Les Petits Citoyens

Et si on s'parlait

du cancer

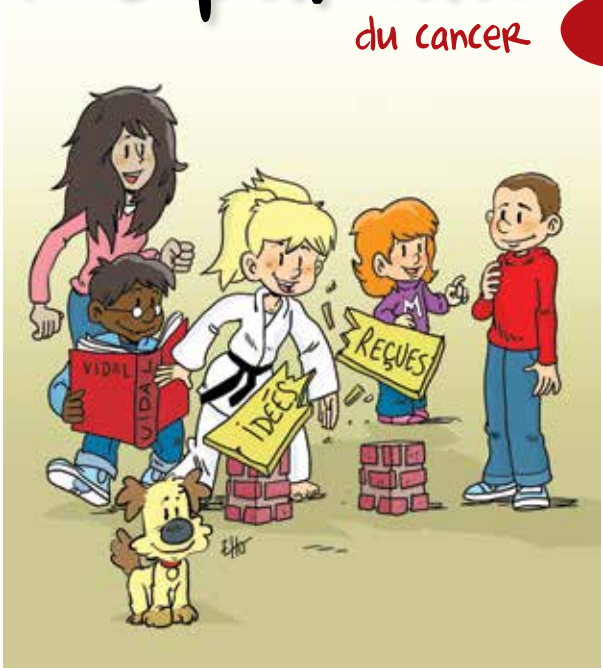
N°26

Production : Association *Les petits citoyens*
150 rue des Poissonniers - 75018 Paris
Conception : Catherine Jacquet - Yann Lasnier
Textes : Marie-Charlotte Lanta
Coordination éditoriale : Catherine Jacquet - Marion Pouvesle
Illustrations : Jérôme EHO
Conception graphique : *Les petits citoyens*
Relecture : Sylvie Guilhot
Remerciements au Dr. Clémentine Lopez, pédopsychiatre
Unité de psycho–oncologie, Département de soins de Support
Gustave Roussy

En partenariat avec le ministère de l'Éducation nationale

ISBN : 979-10-96629-37-4
Association *Les petits citoyens* - 2017 - Tous droits réservés

Et si on s'parlait du cancer ?



Et si on s'parlait Une collection pour les enfants dès 7 ans, initiée par l'association *Les petits citoyens*

Agathe

9 ans, en CM1

On dit de moi que je suis :

...Une rebelle qui parle fort, se mêle tout le temps de tout et est toujours là pour ses amis en cas de coup dur.

Ma devise : à tout âge, il faut se rebeller !

Arthur

11 ans, en CM2

On dit de moi que je suis :

...Un aventurier, toujours prêt à partager avec ses amis toutes ses découvertes !

Ma devise : qui ne risque rien, n'a rien !

Gary

8 ans, en CE2

On dit de moi que je suis :

...L'intello de l'équipe, un peu beaucoup geek aussi. Que je suis quand même grand malgré ma petite taille ! Et que je pourrais être astronaute.

Ma devise : c'est en cherchant que l'on trouve !

P'tite Marianne

7 ans, en CE1

On dit de moi que je suis :

...Un véritable pot de colle surtout pour mon frère Arthur. Je suis aussi curieuse et chipie à la fois. Je change d'avis tous les jours.

Ma devise : changer d'avis, c'est la vie !

Sarah

10 ans, en CM2

On dit de moi que je suis :

...Une originale, qui ne fait rien comme les autres et qui aime s'engager pour des causes justes.

Ma devise : s'engager, c'est le pied !

Choum

Ma devise : waouff !

Et si on s'parlait du cancer ?

Comme tu le sais probablement, le cancer est une maladie grave. Heureusement, avec les progrès de la médecine, on soigne de mieux en mieux cette maladie, aujourd'hui. **Mais quand on a eu affaire à cette maladie, ou qu'on a un copain malade, c'est pas toujours facile d'en parler.**

