tôt, on a des chances de pouvoir s'en sortir. Autour de moi, de très jeunes femmes, de 30, 32, 35 ans ont été touchées, à des moments de la vie où on ne s'y attend vraiment pas. Elles ont été soignées, certaines ont eu une ablation. Il est très important de sensibiliser les femmes au dépistage. On le remet toujours à plus tard. Tant qu'on n'a pas d'alerte, on se dit que tout va bien, alors que le cancer est une maladie très discrète. »

En tournage de son premier long métrage, avec Françoise Fabian, à partir d'octobre. Elle a également composé la musique d'un documentaire sur l'adoption, *C'est toi que j'attendais*, de Stéphanie Pillonca, en salle le 23 décembre.

## Ana Girardot, actrice

« Il ne faut pas que les maladies et les problèmes de santé des femmes soient encore un sujet de honte. Je suis portée par la mémoire de ma grand-mère maternelle, Clotilde, décédée d'un avortement clandestin, une mort taboue qui a beaucoup marqué ma mère et ma tante Mariana Otero, qui en avait fait un documentaire, *Histoire d'un secret*. Ce désir de libération de la parole féminine me vient aussi de ma grand-mère paternelle, Jeanne Girardot, une femme inspirante, qui s'est battue auprès de la fondatrice du MLF Antoinette Fouque. Elle me disait : "Nous, on vous a apporté le micro. Maintenant, c'est à votre génération de parler très fort." »

Série *La flamme*, de Jonathan Cohen, avec aussi Camille Chamoux, Adèle Exarchopoulos, Florence Foresti, Leïla Bekhti, Laure Calamy, sur Canal+. Au cinéma : *Cinquième set*, de Quentin Reynaud, en salle le 2 décembre.





## Constance Jablonski, mannequin

« Dans mon cercle proche, amical et familial, il y a eu des cancers du sein, dont une tante par alliance, décédée il y a quinze ans. Elle avait 45 ans. Donc c'est important pour moi de rappeler l'importance du dépistage. Ruban Rose, c'est une belle initiative aussi d'Estée Lauder, une marque avec laquelle j'ai été sous contrat à 20 ans. Je suis toujours disponible pour cette cause. J'en soutiens activement d'autres, comme la charter school Urban Dove, une école pour filles et garçons défavorisés et décrocheurs de New York. »

“Prévenir c'est aussi  
accepter le temps qui  
passe et se dire : j'arrive  
à l'âge où il faudrait que  
je fasse des mammos.”

Aurélie Dupont

## Aurélie Dupont, directrice de la danse à l'Opéra national de Paris

« Une femme de ma famille a eu une mastectomie. Je m'engage avec Ruban Rose parce que même si je suis une personne publique, je suis surtout une femme comme une autre, qui passe des mammographies. Et je veux inciter les femmes à le faire aussi. La peur liée à la perte éventuelle du symbole de la féminité, et du sein nourricier, n'évite pas le danger. Je suis danseuse et j'ai une certaine maîtrise de mon corps, mais un principe vaut pour toutes : ou bien vous devancez les choses, comme souvent dans la vie, ou bien vous laissez d'autres les gérer pour vous. Prévenir, c'est aussi accepter le temps qui passe, et se dire : tiens, j'arrive à l'âge où il faudrait que je fasse des mammos. »

En octobre, trois programmations à l'Opéra Garnier sur le proscenium, l'avant-scène qui va recouvrir la fosse d'orchestre pendant la rénovation.





## Keren Ann, chanteuse, auteure-compositrice

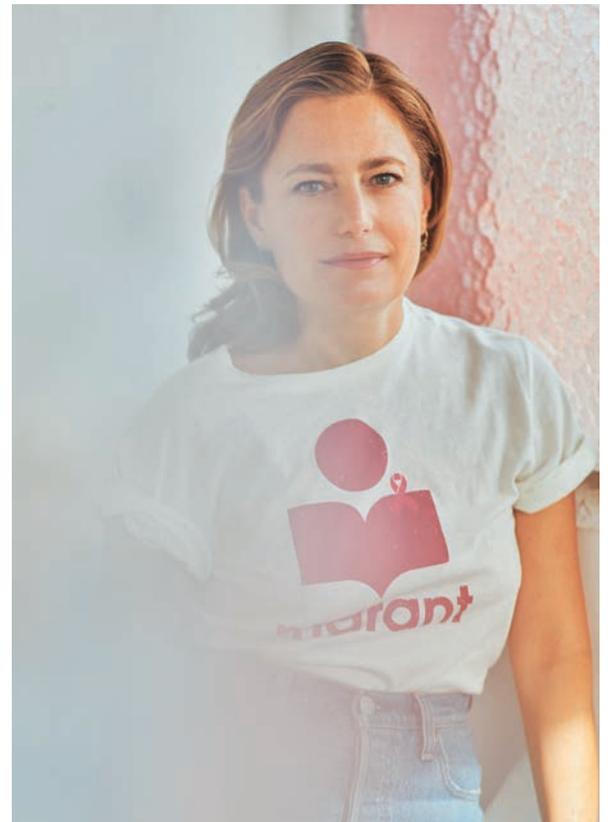
« Dès que j'en ai l'occasion, j'aide les associations qui accompagnent les femmes touchées par le cancer. Ainsi, outre l'association Ruban Rose, je travaille aussi tous les ans avec l'association Rose, qui édite le magazine du même nom. C'est un sujet dont on parle plus librement aujourd'hui, en tout cas entre femmes artistes. C'est très important que les femmes prennent l'habitude de faire des mammos parce que plus tôt le cancer du sein est détecté, plus on a des chances de pouvoir le soigner. Se faire dépister, faire des examens, prendre soin de soi ne doit jamais être tabou. C'est valable pour les hommes également. »

En tournée. Dates sur [kerenann.com](http://kerenann.com)

## Colombe Schneck, écrivaine

« J'avais autour de 40 ans quand une femme de ma connaissance m'a dit qu'elle avait eu un cancer du sein, et j'ai cru que c'était un cas isolé, que ça ne me concernait pas. Et puis, deux ans après, une amie en est morte. Depuis, je fais une mammo tous les deux ans. C'est indispensable, parce que le cancer du sein, comme d'autres cancers, pendant longtemps, ça ne se voit pas. Les symptômes paraissent anodins. Un jour, ma mère a eu du mal à bouger une main. Rien de grave en apparence. En fait c'était une tumeur au cerveau foudroyante, un glioblastome. Il y a des femmes pour qui le cancer du sein n'est plus qu'un mauvais souvenir, mais j'ai de plus en plus d'amies qui sont touchées. »

Dernier ouvrage paru : *Nuits d'été à Brooklyn*, éd. Stock.



### UN T-SHIRT POUR LA BONNE CAUSE

En édition limitée, ce top signé Isabel Marant est vendu exclusivement tout le mois d'octobre au Bon Marché Rive Gauche au prix de 95 €. 100 % du bénéfice des ventes seront reversés à l'association Ruban Rose.

# Magazine



LUC BRAQUET.

# 132

**OCTOBRE ROSE**  
**Unies contre le cancer du sein!**  
Ci-dessus, la créatrice  
Isabel Marant et la mannequin  
Constance Jablonski.

# 146

**PALMARÈS**  
Les 30 nouveaux  
visages de la galaxie  
green.

# 152

**ENQUÊTE**  
Quand les free-lances  
se réinventent face à  
la crise.

# 158

**REPORTAGE**  
24 heures avec des  
ados à la Selfie  
Factory de Londres.