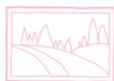
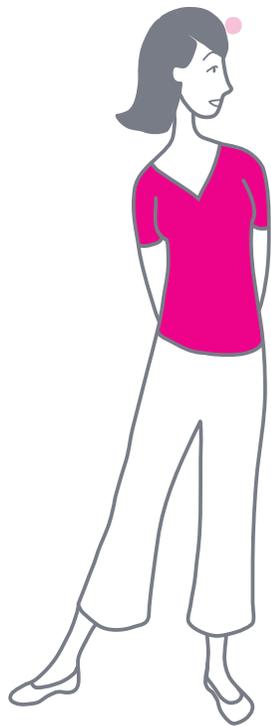


CANCER DU SEIN  
MÉTASTATIQUE  
HER2+



# QUESTIONS DE FEMMES

n°2



## CANCER DU SEIN MÉTASTATIQUE HER2+

Le diagnostic du cancer du sein métastatique de type « HER2+ », comme tout cancer, peut susciter incertitudes et questionnements.

Nous sommes allés à la rencontre de 13 femmes atteintes d'un cancer du sein métastatique HER2+ qui nous ont partagé leurs expériences et leurs interrogations :

*Comment prendre soin de moi au quotidien ?*

*Comment préserver ma qualité de vie, mon bien-être physique et psychologique ?*

*Comment gérer mon activité professionnelle ?*

*De quelles aides puis-je bénéficier ?*

Cette brochure a été conçue avec l'objectif de répondre à vos principales questions.

Elle est complémentaire de la première brochure « **Questions de femmes** » qui aborde les aspects plus médicaux de la pathologie.

## 1. COMMENT PRENDRE SOIN DE MOI AU QUOTIDIEN ?

- On me parle de soins de support, de quoi s'agit-il ? ..... p. 6
- Comment pourra-t-on soulager mes différentes douleurs ? ..... p. 8
- Dois-je suivre une alimentation particulière ? ..... p. 10
- Puis-je faire une activité physique ? ..... p. 12
- En quoi consiste l'art-thérapie ? ..... p. 13
- Méditation, yoga, hypnose : quels sont les bienfaits ? .. p. 14
- S'orienter vers des soins esthétiques adaptés ? ..... p. 16
- Quelles sont les aides disponibles pour préserver ma vie affective et sexuelle ? ..... p. 16
- Existe-t-il des séjours thérapeutiques adaptés ? ..... p. 17

## 2. COMMENT EN PARLER AVEC MON ENTOURAGE ?

- Comment aborder le sujet avec mes proches ? ..... p. 18
- Comment en parler aux enfants ? ..... p. 19
- Qu'est-ce que la personne de confiance ? ..... p. 20

## 3. COMMENT GÉRER MON ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE ?

- Comment gérer le retour au travail ?  
Puis-je maintenir mon activité professionnelle ? ..... p. 22

## 4. DE QUELLES AIDES PUIS-JE BÉNÉFICIER ?

- Quelles sont les aides disponibles au quotidien ? ..... p. 26
- Vers qui me tourner si j'ai des questions ? ..... p. 27

## COMMENT PRENDRE SOIN DE MOI AU QUOTIDIEN ?

### ? On me parle de soins de support, de quoi s'agit-il ?

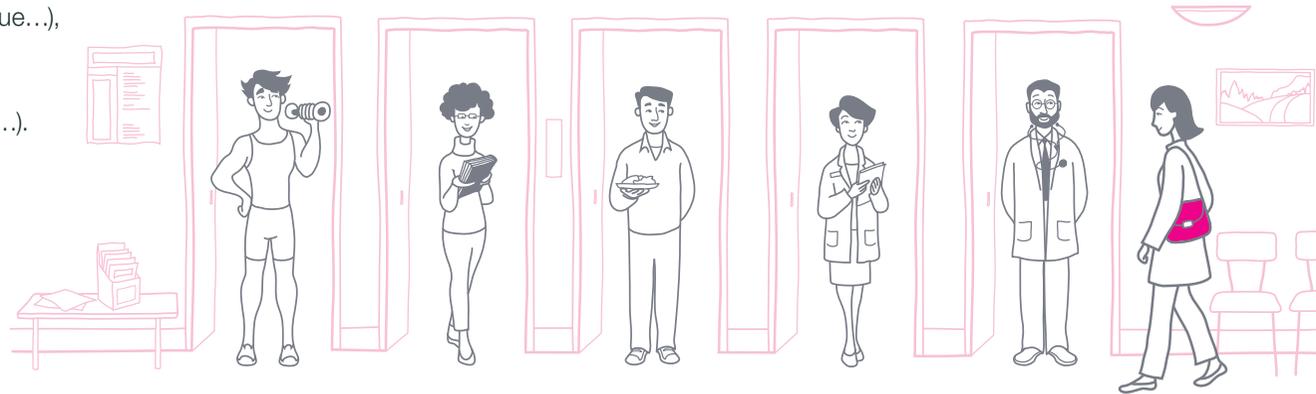
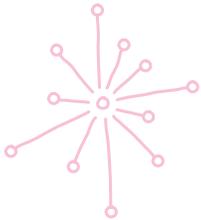
Les soins de support se définissent comme l'ensemble des soins et soutiens nécessaires aux personnes malades, parallèlement aux traitements spécifiques, tout au long des maladies telles que le cancer.

Ils interviennent **dès le début de la maladie** lors des traitements **mais également à distance** de ceux-ci.

Ils s'inscrivent dans un accompagnement pluridisciplinaire en intégrant différentes disciplines médicales et paramédicales.

Les domaines d'intervention sont larges et variés, ils concernent tout aussi bien le domaine du somatique (traitement de la douleur, kinésithérapie, diététique...), celui de la psychologie (soutien psychologique, onco-sexologie, hypnose...) que celui du social et du bien-être (service social, socio-esthétique...).

L'objectif est **d'améliorer votre confort et qualité de vie**, d'optimiser l'efficacité des traitements spécifiques, tout en limitant la pénibilité des effets secondaires, de participer au contrôle de la maladie et d'accorder une place particulière aux proches <sup>(1)</sup>.



## ? Comment pourr<sup>a</sup>-t-on soulager mes différentes douleurs ?

Des douleurs peuvent survenir au cours d'un cancer du sein métastatique.