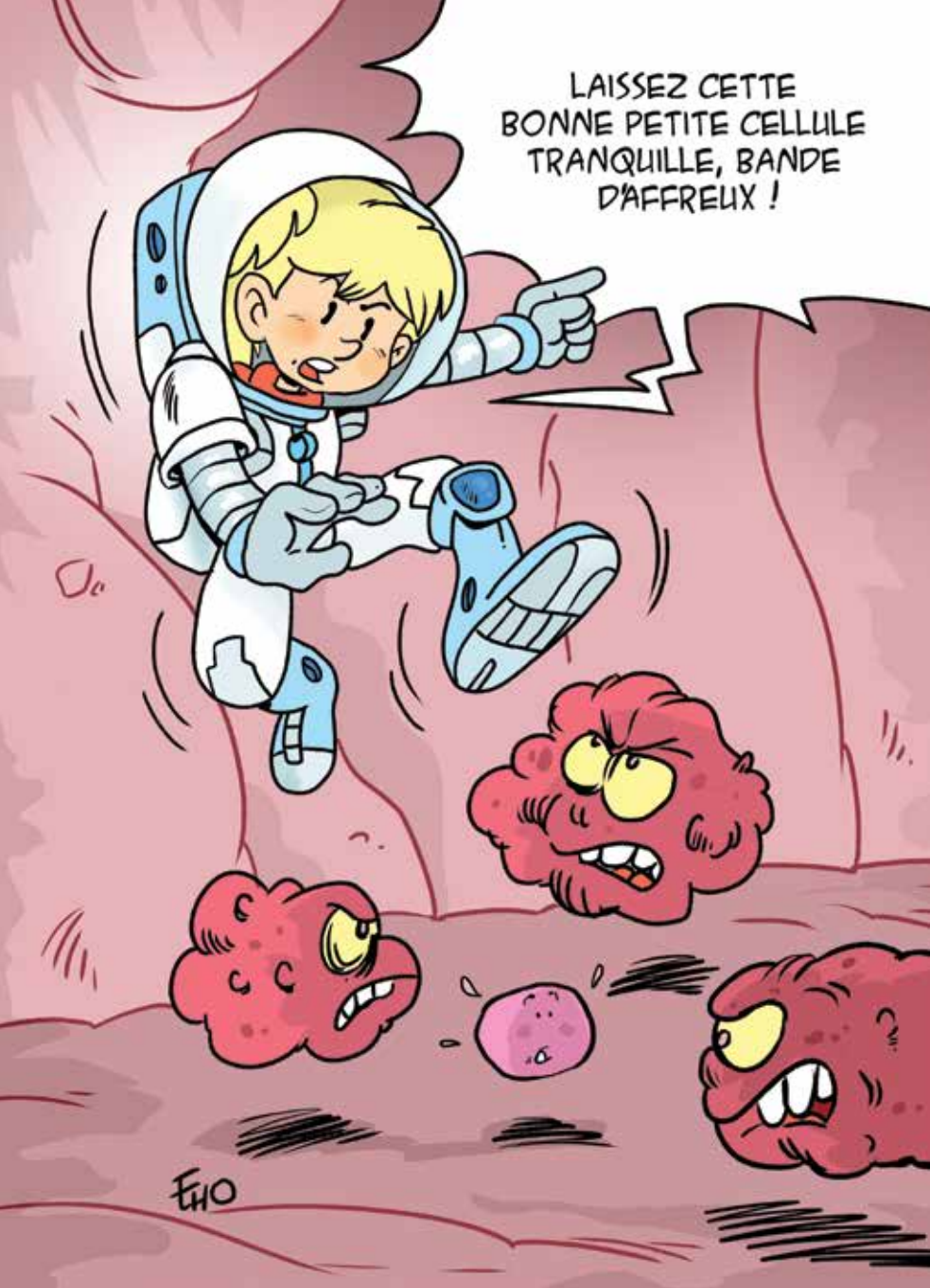
Avec ce nouveau numéro de la collection "Et si on s'parlait" **tu comprendras ce qu'est le cancer, quels sont ses traitements et leurs conséquences**. Tu trouveras des informations et les mots justes pour échanger avec ceux qui en ont envie. Parce que parler, ça permet de dédramatiser et ça peut aider à se rassurer sur ce sujet qui fait souvent peur.

Au programme :

Le cancer, c'est quoi au juste ? p. 7
Contagieux ou pas ? p. 9
Ça se soigne, Docteur ? p. 11
Quand la vie est bousculée p. 13
Les traitements, c'est pas cool ! p. 15
Être patient, c'est pas évident ! p. 17
Et après, c'est comment ? p. 19
Que d'émotions ! p. 21
Séance de rééducation amicale p. 23
Vive les copains ! p. 25

L'objectif :

Comprendre tout ce qui se cache derrière le mot "cancer".


LAISSEZ CETTE BONNE PETITE CELLULE TRANQUILLE, BANDE D'AFFREUX !
FHO

Le cancer, c'est quoi au juste ?

: Mais qu'est ce qui t'arrive, Agathe ?

: Je viens d'apprendre que ma copine Élise rentre à l'hôpital, elle a un cancer à la jambe, qui l'empêche de marcher. Tu crois qu'elle peut mourir ?

: Mais non, calme-toi ça va aller...

: Mais tu comprends pas ? C'est grave !!

: Bien sûr, je sais que c'est grave, mais ça se soigne.

: Mais ça veut dire qu'elle ne pourra plus venir à la danse avec moi.

: Attends, on n'en sait rien. Le CANCER, c'est des mauvaises cellules. Notre corps est composé de plein de cellules, qui ont un travail bien précis. Par exemple, les cellules des yeux servent à voir...

: Ah oui, et celles de la bouche à sentir le goût délicieux des bonbons ?!

: Oui ! Mais parfois, certaines cellules font n'importe quoi, elles se multiplient et parfois elles forment une boule qu'on appelle une tumeur. C'est ça, le cancer. On peut avoir un cancer dans les os, dans la tête, dans le sang...

