

RECONSTRUCTION Depuis six ans, la Fondation Léman hope propose à des patients âgés de 8 à 21 ans, en rémission d'un cancer, de devenir moussaillons sur un voilier pendant plusieurs jours. «Le Temps» a suivi une de ces aventures lacustres



A bord de la croisière de la Fondation Léman hope pour les jeunes en rémission du cancer. (PHOTOS: AU LARGE DE PULLY, 9 JUILLET 2026)

Des croisières à la voile thérapeutiques pour dépasser le cancer

TEXTE: JADE ALBASINI
PHOTOS: KARINE BAUZIN POUR LE TEMPS

A 9h30, le zodiac s'approche d'un des voiliers au large: le Dechalau. Comme sept autres bateaux à proximité, il a hissé le drapeau de Léman hope, une fondation basée à Lausanne qui soutient les enfants et adolescents en rémission d'un cancer. Au loin, on entend des rires et la voix distinctive de Shakira en musique de fond. C'est l'heure du petit-déjeuner avant la première session de paddle tracté. Noémie et Louana s'occupent du pain perdu pendant qu'Océane et Kelly décrivent leur navire. «C'est le meilleur! Et c'est ici qu'il y a le plus d'ambiance. Personne ne s'ennuie», sourient les deux adolescentes.

La veille, elles traversaient le Léman de Pully à Thonon-les-Bains. Le lendemain, l'itinéraire prévu part d'Yvoire direction Rolle. A bord de ces huit embarcations se trouvent des équipages composés en majorité de *survivors* âgés de 8 à 21 ans, un terme utilisé à l'interne pour désigner des jeunes qui ont combattu la maladie. Durant ces aventures lacustres, ils sont accompagnés par des moniteurs et des skippers expérimentés. *Le Temps* a pu embarquer sur l'une de ces croisières thérapeutiques qui durent en tout cinq jours et quatre nuits. Créées en 2020, elles ont été conçues pour que ces enfants et adolescents reprennent confiance

en eux et se projettent dans l'avenir.

Elles mettent également en avant une étape peu visible du cancer pédiatrique: la reconstruction, une phase pourtant essentielle après avoir été immergés dans le monde des soins, coupés du quotidien des jeunes de leur génération. «On est passé de quelques enfants à la première édition à 80 cet été sur l'ensemble des trois aventures réparties sur le mois de juillet. Près de la moitié revient après avoir déjà testé l'expérience. Cette semaine sur les voiliers, on compte 32 *survivors* et 9 frères et sœurs. Depuis deux ans, on les accueille aussi car ils sont parfois les grands oubliés de ces épreuves familiales alors qu'ils sont aussi impactés», explique Camille Crittin, chargée de communication pour la fondation.

Partage et pied marin

Sur le Dechalau par chance, les «matelotes» ont toutes le pied marin. A peine arrivées sur le pont, ce groupe de filles âgées de 15 à 18 ans a tissé des rapports profonds. Elles n'ont pas hésité à comparer leurs cicatrices avant leur premier plongeon. «Mes potes sont choqués et ne savent pas comment réagir. Ils ne comprennent pas ce que ça implique d'avoir un cancer. J'ai toujours envie d'aller leur dire: recherche sur Google!» réplique Océane, fatiguée d'être pédagogue. «Ça crée un lien direct d'avoir vécu la même chose», répond Noémie.

Hélène Lasserre Bovard, médecin pédopsychiatre à Amphipsy à Lausanne est également une skipper avertie des croisières de Léman hope. Elle ajoute: «Les *survivors* vivent, hélas, encore des formes de rejet, surtout à l'école face à l'ignorance des autres. A bord, ils sont acceptés tels qu'ils sont.» Un soutien incalculable. Sur le voilier, il n'y a aucune injonction à parler de la maladie et de son impact. «Certains sont totalement décomplexés et veulent échanger sur ce qu'ils ont traversé. D'autres préfèrent ne pas mentionner leurs séquelles. De toute façon, ils se comprennent toutes et tous même sans paroles», dit encore Camille Crittin.