La douleur peut s'exprimer de différentes façons. Ainsi, elle peut être aiguë (de courte durée) ou chronique (qui persiste dans le temps). De même, son intensité et le retentissement qu'elle peut avoir sur le quotidien peuvent varier. Une douleur chronique de faible intensité peut, par exemple, n'impacter que modestement la qualité de vie <sup>(2)</sup>.

### Différents traitements existent selon le type de douleur <sup>(3)</sup>.

D'une part, des médicaments anti-douleur, comme les antalgiques, peuvent être prescrits. Ces derniers sont classés en trois catégories selon l'intensité de la douleur, les plus puissants étant les molécules de la classe des opioïdes <sup>(4)</sup>.

D'autre part, il existe **des techniques non médicamenteuses** permettant de traiter diverses douleurs, comme la radiothérapie (qui détruit localement une tumeur) et la cimentoplastie (qui stabilise les lésions osseuses) <sup>(5)</sup>.

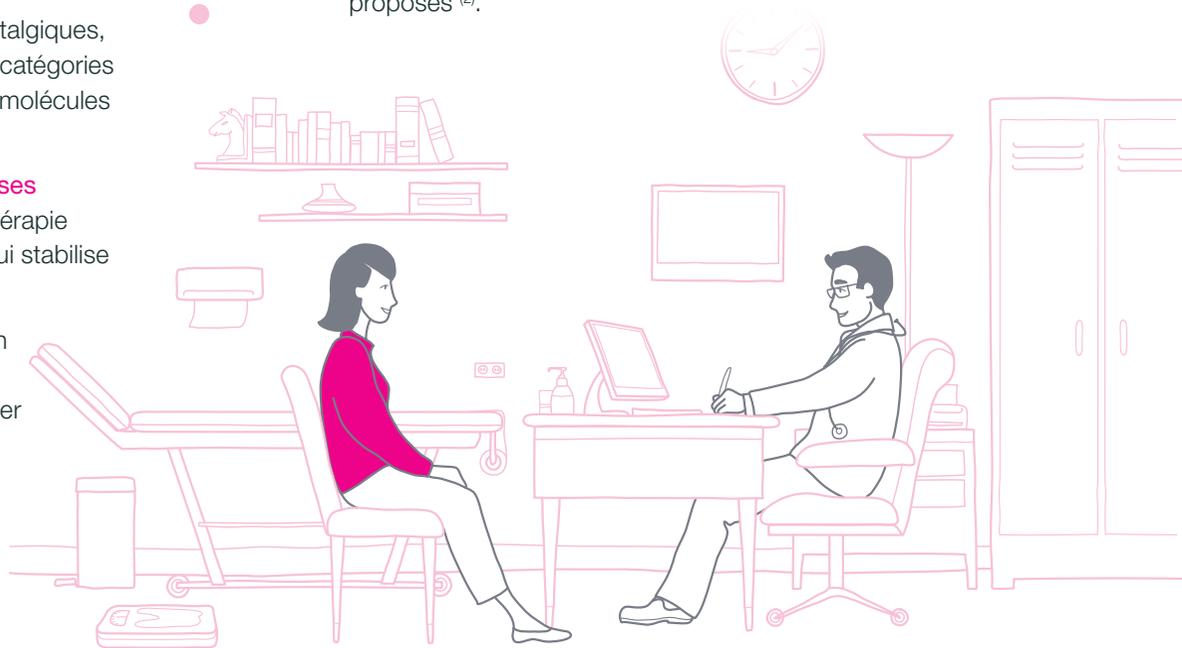
Enfin, **l'état psychologique** joue un rôle dans la perception de la douleur. Le soutien psychologique, l'hypnose, la relaxation, le yoga ou encore l'acupuncture peuvent aider à la réduire <sup>(3)</sup>.

Les traitements spécifiques contre la maladie tels que la chimiothérapie ou les thérapies ciblées aident au contrôle et au traitement de la douleur <sup>(6)</sup>.

La douleur est **individuelle** et chaque personne la perçoit différemment <sup>(7)</sup>, toutefois il est primordial d'en parler à votre médecin dès qu'elle se manifeste afin de bénéficier d'un accompagnement rapide et adapté.

### Il est important de ne pas laisser une douleur s'installer.

Dans certaines situations, l'oncologue pourra vous orienter vers une consultation spécialisée dans un Centre anti-douleur ou chez un médecin spécialiste de la douleur (algologue). Une évaluation de vos douleurs et un traitement adapté à votre situation vous seront proposés <sup>(2)</sup>.



## ? Dois-je suivre une alimentation particulière ?

Nausées, fatigue ou encore désordres digestifs liés à la maladie et à ses traitements peuvent impacter l'alimentation.

Ainsi, certains traitements comme la chimiothérapie peuvent modifier la **perception des goûts** (dysgueusie), tandis que la fatigue peut entraîner une perte d'appétit ou de motivation à cuisiner<sup>(8)</sup>.