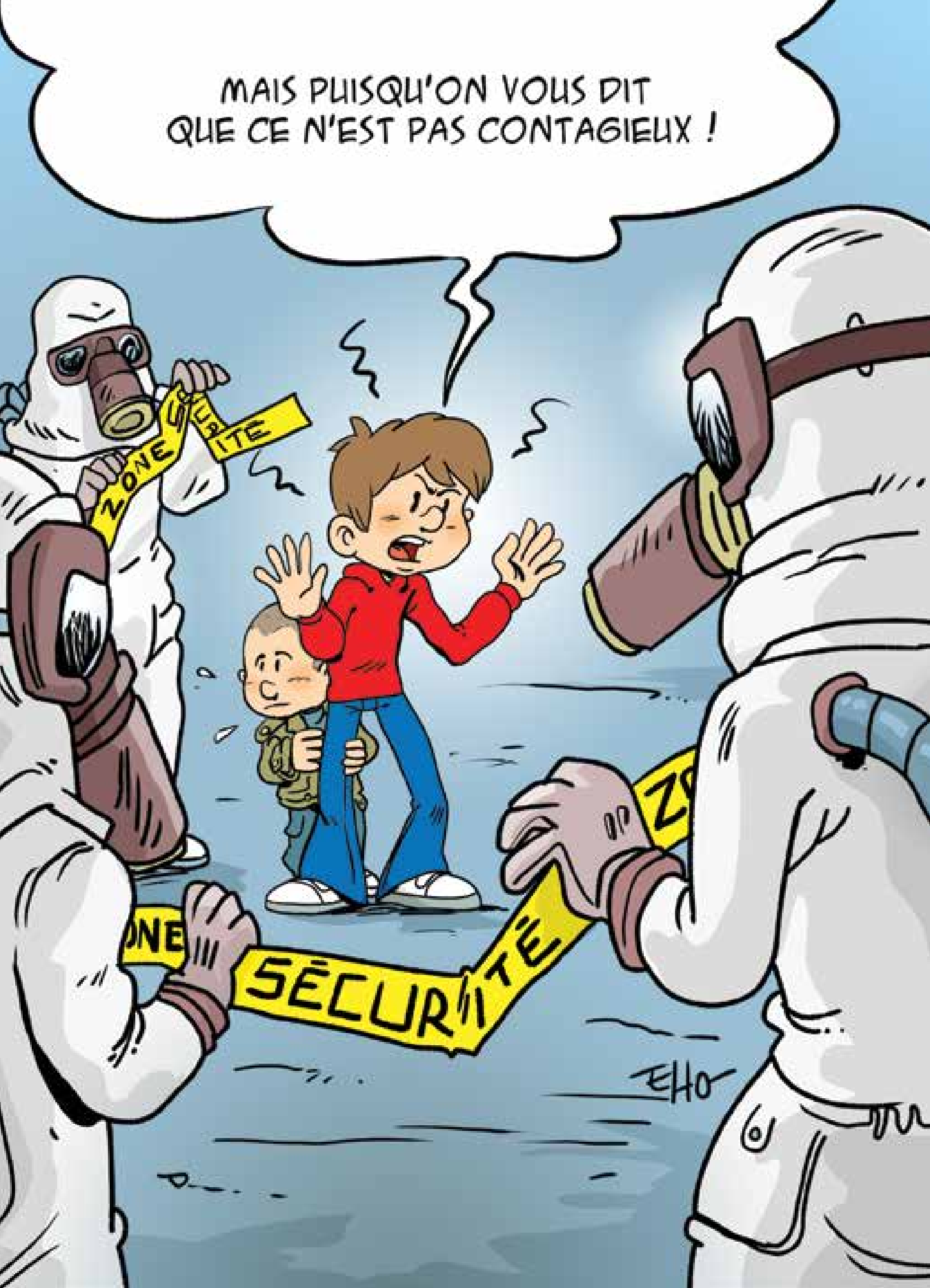
: Ah oui, c'est compliqué, il y a plein de cancers différents...

: Oui, ça dépend des cellules qui sont malades, mais les docteurs ont beaucoup de traitements pour soigner le cancer. Tu vas voir, on va lui enlever sa tumeur et Élise pourra sûrement retourner à la danse avec toi dans quelques mois !

: J'espère que tu as raison. Mais j'ai vraiment peur pour elle ! Ça m'inquiète, car j'ai l'impression que c'est vraiment grave ! En plus, je suis trop mal, parce qu'on s'est disputées la semaine dernière à cause d'un jeu qu'elle ne m'a pas rendu !

: Allez, t'inquiète. Aujourd'hui le cancer, on en guérit plus facilement et je suis sûre que les médecins s'occupent bien d'elle !

: Bon, je vais tout de suite lui écrire pour lui dire qu'elle peut garder mon jeu pour s'amuser à l'hôpital !


MAIS PUISQU'ON VOUS DIT
QUE CE N'EST PAS CONTAGIEUX !
ZONE
ITE
ONE
SÉCURITÉ
ZO
EHO

Contagieux ou pas ?

: Oh là là, je viens de regarder une vidéo sur les produits chimiques qui sont mis dans certains bonbons, c'est clair, moi, j'arrête d'en manger, j'ai trop peur d'attraper le cancer !

: T'es dingue ! Le cancer ça n'arrive pas aussi facilement, quand même !

: Oui et heureusement !

: Mais alors, pourquoi certains ont le cancer et d'autres pas ? C'est parce qu'ils ne font pas assez de sport ?

