

## ENTRETIEN AVEC ESTELLE DUPONT DE « LA NIAQUE L'ASSO »



### Pourriez-vous nous en dire plus sur La Niaque l'asso ?

En 2015, Sophie Caruso, alors directrice d'un cabinet de conseil en gestion de carrière, est personnellement confrontée à la maladie au sein de son entourage. Elle réalise l'impact profond que peut avoir un cancer sur la vie professionnelle. Ce choc est renforcé par un constat alarmant de l'Institut National du Cancer : une personne sur trois quitte ou perd son emploi dans les deux ans suivant son diagnostic.

Forte de son expérience en accompagnement professionnel, elle décide d'agir à son échelle. Dans le cadre de la politique RSE de son cabinet SC Conseil, elle développe un programme pilote d'accompagnement au retour à l'emploi pour les personnes touchées par un cancer : La Niaque. Ce programme innovant propose un accompagnement individualisé et bienveillant, axé sur la reconstruction de soi, la confiance et la redéfinition d'un projet professionnel après la maladie.

Grâce à l'engagement des équipes de SC Conseil, plus d'une centaine de personnes bénéficient gratuitement de ce soutien sur mesure, leur permettant de retrouver une dynamique d'emploi ou de réorienter leur parcours professionnel.

Face au succès du programme et à la demande croissante, un tournant s'impose. En 2022, La Niaque devient une association à part entière : La Niaque L'Asso, pour élargir son action à l'échelle nationale, renforcer ses partenariats avec les acteurs de santé et les entreprises et intervenir dans les territoires les plus isolés ou les plus précaires.

Aujourd'hui, La Niaque L'Asso est portée par sa fondatrice, une équipe engagée, une centaine de bénévoles professionnels (coachs, consultants, recruteurs, professionnels de santé, etc.), et un réseau d'experts. Ensemble, ils proposent des ateliers collectifs, des suivis individuels s'appuyant sur des outils performants : bilans professionnels, pitch des projets professionnels, simulations d'entretiens vidéo.

### Pourquoi avoir choisi de s'investir dans l'association La Niaque ?

Touchée par un cancer, j'ai traversé une période de bouleversements intenses — sur le plan physique, bien sûr, mais aussi psychologique et professionnel. Une fois les traitements terminés, une nouvelle étape a commencé : celle de l'après-cancer. C'est souvent là que le vrai défi commence.

On se retrouve transformée. On aspire à autre chose, on se pose mille questions. On doit réapprendre à s'écouter, à se faire confiance et surtout, à oser avancer, malgré les doutes. C'est dans ce contexte que j'ai découvert l'association La Niaque, dont la mission m'a tout de suite parlé : accompagner celles et ceux qui, après la maladie, veulent rebondir professionnellement.

J'ai pu bénéficier d'un accompagnement individuel à travers un programme de coaching sur mesure. Ces séances m'ont aidé à reconstruire un projet professionnel aligné avec la personne que j'étais devenue. Elles m'ont permis de retrouver confiance en moi, de me reconnecter à mes envies profondes, et surtout, de cultiver cette fameuse « niaque » qui permet de faire un vrai grand saut vers l'après.

Ce programme a été un véritable soutien. Et naturellement, une fois remise, une évidence s'est imposée à moi : à mon tour, je voulais redonner. J'avais tant reçu pendant mon parcours de soin que le bénévolat s'est imposé comme une suite logique. Lorsque j'ai rencontré Sophie et toute l'équipe de La Niaque, je n'ai pas hésité une seconde à leur proposer mon aide.

Aujourd'hui, je suis fière de m'engager auprès de cette belle association. Parce que je sais, pour l'avoir vécu, combien il est précieux d'être accompagné, écouté et soutenu à un moment clé de sa vie.



## Quels types d'actions vont être menés ?

L'association La Niaque ne se contente pas d'accompagner individuellement les personnes touchées par la maladie : elle agit aussi pour faire évoluer les mentalités autour de l'après-cancer, notamment en entreprise. Car reprendre le travail après une telle épreuve ne va pas de soi. Ce retour soulève de nombreuses questions : comment retrouver sa place ? Comment parler de ce que l'on a vécu ?

Comment concilier ses nouvelles priorités avec les exigences du monde professionnel ? C'est pourquoi La Niaque déploie aujourd'hui plusieurs actions pour sensibiliser les employeurs, les RH, les collègues, mais aussi les professionnels de santé. Conférences, ateliers, témoignages, partenariats etc.

L'objectif est de faire du retour au travail une étape inclusive, bienveillante et respectueuse du parcours de chacun. Mais l'engagement de La Niaque va plus loin. L'association mène également des missions de plaidoyer auprès des pouvoirs publics afin de faire bouger les lignes, de défendre les droits des personnes en rémission et de promouvoir des politiques mieux adaptées à leurs réalités. Parce que la guérison ne s'arrête pas à la fin des traitements, il est urgent de penser l'après-cancer comme un véritable enjeu de société. Informer, former, écouter, et porter la voix de celles et ceux qui ont traversé la maladie : c'est en unissant nos forces que nous pourrons bâtir un monde du travail plus solidaire, plus humain... et plus audacieux.

Nous devons collectivement changer de regard. Informer, former, écouter, adapter : c'est ainsi que nous construirons une société où l'après-maladie n'est plus un saut dans l'inconnu, mais un chemin accompagné, reconnu et respecté.

Dans cette dynamique, La Niaque souhaite aujourd'hui renforcer ses actions de sensibilisation au cœur des territoires dont Charbonnières, en allant directement à la rencontre des entreprises et des partenaires locaux. Nous lançons un appel au tissu économique : collaborons, dialoguons, co-construisons.



Nous envisageons d'organiser une conférence sur le territoire de Charbonnières et des rencontres thématiques avec ses acteurs locaux, pour ouvrir des espaces de parole, partager des expériences concrètes et réfléchir ensemble à des pratiques plus inclusives. Car c'est au plus près du terrain que les choses peuvent véritablement évoluer. Une société plus solidaire, plus lucide... et plus audacieuse se construit localement, avec celles et ceux qui osent faire bouger les lignes.

## Le mot de la fondatrice

Cet article a guidé ma vie, mes engagements professionnels et associatifs.

Parce que l'injustice me révolte ;  
parce que l'égalité est une valeur primordiale à mes yeux ;  
parce que le droit au travail participe de la dignité de l'être humain ;  
parce qu'une vie se réalise au travers d'une oeuvre, qu'elle soit sociale, artistique, économique ou humanitaire ;  
parce qu'il serait inconcevable d'être abandonné dans les périodes les plus vulnérables de notre vie ;  
j'ai décidé de créer La Niaque l'Asso.

La Niaque l'Asso est pensée comme un puissant levier pour aider celles et ceux qui, après un coup dur (accident de la vie, maladie, cancer, etc) ont besoin d'un accompagnement adapté pour se retrouver et oser aller vers un avenir professionnel choisi, adapté et épanouissant.

Au cœur de l'ADN de l'association : une conviction forte que la maladie ne doit pas définir une personne, et qu'avec un accompagnement adapté, il est possible de reprendre le pouvoir sur son avenir professionnel et personnel. Une mission : proposer une aide gratuite, inconditionnelle et accessible à toutes les personnes touchées par une maladie chronique ou un cancer, quel que soit leur parcours.