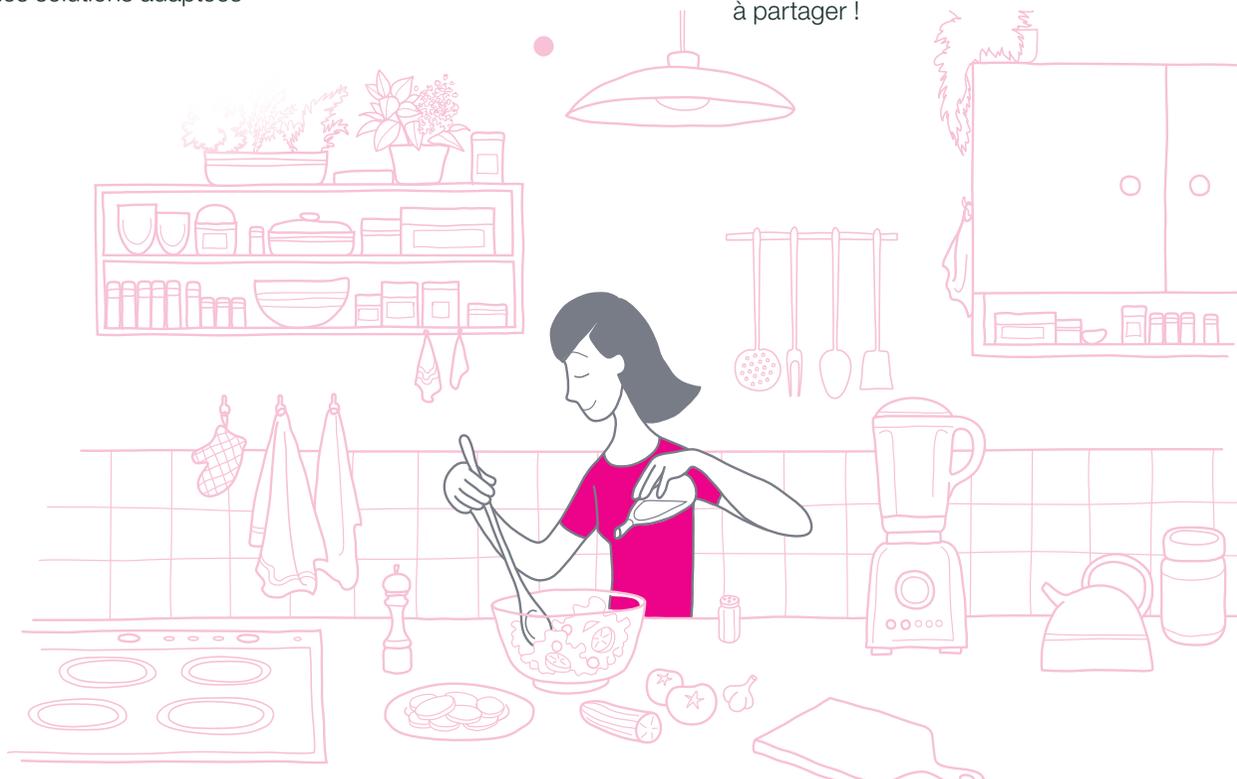
Afin de **maintenir un poids stable** et une **nutrition équilibrée**, le médecin généraliste ou l'oncologue, aidé d'un diététicien, peut mettre en place des solutions adaptées à vos besoins.

Cela peut passer, par exemple, par la mise en place d'une **alimentation spécifique** ou la prescription de **compléments alimentaires**<sup>(8)</sup>.

Attention toutefois, une modification inadaptée de l'alimentation pouvant entraîner carences et fonte musculaire, celle-ci ne doit se faire que **sur avis médical**.

À chaque situation, des mesures peuvent être prises pour conserver le plaisir de manger selon ses goûts et ses habitudes ainsi que les contraintes liées à l'état de santé ou aux traitements<sup>(8)</sup>.

Gardez une idée : manger est un plaisir à savourer et si possible à partager !

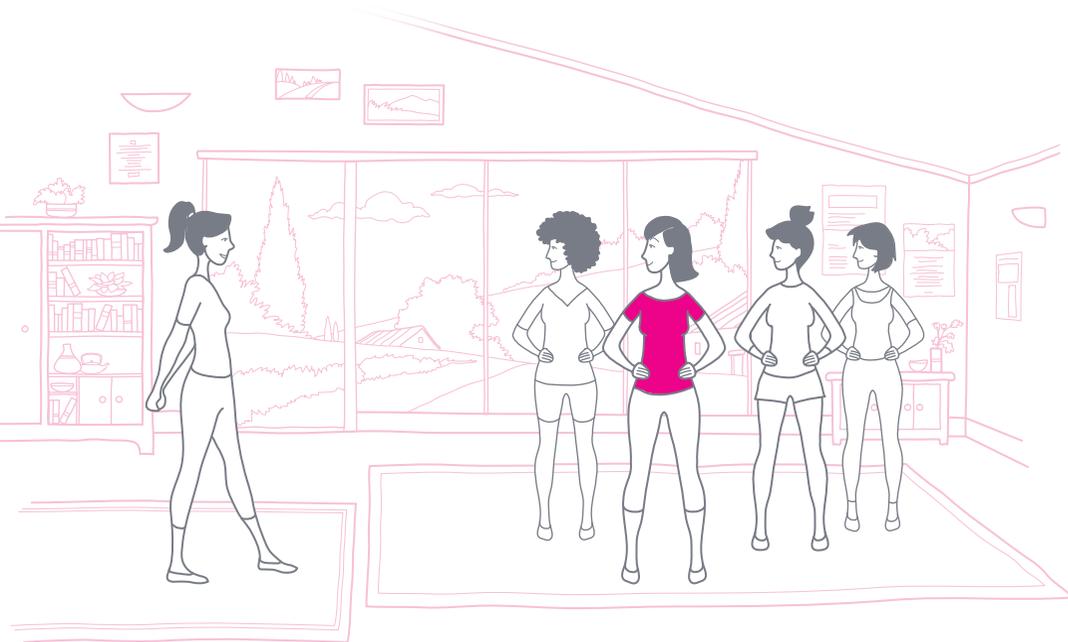


## ? Puis-je faire une activité physique ?

Oui ! Le maintien d'une activité physique est même recommandé tant ses effets sont bénéfiques. En améliorant le tonus musculaire et plus largement l'estime de soi et l'humeur, elle a un impact sur la réduction de la fatigue et des douleurs, c'est un **vrai facteur d'amélioration de la qualité de vie** !<sup>(9)</sup>.

La nature de l'activité et son intensité doivent cependant être adaptées selon les souhaits et possibilités de chacune, ainsi que selon les recommandations de l'oncologue ou de l'équipe soignante.

Ainsi, l'**Activité Physique Adaptée** (ou APA)<sup>(9)</sup> permet la mise en mouvement des personnes qui ne peuvent pas pratiquer une activité dans des conditions habituelles.



Au-delà de la pratique sportive, elle inclut l'ensemble des activités de la vie quotidienne.

Afin de pratiquer dans les meilleures conditions, l'idéal est d'être accompagnée par une structure associative sportive sensibilisée à l'activité physique adaptée au cancer du sein<sup>(9)</sup>. L'oncologue, les médecins de soins de support ou les associations pourront vous orienter vers les structures les plus adaptées<sup>(9)</sup>.

## ? En quoi consiste l'art-thérapie ?

L'art-thérapie regroupe un ensemble d'activités artistiques (peinture, dessin, écriture, mouvement dansé, conte, jeu théâtral, musique ou chant...) qui permettent de **remobiliser l'énergie, l'identité, l'image corporelle et accompagnent vers un mieux-être**<sup>(10)</sup>.

Des ateliers d'art-thérapie, en groupe ou en individuel, animés par des art-thérapeutes formés et diplômés sont proposés dans certains hôpitaux<sup>(10)</sup>.