: Mais non ! Ceux qui tombent malades n'y peuvent rien ! J'ai un cousin qui a un cancer, mes parents m'ont expliqué qu'on ne sait pas d'où ça vient. C'est comme un accident du corps.

: Ben, ça fiche la trouille, quand même !

: Oui, mais c'est pas une raison pour y penser tout le temps ! Regarde, quand tu fais du skate sur le trottoir, tu ne penses pas à l'accident que tu pourrais avoir ! Pareil quand tu traverses la rue. On peut tous avoir des accidents, mais faut pas que ça nous empêche de faire des choses !

: Et puis quand on a un cancer, ça ne veut pas forcément dire qu'on va mourir, on peut se SOIGNER.

: Oui, c'est vrai, mon cousin va mieux aujourd'hui, on va même pouvoir partir ensemble cet été en colo !

: Mais tu n'as pas peur d'attraper son cancer ?

: Mais non, c'est impossible. Le cancer, c'est pas comme la grippe, c'est PAS CONTAGIEUX !

: Alors, je peux continuer à les manger, ces bonbons ?

: Oui. Mais pas des tonnes non plus, hein ! Sinon c'est pas un cancer que tu vas avoir, mais une indigestion.

: Donne m'en un, tiens ! À la fraise, mes préférés...

QUE LA SANTÉ SOIT AVEC TOI !
TZZINK!

Ça se soigne, Docteur ?

: Moi, ça me fait peur le cancer parce que j'ai entendu dire qu'on est soigné au rayon laser, ça doit faire super mal !

: Oh là là, n'importe quoi ! C'est pas comme dans Starwars ! Les rayons, c'est de la **RADIOTHÉRAPIE**. C'est une grosse machine sous laquelle tu es allongée et où ton corps reçoit comme des rayons de soleil hyper concentrés, pour brûler les mauvaises cellules.

: Mais il paraît qu'on vomit tout le temps et qu'on perd ses cheveux à cause du cancer...

: Moi, on m'a dit qu'il y a plein de cancers différents, et qu'il y a trois grandes façons de les soigner. Quelquefois, on prend des médicaments. C'est ce qu'on appelle la **CHIMIOTHÉRAPIE**. Ça peut donner envie de vomir et faire tomber les cheveux.

: Et puis il y a la **RADIOTHÉRAPIE**, les fameux rayons !

: Et aussi la solution de **L'OPÉRATION** pour enlever la tumeur.

: Ça ressemble à une bataille tout ça ! Les médicaments, les rayons, l'opération, pour se défendre contre les mauvaises cellules !!

: Ce qui est rassurant, c'est qu'on a tout un tas de trucs efficaces pour soigner le cancer et qu'on a de super médecins !

: Mais ça prend combien de temps pour aller mieux ?

: Tous ces traitements demandent du temps, c'est vrai que c'est long, souvent plusieurs mois !

: C'est pour ça que moi, je vais voir Mamie à l'hôpital pendant ses traitements. Ça lui fait plaisir et ça l'aide à passer le temps !

: Ah, on a le droit d'aller à l'hôpital ?

: Ben oui, les hôpitaux autorisent de plus en plus souvent les enfants à venir voir leur famille ou leur copain. Suffit de demander !

DITES, VOUS AURIEZ UNE CHAMBRE POUR DEUX SEMAINES DE VACANCES ?
ACCUEIL
EHO

Quand la vie est bousculée

: J'en ai marre d'aller à l'école ! Des fois je me dis qu'ils ont de la chance ceux qui sont **MALADES**. Ils restent tranquilles, dans leur lit toute la journée, à jouer sur leur tablette. C'est trop top, ils vont plus à l'école !!

: Mais n'importe quoi ! T'imagines, y a plein de trucs que tu peux plus faire.

: Et puis tu vois vachement moins les copains !

: Et t'es souvent fatigué...

: T'es aussi obligé de rattraper les cours, c'est pas des vacances !

: C'est dur aussi pour la famille à qui tu manques beaucoup quand t'es à l'hôpital et puis tu dois te sentir un peu seul à l'hôpital...

: Parfois, t'es même obligé d'avoir toujours un appareil avec toi pour recevoir des médicaments ou à manger. J'ai vu quelqu'un comme ça, à la bibliothèque, il a toujours un petit tuyau dans le nez pour se nourrir, ça doit être pénible !

: Bon ça va ! J'ai dit n'importe quoi !

: Ça doit être compliqué cette nouvelle vie et surtout à l'hôpital, t'as pas d'amis.

: Mais si, on peut aussi faire de belles rencontres dans ces moments-là. Y a d'autres enfants, on n'est pas tout seul, et on peut faire des activités.

: Et puis, on peut aussi continuer l'école à l'hôpital, ou à la maison si on n'est pas trop fatigué.

: D'accord, mais n'empêche, j'attends les vacances avec impatience !

UN NOUVEAU LOOK, ÇA VOUS TENTE ?!!
M
LOOK
EHo

Les traitements, c'est pas cool !

: Oh là là, j'arrête pas de perdre mes cheveux, c'est pas à cause du cancer ?

: C'est pas le cancer qui fait perdre les cheveux, c'est les **TRAITEMENTS** comme la **CHIMIOTHÉRAPIE**. Tu sais bien, c'est ce que Papa nous a expliqué.

