

L'Opéra des champs s'attaque à un monument



MAUDE GYGER

MUSIQUE. Pour ses vingt ans, l'Opéra des champs s'est lancé dans sa plus ambitieuse production: quelque 80 choristes, solistes et danseurs ainsi que 40 musiciens de l'Orchestre de chambre fribourgeois seront réunis la semaine prochaine à la salle CO2 pour interpréter *Carmen*. Reportage au cœur des répétitions. **PAGE 3**

Quand le cancer s'en prend aussi à l'intimité

OCTOBRE ROSE.

La Ligue fribourgeoise contre le cancer propose depuis peu une consultation sur l'intimité. L'infirmière Véronique Yerly Berchier évoque ce sujet sensible et le lien que les personnes concernées doivent recréer, en premier lieu, avec elles-mêmes. **PAGE 16**



MAUDE GYGER



MAUDE GYGER

Le FC Bulle doit prouver qu'il vaut mieux

FOOTBALL. Battu 0-1 samedi par Delémont, lanterne rouge de Promotion League, le FC Bulle peine à enchaîner résultats positifs et matches maîtrisés. Les Gruériens sont huitièmes. **PAGE 9**



THOMAS DELLEY - ARCHIVE

Gétaz-Miauton réduit son offre

ÉCONOMIE. L'entreprise ne commercialise plus certains articles liés à deux de ses départements. Elle entend se concentrer sur ses activités principales. **PAGE 5**

Sommaire

Théâtre

Les Tréteaux de Chalamala adaptent et actualisent *Lysistrata*, d'Aristophane.

PAGE 2



Bulle

Samedi soir, dans le cadre de la Saison culturelle, l'Hôtel de Ville était le théâtre d'un loto pas comme les autres. **PAGE 5**

Tradition

La Bénichon de Châtel-Saint-Denis a pris une ampleur inédite. **PAGE 7**

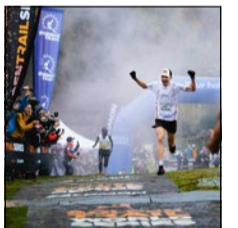


Football

Battu sur le fil par Guin samedi, Vuisternens/Mézières court encore après ses premiers points de la saison en 1^{re} ligue féminine. **PAGE 11**

Trail

Le Charmeyan Rémi Bonnet fait le bilan de sa saison baskets aux pieds. **PAGE 13**



Météo



THOMAS DELLEY

Isabelle, Salomé et Sotta ont bien profité du beau début de semaine.

MARDI de 10° à 17°

Rares éclaircies en matinée, puis ciel de plus en plus nuageux en cours de journée avec quelques faibles averses éparées.

MERCREDI de 10° à 14°

Nuages bas étendus sur le Plateau avec une limite supérieure entre 1500 et 1800 m. L'après-midi, développement d'éclaircies.

«Recréer un lien avec soi»

En ce mois d'Octobre rose, des soignantes ont mis l'accent sur un sujet sensible: l'intimité. Rencontre avec l'infirmière Véronique Yerly Berchier, qui dispense la nouvelle consultation «Intimité et cancer» de la Ligue fribourgeoise contre le cancer.

ANGIE DAFFLON

Quand le cancer s'invite, ça vous chamboule le corps, le quotidien, la vie. L'intimité aussi. Sujet sensible, il s'entoure encore de tabous et de non-dits. Aussi nombreuses soient les personnes qui en souffrent.

«Nous savons que 75% des personnes concernées considèrent que la maladie cancéreuse a un impact sur leur sexualité. Pendant le traitement, plus de la moitié, hommes comme femmes, constate une diminution de leur libido. Et les troubles peuvent durer: même des personnes en rémission à cinq ans ont des difficultés à vivre leur sexualité, expose Véronique Yerly Berchier. Certaines y ont même renoncé.»