N'hésitez pas à en parler à votre équipe soignante qui pourra vous orienter vers l'interlocuteur le plus adapté.

## ? Méditation, yoga, hypnose : quels sont les bienfaits ?

Les approches psychocorporelles, partie intégrante des soins de support, n'agissent pas directement sur le cancer et ne remplacent donc pas les traitements. Toutefois, elles peuvent **apporter un bien-être psychologique** en agissant notamment sur le stress et l'anxiété et **améliorer la qualité de vie** des femmes ayant un cancer du sein métastatique <sup>(11)</sup>.

Différentes approches utilisant le corps et/ou le mental pour explorer ses sensations, ses pensées ou ses émotions peuvent être proposées à l'hôpital ou en dehors de l'hôpital.

N'hésitez pas à demander conseil à votre équipe soignante pour choisir l'approche la plus adaptée à votre situation et à vos souhaits.

- **L'hypnose** : une méthode qui induit un état d'attention et de réceptivité intense. Elle permet, en impliquant l'imaginaire, de prendre conscience de toutes ses ressources internes pour diminuer l'importance de certains symptômes comme la douleur par exemple <sup>(12)</sup>.
- **La méditation en pleine conscience** : une méthode qui permet d'entraîner l'esprit à se libérer du flot de pensées pour se concentrer sur le moment présent <sup>(13)</sup>. Sa pratique régulière permet de réduire l'anxiété, la déprime ainsi que la fatigue et d'améliorer le sommeil pour nombre de femmes <sup>(14)</sup>.



- **La sophrologie** : exclusivement verbale, elle est basée sur un ensemble de techniques agissant à la fois sur le corps et sur le mental (exercices de respiration, de décontraction musculaire et de visualisation). Elle permet d'acquérir une meilleure connaissance de soi et d'affronter les défis du quotidien avec plus de sérénité <sup>(13)</sup>.
- **Le yoga** : une pratique très ancienne qui allie le corps et l'esprit par un travail postural, respiratoire et mental. Il permet de se recentrer, en se concentrant sur son corps et sa respiration. Bénéfique dans la réduction des douleurs et de la fatigue, le yoga peut également entraîner un regain d'énergie et de confiance en soi <sup>(13,15)</sup>. Plus récemment, est né le concept de Yoga du rire. Pratiqué en groupe, il combine des rires sans raison avec des respirations yogiques. Il favorise une attitude positive et d'espoir <sup>(16)</sup>.

Par ailleurs, l'impact psychologique des messages positifs est indéniable : par exemple, se fixer des objectifs personnels ou professionnels afin de se sentir plus fortes face à la maladie.



## ? S'orienter vers des soins esthétiques adaptés ?

Certains traitements du cancer du sein métastatique peuvent entraîner des désagréments au niveau de la peau, des ongles ou encore des cheveux. Si vous êtes dans cette situation, **des solutions existent** <sup>(17)</sup> !

Des **consultations et des ateliers dédiés aux conseils esthétiques** sont organisés dans certains hôpitaux ou associations par des socio-esthéticiennes ou des infirmières <sup>(17)</sup>.

N'hésitez pas à en parler avec votre oncologue ou votre équipe soignante qui pourra vous orienter vers l'interlocuteur le plus adapté.

## ? Quelles sont les aides disponibles pour préserver ma vie affective et sexuelle ?

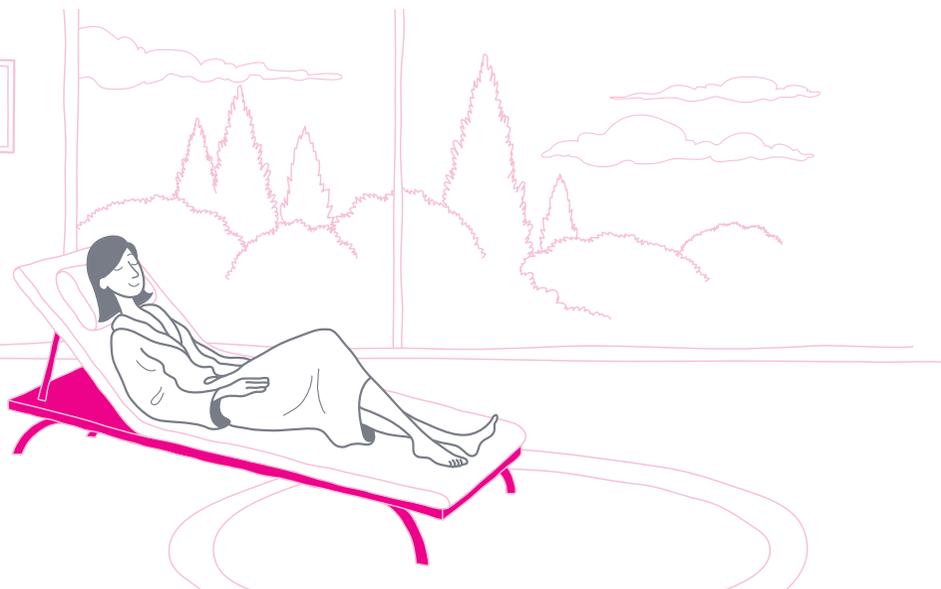
Dès l'annonce d'un cancer, vous allez devoir **mobiliser vos ressources psychologiques et physiques** pour faire face à la maladie. Il y aura de fait un impact quasi systématique sur la vie intime et sexuelle, variable selon chacune, selon les traitements et les phases de la maladie. De nombreuses femmes souffrent de sécheresse vaginale et d'une diminution de leur libido. Ceci a été longtemps sous-estimé, jugé non prioritaire à la fois par les soignants et les malades <sup>(18)</sup>.

Or une vie intime et sexuelle épanouie participe à la joie de vivre et permet de mettre à distance la maladie <sup>(18)</sup>.

Médecins spécialistes, médecin généraliste ou encore psychologue sont là **pour vous écouter et proposer des solutions adaptées** à votre situation <sup>(18)</sup>.

## ? Existe-t-il des séjours thérapeutiques adaptés ?

Des associations proposent des séjours thérapeutiques de quelques jours dédiés aux activités physiques adaptées, à la détente et au bien-être <sup>(19,20)</sup>. Des femmes ayant un cancer du sein métastatique stabilisé peuvent se joindre à ces séjours pour une parenthèse, un moment pour soi.