: Mais c'est les médicaments qui rendent malade ?

: Les traitements du cancer sont des médicaments très forts pour essayer de faire disparaître toutes les mauvaises cellules. Le problème c'est qu'au passage, ils peuvent abimer aussi des cellules qui font bien leur travail comme les cellules des cheveux.

: Oui, en fait les problèmes comme le fait de **PERDRE DES CHEVEUX**, c'est pas une maladie, c'est une réaction du corps aux médicaments.

: Eh oui, à cause des médicaments, on peut aussi être **FATIGUÉ**, on peut avoir mal au ventre et même parfois on peut **VOMIR**.

: Ah oui, comme la fille qui a plus de cheveux, qui prend le bus avec nous. Elle est tout le temps essoufflée, elle a l'air fatiguée. Nous, on lui laisse toujours une place pour s'asseoir, mais y en a qui se moquent d'elle.

: C'est pas sympa ! Ceux qui se moquent, ils ne comprennent rien. Elle a pas choisi d'être malade. Moi, je la trouve très courageuse de continuer à aller à l'école.

: J'espère qu'elle n'est pas toute seule !

: Non, elle a même plein de copines. D'ailleurs, si elle avait été toute seule, je serais allée lui parler, il parait qu'elle est super marrante !

: Et si on lui proposait de participer à notre spectacle de fin d'année ?

T'INQUIÈTE, GARY...
RECHUTER COMME ÇA...
ÇA ME VA !
EHO

Être patient, c'est pas évident !

: J'ai pas compris, dans mon club de judo, mon copain Ludo qui a été absent longtemps parce qu'il a eu un cancer est revenu, mais il ne suit pas les entraînements comme nous. Il a l'air souvent fatigué, alors qu'il n'est plus à l'hôpital. Il est encore malade ou quoi ?

: Tu sais, ça doit être difficile pour lui. Après un cancer, c'est pas comme après une varicelle, il faut du temps pour récupérer !

: Tu crois ? Il dit pourtant que son traitement est terminé et qu'il ira beaucoup moins à l'hôpital...

: Tant mieux, mais après, il faut que son corps reprenne des forces.

: En fait, c'est quoi le problème, Gary ? Qu'il ne soit pas tout à fait comme avant ?

: Ben, ça me fait peur qu'il retombe malade. J'ai entendu dire qu'on pouvait RECHUTER, que le cancer pouvait revenir.

: Oui, c'est vrai, ça peut arriver, mais ce n'est pas obligé et les docteurs sont toujours là pour nous aider, même après la maladie.

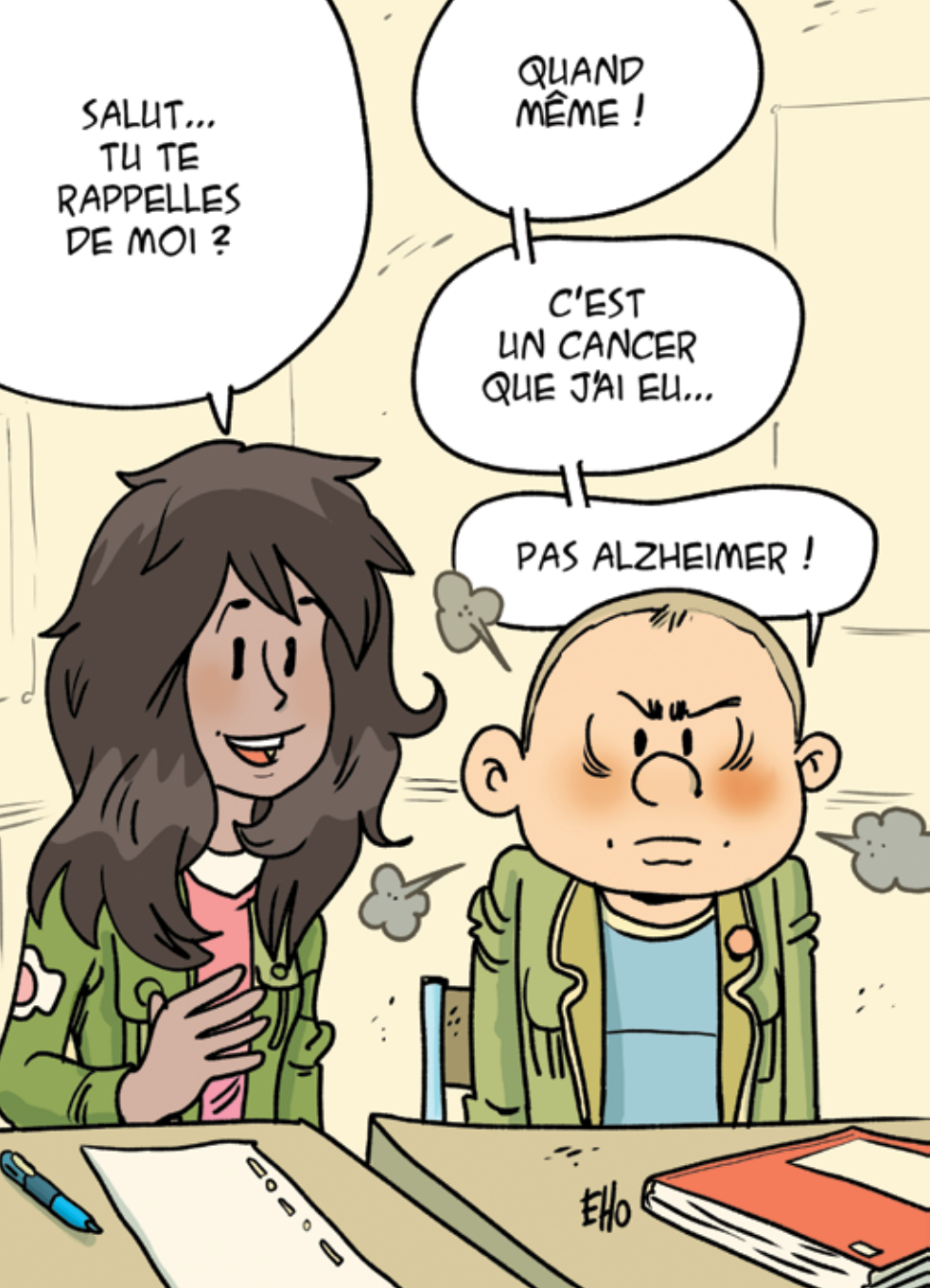
: Il a déjà repris les entraînements, c'est qu'il va de mieux en mieux ! Et ça doit lui faire du bien de reprendre le sport.