Depuis le début de l'année, cette infirmière consacre ses jeudis après-midi à la nouvelle consultation «Intimité et cancer» proposée par la Ligue fribourgeoise contre le cancer. Dans une salle du centre de santé de Billens, elle écoute, conseille et oriente celles et ceux qui ressentent le besoin de s'exprimer sur le sujet.

S'inquiéter de ces questions pourrait sembler superflu alors que l'on lutte pour sa vie. «Cela peut paraître paradoxal, mais il est important de valoriser ces besoins: pour qu'un traitement soit bien toléré, il faut assurer une certaine qualité de vie. Dès lors, si l'intimité et la sexualité sont une ressource pour la personne concernée, il ne faut pas les négliger», continue l'infirmière spécialisée en oncologie et soins palliatifs, qui termine actuellement une formation en sexologie.

Du courage

«Ce projet s'inscrit pleinement dans la mission de la ligue, qui accompagne les personnes atteintes d'un cancer à chaque stade de la maladie.» Ce nouveau dispositif répond aussi à une certaine demande: s'ouvrir à des soignants n'est pas toujours simple, que ce soit parce que ces derniers manquent de temps ou parce que le lieu n'est pas propice à ces discussions.

Après de la ligue, tant les malades que leur partenaire peuvent se présenter, de même que les *survivors*, les personnes en rémission. La discussion se déroule dans un lieu sûr, où la parole

ne risque pas de s'ébruiter, où leur histoire est écoutée attentivement, sans jugement ni tabou. «C'est important, car s'ouvrir ainsi à une inconnue demande du courage.»

L'infirmière revient sur le choix des termes: il est bien question d'intimité, pas uniquement de sexualité. «C'est une notion un peu plus large.» Rapport à son propre corps, estime et image de soi, féminité, désir, sensualité... Les thèmes varient selon les préoccupa-

tions de chacun. Ces inquiétudes, ce sont le point de départ du travail de Véronique Yerly Berchier. «C'est parce qu'il en émane une souffrance que ces personnes viennent nous parler.»

Déconstruire et ajuster

De là commence une exploration, une introspection au rythme de chacun et selon les objectifs personnels. «Cette consultation se co-construit avec la personne. Mon rôle est aussi

d'informer, de susciter la réflexion, de suggérer, mais jamais d'imposer. Dans ce contexte, il est nécessaire de se détacher des injonctions, il n'y a pas de normes.»

Si certains ont davantage besoin de «déposer» ce qu'ils ont sur le cœur, d'autres viennent chercher des conseils, des pistes, des clés. «Et quand cela dépasse mes compétences, je réoriente les personnes, toujours avec leur accord, car c'est un sujet

sensible, vers d'autres professionnels. Ce peut être des psychologues, des ergothérapeutes ou encore des physiothérapeutes. Nous travaillons toujours en réseau, notamment avec les centres du sein et de la prostate.»

Par respect pour ces personnes qui lui ont fait confiance, Véronique Yerly Berchier préfère ne pas donner d'exemples précis tirés de ses consultations. Elle évoque des thèmes plus généraux, comme les inquiétudes liées à la performance. «Il faut parfois déconstruire les représentations et réajuster les objectifs.»

«Même des personnes en rémission à cinq ans ont des difficultés à vivre leur sexualité. Certaines y ont même renoncé.»

VÉRONIQUE YERLY BERCHIER

Passer par exemple de «je veux être aussi performant qu'avant» à «j'ai envie d'offrir du plaisir à mon ou ma partenaire et d'en prendre moi aussi». Ouvrir les possibles, en invitant tout un chacun à se questionner sur ce qu'il aime, sur ce qui lui fait plaisir, à parler aussi de tendresse et de sensualité, à susciter la communication avec le ou la partenaire. «Dans chaque situation plusieurs facteurs doivent être pris en considération: il y a des aspects biologiques, culturels, psychosociaux, éducatifs, religieux...»