## COMMENT EN PARLER AVEC MON ENTOURAGE ?

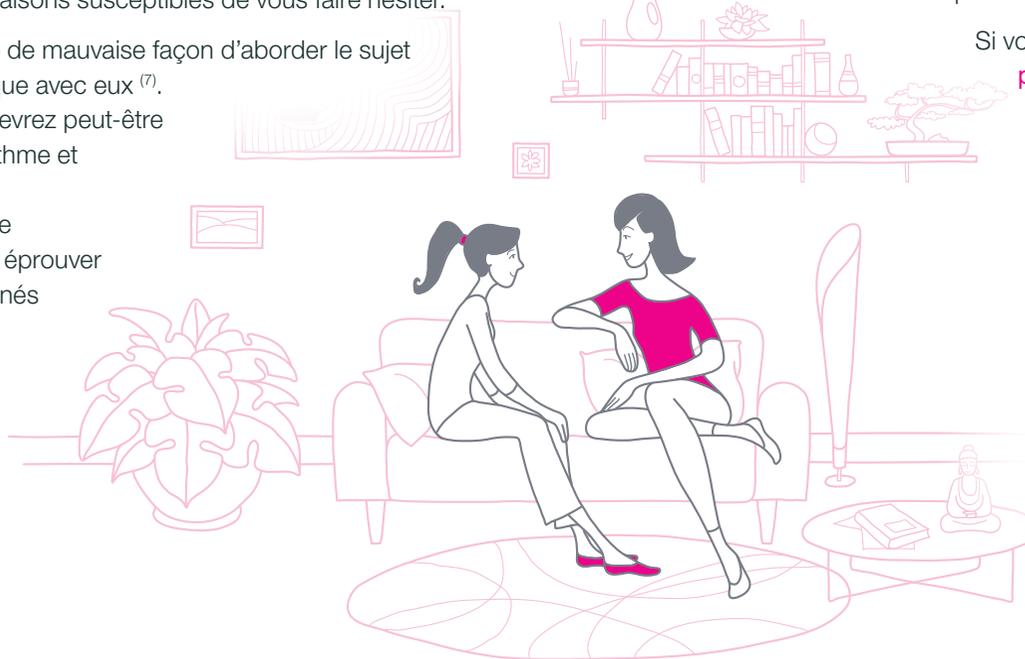
### ? Comment aborder le sujet avec mes proches ?

Vos proches ont la capacité de faire face et même de vous soutenir. **Faites-leur confiance !**

**Un certain temps peut s'avérer nécessaire avant de pouvoir en parler**, ceci est tout à fait normal. Le désir de protéger sa famille et ses amis ou encore la crainte de n'être plus vue qu'à travers la maladie sont autant de raisons susceptibles de vous faire hésiter.

Il n'existe pas de bonne ou de mauvaise façon d'aborder le sujet de votre cancer métastatique avec eux <sup>(7)</sup>. Enfants ou adultes, vous devrez peut-être adapter vos mots à leur rythme et leur degré de maturité.

Certes, leur vie peut en être perturbée <sup>(21)</sup> et ils peuvent éprouver le besoin d'être accompagnés par les diverses structures et associations de **soutien aux proches** existantes <sup>(1)</sup>.



### ? Comment en parler aux enfants ?

Les enfants, quel que soit leur âge, sentent lorsque quelque chose ne va pas et perçoivent vos angoisses. Les parents sous-estiment souvent la capacité des enfants à affronter la vérité. Leur communiquer les informations importantes avec des **mots simples, en nommant la maladie, tout en les rassurant et en leur laissant la possibilité de vous poser des questions** est important. Il n'est pas nécessaire de tout dire tout de suite. Vous saurez quand arrivera le moment d'en dire plus.

Si vous avez plusieurs enfants, les informer tous ensemble puis en parler à nouveau avec chacun individuellement peut être plus adapté <sup>(21)</sup>.

Si vous vous sentez en **difficulté pour parler de votre maladie** ou inquiète du comportement de vos enfants, n'hésitez pas à demander conseil auprès de votre médecin généraliste, d'un psychologue ou d'un pédopsychiatre <sup>(21)</sup>. Des groupes de paroles d'enfants de parents malades existent dans certains hôpitaux. Vous pouvez vous renseigner auprès de votre équipe soignante.

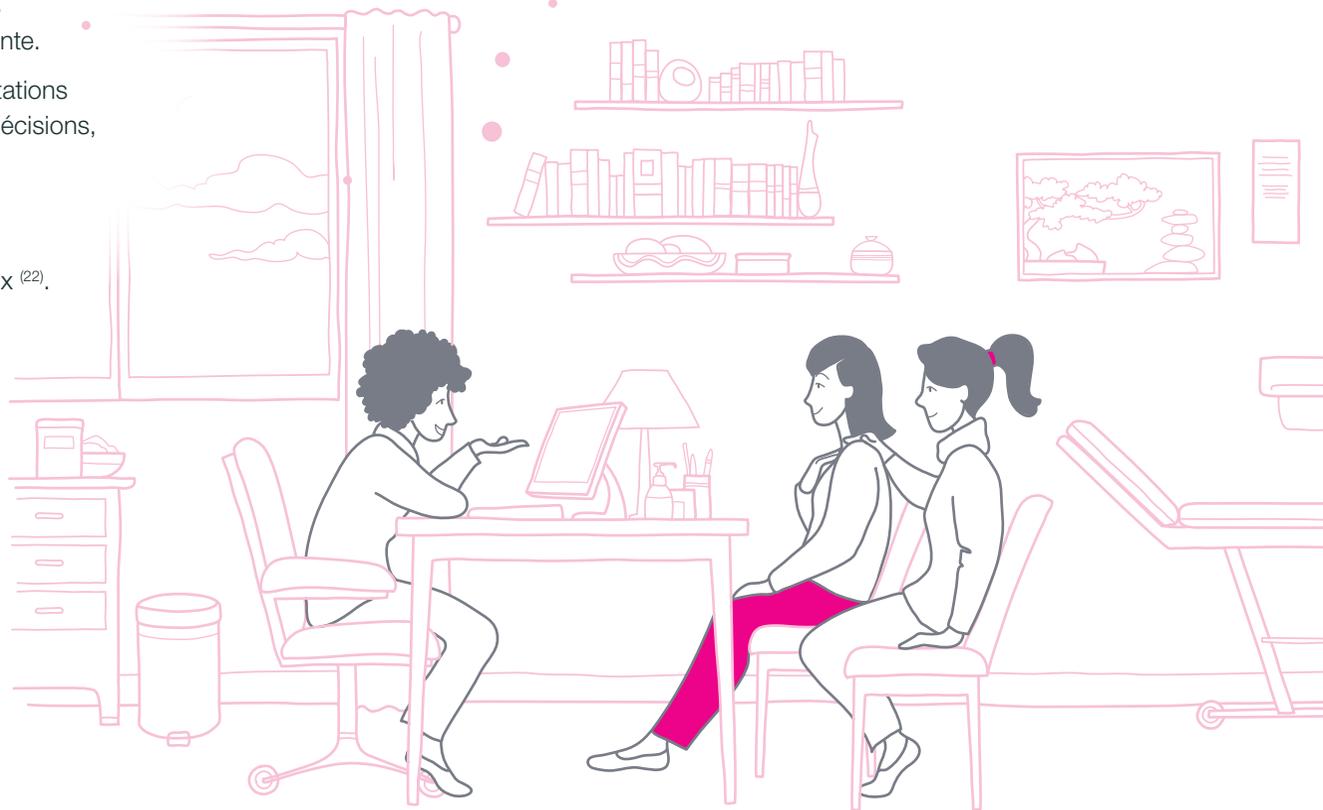
## ? Qu'est-ce que la personne de confiance ?