: Je crois que chaque cancer est différent ! Et en plus, on réagit pas tous de la même manière aux traitements.

: Ah, ça me rassure, je pensais qu'après un cancer, on ne pouvait plus faire les choses comme avant.

: En fait, on est tous différents, il ne faut pas faire de généralités.

: Vous avez raison. Je vais être patient, parce que ça serait vraiment cool de faire un match avec lui !


SALUT... TU TE RAPPELLES DE MOI ?
QUAND MÊME !
C'EST UN CANCER QUE J'AI EU...
PAS ALZHEIMER !
EHO

Et après, c'est comment ?

: Oh là là, j'ai vu un film triste ! Il y avait une fille qui avait eu un cancer et elle était guérie, mais tout le monde se moquait d'elle, parce qu'elle avait beaucoup grossi à cause des médicaments. Ça m'a fait de la peine !

: Moi, ce que je trouve triste, c'est que certains se permettent de se moquer du physique des autres.

: En plus, c'est pas de sa faute, ça doit être déjà assez dur pour elle de prendre des médicaments.

: C'est trop pourri de juger les autres sur leurs différences !

: T'as raison, c'est tellement facile de se moquer ! Faudrait mieux essayer de lui parler et de voir comment on peut l'aider.

: Mais tu crois qu'elle a envie d'en parler ? Moi j'aimerais pas !

: Moi, si jamais ça m'arrive, je voudrais sentir qu'on me RESPECTE et qu'on M'ACCEPTE, même avec ma maladie !

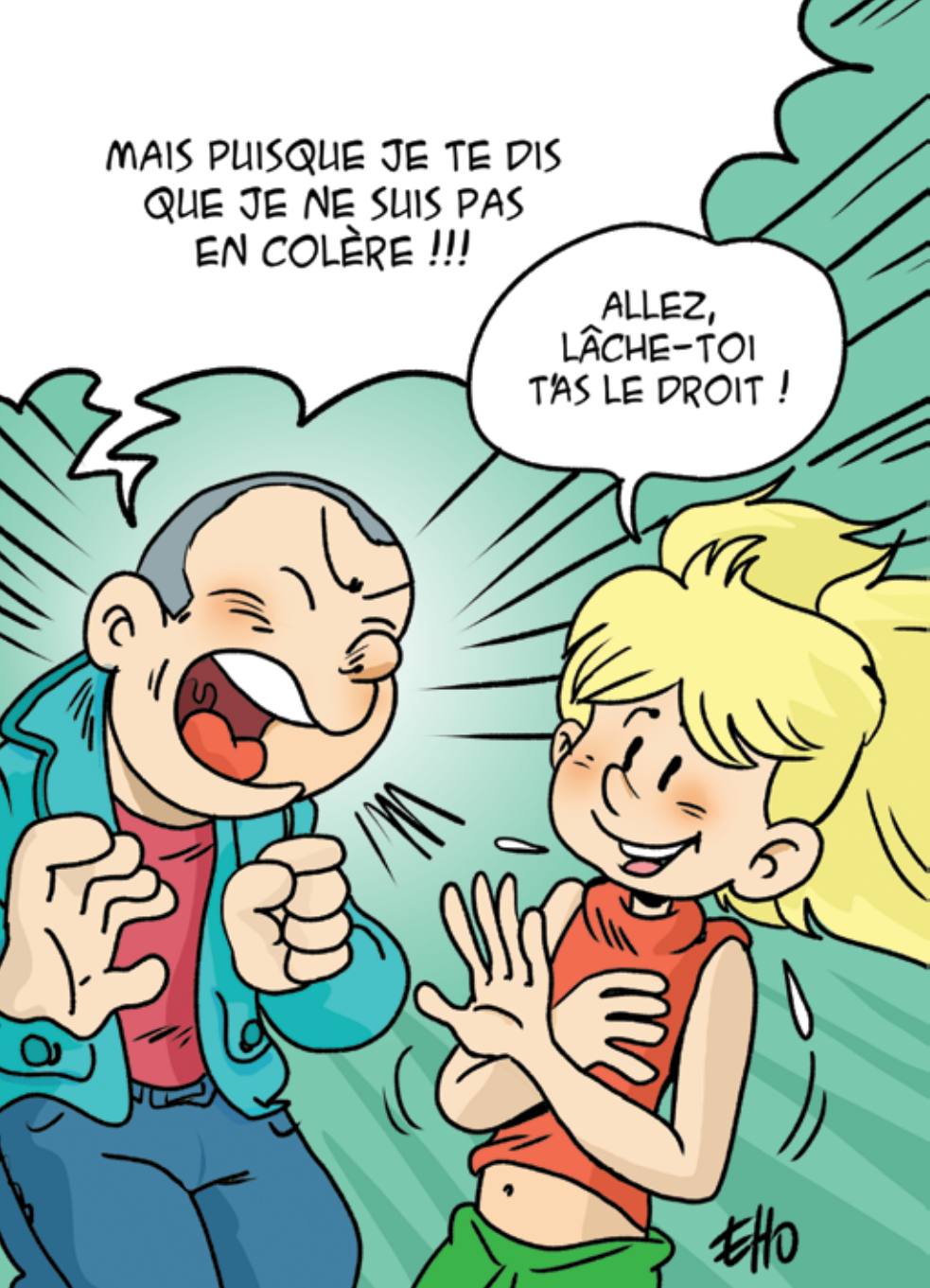
: Oui, c'est sûr que si on se sent apprécié par les autres, c'est plus facile d'en parler.