«Ça crée un lien direct d'avoir vécu la même chose»

NOÉMIE, PARTICIPANTE

Il y a quand même des règles à suivre: gilets de sauvetage en permanence sur le pont et gilets de natation une fois dans l'eau. «Les skippers et moniteurs ont suivi des formations pour être sensibilisés au cancer pédiatrique mais aussi aux techniques de sauvetage en mer.» Une fois par jour, tous les équipages rejoignent la terre ferme. Et au port, une équipe médicale est à disposition pour un

suivi, si nécessaire. «C'est une précaution surtout pour rassurer les parents», précise-t-elle en mentionnant leur étroite collaboration avec le CHUV et les HUG.

En Suisse, environ 350 enfants reçoivent un diagnostic de cancer chaque année. Pour celles et ceux qui sont depuis en rémission, ces croisières thérapeutiques émergent comme des îlots de déconnexion. «Pour ces enfants et adolescents, ce sont des moments de rupture. Ils font parfois plus de bien en cinq jours qu'en une année de thérapie. Avec la navigation, ils ont vraiment la sensation de reprendre le contrôle de leur vie», observe Hélène Lasserre Bovard.

Des «survivors» transformés

Elle note d'autres avantages à cette activité: d'abord le microcosme qui pousse au vivre-ensemble avec pour conséquence une vigilance accrue quant au bien-être des jeunes par les accompagnants, le rapport à l'instant présent mais surtout la confrontation aux éléments naturels. «Larguer les amarres, c'est quitter la terre et se laisser porter par le vent. Sur l'eau, les participantes et participants découvrent un nouvel équilibre et une façon de s'appropriier l'espace en mouvement. Ils retrouvent contact avec leur corps», explique la spécialiste. La baignade, longtemps proscrite pendant les traitements, prend aussi un autre sens. Une forme de liberté. «Au débarquement, les parents nous disent voir

arriver leur enfant, non plus l'enfant qui a été malade. Les *survivors* sont transformés. L'impact est aussi visible sur la fratrie car ce sont des membres de la famille qui ont tendance à s'écraser. Au moins sur le bateau, ils ont osé prendre plus de place!» analyse encore la pédopsychiatre qui a déjà accompagné cinq croisières de Léman hope.

«On est censé les booster mais c'est l'inverse qui se passe»

VÉRONIQUE, MONITRICE

Un des navires baptisé le Tabazan a lui mis le cap sur la plage d'Yvoire en France voisine. Ici, les mousses, uniquement des filles, ont entre 10 et 11 ans. Les équipages sont sélectionnés par âge, genre et langue. Il y a aussi quelques participants venus de Suisse allemande dans le lot. Petit moment dédié à la chanson française avec le tube *les filles, les meufs* de Marguerite, ancienne participante de la Star Academy. Xavier et Véronique, le skipper et la monitrice de ce navire, ont déjà traversé l'Atlantique en voilier mais ces croisières thérapeutiques restent uniques. «On est censé les booster mais c'est l'inverse qui se passe», confie cette dernière.

«Allez! On se prépare pour la manœuvre de mouillage. Dans cinq minutes, tout le monde est sur le pont!» lance Xavier qui leur enseigne les gestes des marins, y compris tenir le gouvernail. «Ce n'est pas le Club Med. Elles participent à la vie à bord», ajoute encore Véronique.

Pour financer ces petites «odysées» sur le lac, Léman hope organise chaque année l'événement «Swim4Lémanhope», une course de natation sur les rives. Fin juin, 1200 personnes s'étaient inscrites via leurs sociétés, récoltant une grande partie des fonds, soit environ 70%. «Chaque entreprise finance le voyage d'un enfant, qui vaut environ 5000 francs quand on compte la location du voilier, le matériel de sécurité, la nourriture, le défraiement des bénévoles, les frais liés à l'organisation, etc.» précise Camille Crittin.

Face à la demande croissante, Léman hope organise pour la première fois cet été – du 20 au 24 juillet – une croisière en Suisse allemande sur le lac de Constance. Dans le futur, la fondation aimerait développer plus d'aventures outre-Sarine mais également proposer à des *survivors* de naviguer sur le lac de Bienne et au Tessin, pour des voyages en italien. Sur une eau calme avec le soleil au zénith, trois voiliers se sont rejoints pour des retrouvailles pendant que l'équipage du Tabazan réfléchit à une technique pour dépasser le Big Fish, le voilier des grandes sœurs. ■