La personne de confiance est une personne majeure, de votre famille ou non, que vous avez désignée par écrit.

L'impliquer dès le diagnostic de votre maladie est conseillé, elle peut ainsi à la fois être un soutien pour vous et un référent possible pour votre équipe soignante.

Elle peut vous accompagner lors de vos consultations médicales, vous aider dans vos démarches et décisions, et être consultée si vous n'êtes pas en mesure de recevoir des informations ou d'exprimer votre volonté.

À tout moment, vous pouvez modifier votre choix <sup>(22)</sup>.



## COMMENT GÉRER MON ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE ?

### ? Comment gérer le retour au travail ? Puis-je maintenir mon activité professionnelle ?

Que ce soit pour continuer de vivre de façon « normale », s'épanouir au travers de son travail ou encore pour des raisons financières, de nombreuses femmes atteintes d'un cancer du sein métastatique souhaitent poursuivre leur activité professionnelle <sup>(23)</sup>.

Votre médecin généraliste, votre médecin spécialiste, le médecin-conseil de votre caisse d'Assurance Maladie, votre médecin du travail ainsi que les assistants sociaux peuvent vous aider dans vos démarches <sup>(24)</sup>.

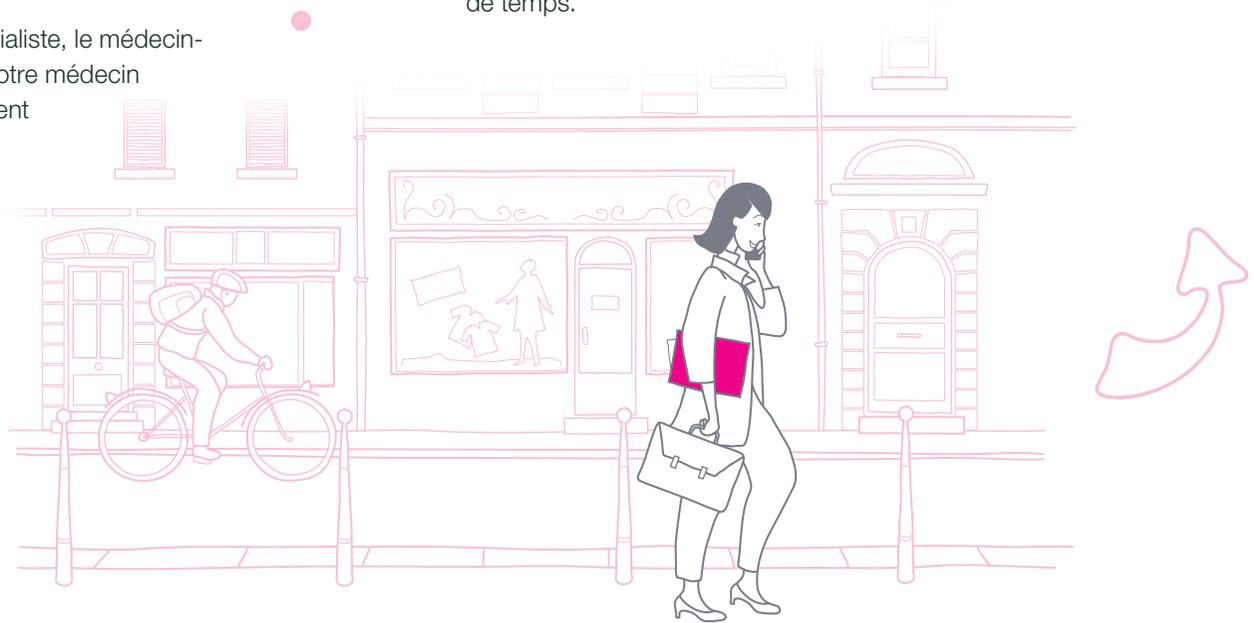
Ainsi, après une période de congé maladie plus ou moins longue, **le retour au travail est possible** mais peut différer selon que vous soyez salariée des régimes général ou agricole, agent de la fonction publique ou indépendante.

#### Salariée des régimes général ou agricole <sup>(25)</sup>

Vous pouvez soit reprendre une activité à temps complet, soit demander un temps partiel (**appelé mi-temps thérapeutique**). Dans tous les cas, une visite médicale de reprise du travail doit être effectuée dans les huit jours suivant votre retour.

À l'inverse, si les suites de votre maladie vous empêchent de reprendre votre poste initial, vous pouvez demander à bénéficier **d'un contrat ou d'un stage de rééducation professionnelle ou de réadaptation** voire être transférée vers un poste différent (il s'agit alors d'un reclassement professionnel).

À l'issue du temps partiel thérapeutique, si vous ne pouvez pas reprendre une activité à temps plein, il est possible de faire une reconnaissance d'invalidité et de rester à temps partiel sans limite de temps.