: Ça doit être l'angoisse de retourner à l'école quand ton traitement est terminé. Tu ne sais pas comment en parler et puis tu dois pas toujours avoir envie de répondre aux questions des autres.

: Oui, déjà t'as les devoirs à rattraper, et en plus, comme tu as été longtemps absent, c'est un peu comme si t'étais un petit nouveau !

: À mon avis, t'es content de retrouver des copains pour discuter. Si j'étais à la place de cette fille, je raconterais mon histoire pour que les autres me comprennent mieux et me regardent pas comme quelqu'un de différent.

: Finalement, ce qui est important c'est d'essayer de comprendre les autres, plutôt que les juger !


MAIS PUISQUE JE TE DIS QUE JE NE SUIS PAS EN COLÈRE !!!
ALLEZ, LÂCHE-TOI T'AS LE DROIT !
ELHO

Que d'émotions !

: C'est bizarre, les parents de ma copine Élise qui a un cancer m'ont raconté qu'elle est tout le temps **EN COLÈRE**...

: Ben oui, elle doit se demander pourquoi ça tombe sur elle !

: Je sais pas, moi, j'aurais imaginé qu'elle serait **TRISTE** plutôt...

: Tu sais, quand on a des soucis, on peut être triste mais aussi très en colère. Alors on en veut à tout le monde, même si on sait bien que ce n'est la faute de personne !

: Moi, si j'avais un cancer, je crois que j'aurais vachement peur !

: Oh oui, ça fiche la trouille...

: On peut avoir plein **D'ÉMOTIONS** mélangées comme la peur, la tristesse, la colère. On peut aussi avoir, en plus, la honte de ne pas être comme tout le monde.

: Ses parents m'ont expliqué aussi qu'Élise s'en veut d'être malade. Elle a peur de leur faire de la peine et du souci.

: Élise ne va quand même pas se sentir coupable ! Elle n'y est pour rien si elle est malade ! C'est la faute à "pas d'chance" !

: Elle dit que c'est trop **INJUSTE**, pour toute sa famille et elle se sent punie de devoir rester à l'hôpital.

: Ça serait sympa que toutes ses copines lui écrivent une carte. Tu pourrais lui apporter, si c'est possible ?

: Tu as raison et je vais essayer de la rassurer. Je vais lui dire qu'on va bien la soigner, et que c'est normal d'être tout chamboulé et même en colère. Et que nous, on reste ses amis et qu'on l'aime pour la vie !

POURQUOI, MAINTENANT QUE TU ES EN CONVALESCENCE, TU NE VEUX PAS JOUER AUX JEUX VIDÉO AVEC MOI ?!!
DEVINE !
EHo

Séance de rééducation amicale

: J'en ai marre, j'arrive jamais à inviter mon copain Ludo à jouer aux jeux vidéo ! Depuis qu'il est sorti de l'hôpital, c'est compliqué !

: Peut-être que tu le saoules avec tes jeux vidéo ?

: T'es fou ? Je sais qu'il adore ! Mais il a toujours plein de rendez-vous obligatoires pour de la **RÉÉDUCATION** ou je sais pas quoi...

: Mais insiste un peu, je suis sûr qu'il a besoin de te voir pour se changer les idées !

: Ben, j'en suis pas si sûr... Il m'a dit par SMS de le laisser tranquille et qu'il n'a pas besoin de moi. J'ai trouvé ça super vexant. Il a intérêt à s'excuser.