Se retrouver

Si le sujet a été abordé cet automne par le Centre du sein Fribourg et la ligue dans le cadre d'Octobre rose (*La Gruyère* du 5 octobre), l'infirmière rappelle que tous les cancers touchent à l'intimité. «Ne serait-ce qu'à cause du traitement, qui peut causer de la fatigue et des douleurs, impacter la libido ou encore entraîner une modification de la muqueuse...»

Dans la plupart des cas, il s'agit aussi, dès lors, de réapprendre à aimer ce corps qui a fait faux bond, ce corps qui a changé. «L'estime de soi est grandement impactée, certaines personnes ne se reconnaissent plus, n'ont plus confiance, ne se sentent plus désirables. L'une des premières approches consiste à recréer un lien avec soi-même, à repartir à la rencontre de soi-même.» ■

fribourg.ligueducancer.ch/intimite-cancer, 026 426 02 90



L'infirmière Véronique Yerly Berchier le relève: intimité et sexualité peuvent être des ressources pour les personnes malades. Il ne faut donc pas les négliger. MAUDE GYGER

Quand les cancers se nourrissent d'hormones

HORMONOTHÉRAPIE. Chirurgie, chimiothérapie ou encore radiothérapie, tous ces traitements impactent le quotidien et l'intimité des personnes souffrant d'un cancer. Alors que le mois d'octobre se pare de rose pour sensibiliser au cancer du sein, se pose aussi la question de l'hormonothérapie.

«Il s'agit d'un type de traitement utilisé pour certains cancers qui ont besoin d'hormones pour se développer, comme plus de

80% des cancers du sein. Ce traitement fonctionne en diminuant ou en bloquant l'effet des hormones», explique le docteur Filipe Martins, chef de clinique en oncologie à l'Hôpital cantonal. De quoi diminuer le risque de récurrence et arrêter la croissance de la tumeur après une chirurgie, chimiothérapie ou radiothérapie... Non sans effets secondaires indésirables.

Ces derniers sont en effet similaires aux symptômes de la ménopause: bouffées de chaleur, sécheresse vaginale, diminution de la libido, sueurs nocturnes, prise de poids, douleurs articulaires, musculaires ou encore troubles de l'humeur peuvent être ressentis. «Ces symptômes varient en intensité selon les patientes, mais peuvent

altérer considérablement leur qualité de vie. Certains effets, comme la fatigue ou les douleurs articulaires, peuvent également être ressentis sur le long terme.»

Alors que les douleurs peuvent réduire désir et plaisir, «la fatigue, les changements d'humeur et l'image corporelle altérée par la maladie et le traitement peuvent également affecter la confiance en soi et la proximité émotionnelle avec le partenaire». Pour atténuer ces conséquences, le docteur Filipe Martins souligne qu'une prise en charge multidisciplinaire incluant le conseil sexologique peut être utile.

Durant cinq à dix ans

Mais l'hormonothérapie peut également affecter la fertilité, alors qu'il est souvent administré pendant cinq à dix ans. Dans certains cas s'ajoute une chimiothérapie, avant ou après la chirurgie pour éviter des rechutes,

«ce qui induit une ménopause précoce et peut rendre la grossesse difficile après le traitement». «Il est donc essentiel que les patientes souhaitant préserver leur fertilité discutent de leurs options, telles que la préservation ovarienne ou la congélation d'ovocytes, avant de commencer l'hormonothérapie.»

Les effets peuvent être si difficiles à supporter que des femmes ont arrêté le traitement. *Le Temps* a d'ailleurs recueilli plusieurs témoignages, publiés sur son site vendredi dernier. Pour gérer les aspects émotionnel et intime du traitement et de la maladie, Filipe Martins relève qu'oncologue, sexologue ou encore psycho-oncologue peuvent apporter une aide. «Les associations de soutien aux patients atteints de cancer, comme la Ligue fribourgeoise contre le cancer, offrent également des ressources précieuses.» AD



«Il est essentiel que les patientes souhaitant préserver leur fertilité discutent de leurs options [...] avant de commencer l'hormonothérapie.» DOCTEUR FILIPE MARTINS