## Agent de la fonction publique <sup>(26)</sup>

- **Contractuelle** : vous avez la possibilité de réintégrer votre emploi, de bénéficier d'un mi-temps thérapeutique, de prendre un congé sans rémunération pendant un an et demi ou de demander à être licenciée.
- **Titulaire** : de même, vous pouvez réintégrer votre emploi suite à l'avis favorable de votre médecin du travail qui précise alors les éventuels aménagements de poste. Si votre congé maladie a duré plus de six mois, vous pouvez également bénéficier d'un mi-temps thérapeutique de trois mois renouvelable (un an maximum).  
Un reclassement professionnel peut aussi vous être proposé.

## Professionnelle indépendante <sup>(27,28)</sup>

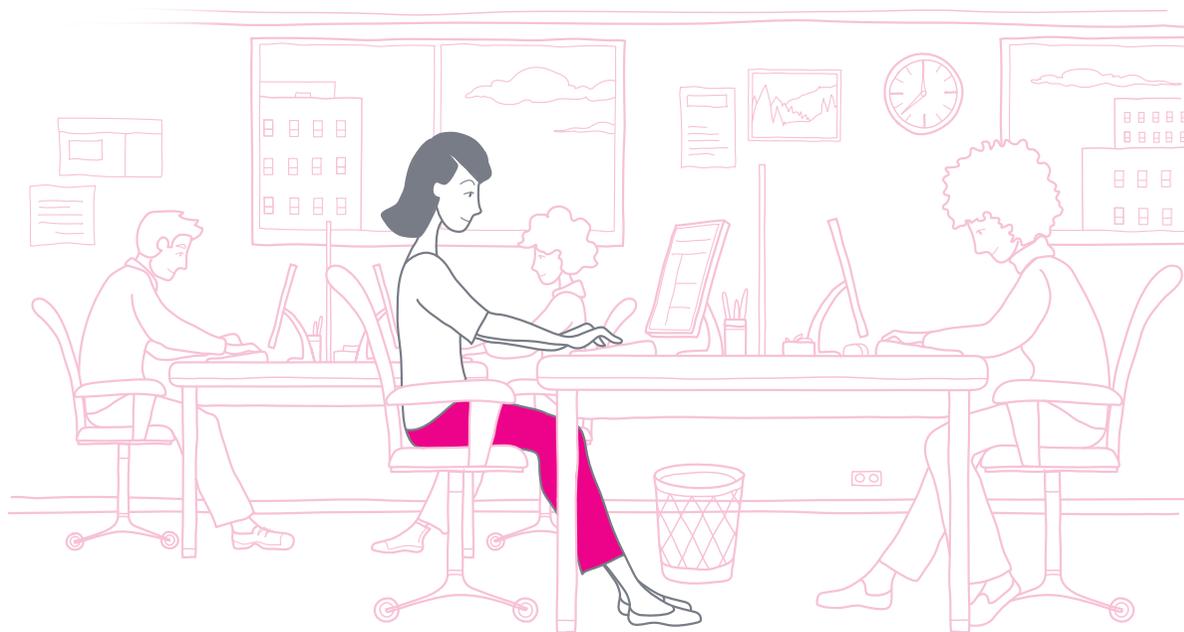
Votre médecin généraliste, le médecin-conseil de l'Assurance Maladie ou encore le service social de l'Assurance Maladie peuvent vous accompagner **pour gérer votre reprise d'activité** professionnelle.  
Vous pouvez également bénéficier d'un mi-temps thérapeutique.

## Et si je suis au chômage <sup>(29)</sup> ?

Vous ne perdez pas vos droits aux allocations chômage.

Le versement de vos indemnités est simplement reporté à la fin de votre arrêt maladie.

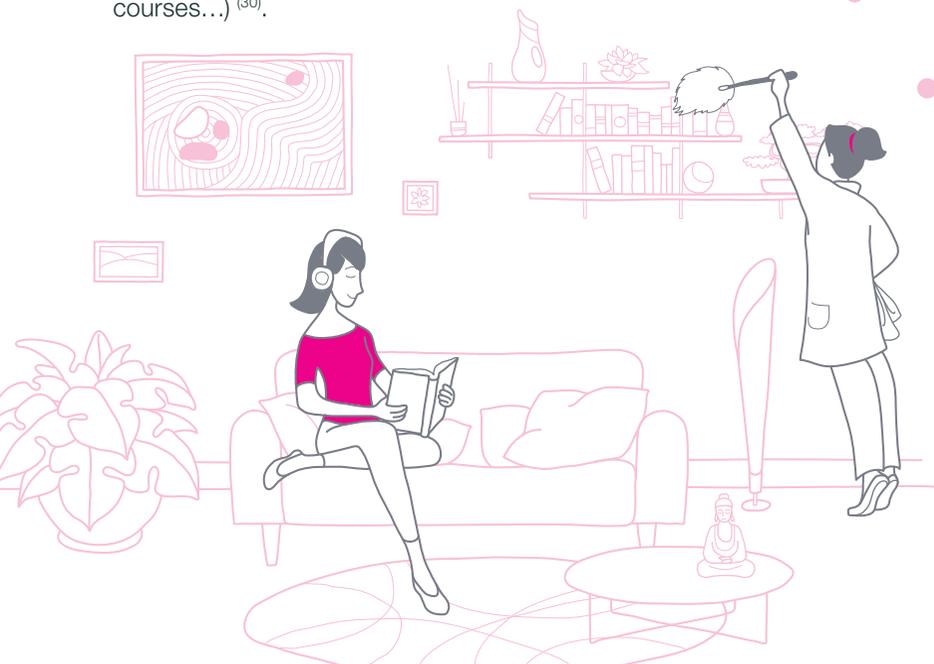
Évaluer votre situation et vos droits avec une assistante sociale pourra vous aider dans votre retour à une activité professionnelle. Vous pouvez également contacter des associations spécialisées dans ce type de démarche <sup>(24)</sup>.



## DE QUELLES AIDES PUIS-JE BÉNÉFICIER ?

### ? Quelles sont les aides disponibles au quotidien ?

Des aides existent pour vous soulager au quotidien et vous permettre de vous accorder du temps pour vous et vous ressourcer. L'assistante sociale peut vous accompagner et vous orienter dans vos démarches comme la mise en place d'une prestation par un(e) employé(e) à domicile (ménage exclusivement) ou par un(e) aide à domicile (ménage, lessive, courses...) <sup>(30)</sup>.