: Mais faut le comprendre aussi ! Après un cancer, c'est sûr qu'il doit avoir plein de rendez-vous avec les médecins et en plus, ça doit pas être facile pour lui de t'en parler.

: Ah oui, je le connais Ludo, il va voir un **OPHTALMOLOGISTE**, pour améliorer sa vue qui a baissé, comme moi.

: Oui, et en plus, il a des cours pour rattraper les leçons et je sais qu'il va voir un psychologiste.

: Tu veux dire un **PSYCHOLOGUE** ! Celui à qui tu peux raconter tous tes problèmes. Après avoir été à l'hôpital si longtemps, il a sûrement besoin d'en parler...

: Mais c'est aussi super important de voir ses amis ! Il t'a peut-être répondu comme ça, parce qu'il a juste très peur que tu ne le voies plus de la même manière qu'avant.

: Ah ouais, j'y avais pas pensé. Et si j'appelais ses parents pour prendre rendez-vous pour sa rééducation amicale ? Je suis sûr qu'il a besoin de rattraper le retard qu'il a pris dans les jeux vidéo !

COUCOU !
BISOUS !
HELLO !
SALUT !

Vive les copains !

: Moi, j'aurais trop peur de plus voir mes copains si je devais rester à l'hôpital longtemps. Mon ami Ludo, il y est allé tous les mois pendant presque un an pour son cancer ! C'est trop long !!

: C'est pareil pour Élise, ça fait vraiment trop longtemps ! Je suis inquiète et je ne sais pas quoi faire.

: Et vous êtes allés les voir ?

: Ben moi, j'y suis allée ! Mais elle était tellement fatiguée que j'ai pu rester seulement deux minutes !

: Moi, j'aurais bien aimé, mais c'était impossible. Il n'y a que sa famille qui pouvait y aller ! Je lui ai envoyé des mails mais c'est pas pareil que de se parler. Du coup, j'ai demandé à sa sœur de lui apporter un cadeau pour moi.

: Tu sais, quand on est malade, c'est important de **SAVOIR QU'ON PENSE À TOI**.

: C'est vrai la sœur de Ludo m'a dit que mon cadeau lui avait fait super plaisir, pourtant c'était pas grand-chose.

: Oui, et moi je suis contente, car je sais qu'Élise s'est fait des amis là-bas.

: C'est vrai ! L'important, c'est de ne pas rester seul. On peut se faire des amis partout !

: Et puis maintenant, on a des tablettes et des applis. Ça permet de se voir et de se parler tous les jours, c'est top ! Dès que Ludo ira mieux, je l'appellerai pour lui raconter les nouvelles de l'école !

: Quand je serai adulte, j'inventerai une appli pour se téléporter, vous verrez ! Comme ça, on pourra rendre visite aux copains à l'hôpital, tout en étant en classe, la classe !!

J'ai pigé !

Le cancer est une maladie grave, mais on peut la soigner ! C'est comme un accident du corps avec des cellules qui forment une boule qu'on appelle une tumeur.

Il existe différents types de cancer, selon leur emplacement et leur développement. On ne sait pas vraiment d'où ils viennent, et le malade n'y est pour rien !

C'est normal d'avoir de grosses émotions avec une maladie grave comme celle-là ! Dans ces cas-là, en parler avec ses amis ou sa famille, ça fait parfois du bien.

Quand on apprend qu'on est malade d'un cancer, ou qu'un proche l'est, c'est l'angoisse et on se dit que c'est injuste ! On passe par toutes les couleurs avec la peur, la colère, la tristesse...

Il faut du temps pour soigner un cancer. Les traitements sont longs et parfois difficiles à supporter. Le cancer, c'est aussi une affaire de patience !

La vie est profondément chamboulée pour le malade et son entourage. C'est important de savoir qu'on n'est pas seul et qu'on peut quand même faire certaines activités et se réjouir de plein de petits moments de partage.

L'amitié et l'entourage sont importants et ils peuvent permettre de garder le moral et de continuer à s'épanouir. Aujourd'hui il y a plein de moyens de rester en contact, même à l'hôpital, grâce à Internet !

Quand on est malade, on peut se sentir seul et différent des autres. Ce n'est pas facile d'en parler aux copains !

T' as la collection

Et si on s'parlait ?

D'autres numéros à découvrir !

lespetitscitoyens-laboutique.com

Toi aussi,
SOIS MALIN DANS TA TÊTE ET CITOYEN DANS TES BASKETS !
Abonne-toi gratuitement à l'hebdo sur le site.

Les Petits Citoyens

Et si on s'parlait

En suscitant le questionnement, le débat et la curiosité au travers des textes et des illustrations, cette collection contribue au développement d'une citoyenneté active dès le plus jeune âge et donne aux enfants le goût de lire et de réfléchir.

Dès 7 ans

Association *Les petits citoyens*
150 rue des Poissonniers
75018 Paris
Tel. : 01 53 09 00 35

www.lespetitscitoyens.com

Avec le soutien de :

GUSTAVE ROUSSY CANCER CAMPUS GRAND PARIS

Chagrin Scolaire

Bristol-Myers Squibb