### ? Vers qui me tourner si j'ai des questions ?

Vos médecins spécialistes ou votre médecin généraliste sont en mesure de répondre à nombre de vos questions. Vous pouvez cependant ressentir le besoin d'échanger avec des femmes ayant le même cancer que vous. C'est dans cette optique que le réseau social « **Mon réseau cancer du sein** » <sup>(31)</sup> a été créé.

Dédié aux personnes touchées par un cancer du sein et à leurs proches, il permet d'échanger avec d'autres femmes concernées, de retrouver informations et ressources utiles pour mieux comprendre et gérer le quotidien avec la maladie. Parmi les différents groupes, l'un est dédié aux personnes vivant avec un cancer du sein métastatique.

Il existe également des sites internet spécifiquement dédiés aux patientes vivant avec un cancer du sein métastatique. Ainsi, « **VIVRE AVEC un cancer du sein métastatique** » <sup>(32)</sup> ou encore le « **Collectif 1310 cancer du sein métastatique** » <sup>(33)</sup> qui rassemble des associations engagées dans l'accompagnement des personnes vivant avec un cancer du sein métastatique, peuvent vous accompagner dans ce défi de vie.

# RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

1. <https://www.afsos.org/les-soins-de-support/mieux-vivre-cancer>. Consulté le 04 janvier 2021.
2. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Les-cancers/Cancer-du-sein/Douleurs-et-traitements>. Consulté le 26 janvier 2021.
3. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Douleur/Soulager-la-douleur>. Consulté le 03 mai 2021.
4. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Douleur/Soulager-avec-des-medicaments/Tous-les-antalgiques>. Consulté le 04 janvier 2021.
5. <https://curie.fr/dossier-pedagogique/electricite-rayonnements-ciment-des-techniques-antalgiques-lefficacite>. Consulté le 04 janvier 2021.
6. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Douleur/Soulager-par-les-traitements-du-cancer>. Consulté le 03 mai 2021.
7. Europadonna. Le cancer du sein métastatique.
8. <https://www.afsos.org/fiche-soin/bien-manger>. Consulté le 04 janvier 2021.
9. <https://www.afsos.org/fiche-soin/activite-physique-adaptee>. Consulté le 04 janvier 2021.
10. [https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2016/09/3-ART\\_THERAPIE.pdf](https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2016/09/3-ART_THERAPIE.pdf). Consulté le 08 juillet 2021.
11. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Qualite-de-vie/Douleur/Soulager-par-des-techniques-non-medicales/Methodes-psycho-corporelles>. Consulté le 03 mai 2021.
12. <https://www.cancer.ca/fr-ca/cancer-information/diagnosis-and-treatment/complementary-therapies/hypnosis/?region=on#:~:text=La%20recherche%20a%20permis%20de,calmes%20et%20plus%20en%20contr%C3%B4le>. Consulté le 03 mai 2021.
13. <https://www.gustaveroussy.fr/fr/system/files/docutheque/mieuxvivreleccancer-2020.pdf>. Consulté le 03 mai 2021.
14. Zhang Q *et al.* Effectiveness of mindfulness-based stress reduction (MBSR) on symptom variables and health-related quality of life in breast cancer patients-a systematic review and meta-analysis. *Supportive Care in Cancer*. 2019;27:771-81.
15. Carson JW *et al.* Yoga for women with metastatic breast cancer: Results from a pilot study. *Journal of Pain and Symptom Management*. 2007;33:331-41.
16. <http://www.yoga-du-rire-observatoire.info/quest-ce-que-le-yoga-du-rire/>. Consulté le 08 juillet 2021.
17. [https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2019/03/Re%CC%81fe%CC%81rentiel-Soci-esthe%CC%81tique-valide%CC%81-1\\_compressed.pdf](https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2019/03/Re%CC%81fe%CC%81rentiel-Soci-esthe%CC%81tique-valide%CC%81-1_compressed.pdf). Consulté le 03 mai 2021.
18. [https://www.ligue-cancer.net/sites/default/files/brochures/sexualite-cancer\\_2020-01.pdf](https://www.ligue-cancer.net/sites/default/files/brochures/sexualite-cancer_2020-01.pdf). Consulté le 05 mai 2021.
19. <https://www.rose-up.fr/magazine/maison-vie-cancer/>. Consulté le 03 mai 2021.
20. [https://www.monreseau-cancerdusein.com/Association/Passage\\_en\\_Vercors-2](https://www.monreseau-cancerdusein.com/Association/Passage_en_Vercors-2). Consulté le 03 mai 2021.
21. <https://boutique.liguecancer.ch/files/klis/webshop/PDFs/francais/cancer-comment-en-parler-aux-enfants-022039102111.pdf>. Consulté le 03 mai 2021.
22. Institut National du Cancer. Vivre auprès d'une personne atteinte d'un cancer. Février 2006.
23. Ganem G *et al.* Maintaining professional activity during breast cancer treatment. *European Journal of Cancer Care*. 2016;25:458-65.
24. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Reprise-du-travail>. Consulté le 04 janvier 2021.
25. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Reprise-du-travail/Salariesdes-regimes-general-et-agricole>. Consulté le 04 janvier 2021.
26. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Reprise-du-travail/Agentsde-la-fonction-publique>. Consulté le 04 janvier 2021.
27. <https://www.e-cancer.fr/Patients-et-proches/Vie-professionnelle-et-etudiante/Reprise-du-travail/Artisanscommercants-et-professionnels-liberaux>. Consulté le 04 janvier 2021.
28. <https://www.ameli.fr/assure/droits-demarches/maladie-accident-hospitalisation/arret-travail-maladie/arret-travail-maladie-independants>. Consulté le 04 janvier 2021.
29. <https://www.unedic.org/indemnisation/vos-questions-sur-indemnisation-assurance-chomage/quedeviennent-mes-allocations>. Consulté le 04 janvier 2021.
30. [https://www.ligue-cancer.net/vivre/article/27760\\_services-domicile-comment-en-beneficier](https://www.ligue-cancer.net/vivre/article/27760_services-domicile-comment-en-beneficier). Consulté le 03 mai 2021.
31. <https://www.monreseau-cancerdusein.com>. Consulté le 04 janvier 2021.
32. <https://www.vivreavec.eu/cancer-du-sein-metastatique/cancer-sein-metastatique.html>. Consulté le 04 janvier 2021.
33. <https://collectif1310.fr>. Consulté le 04 janvier 2021.

# NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

