

# La Maison d'Hélène

**L**es malades du cancer et leurs proches trouvent réconfort, amitié, aide, soins, entre les murs de la Maison d'Hélène à Saint-Martin-sur-Ouagne (Yonne) auprès de l'Association CAP Saint Martin (Cancer Accompagnement Personnalisé). Hélène Couzin, décédée de son cancer en 2011, a créé l'association pour apporter une bulle de bien-être aux malades du cancer et à leurs proches.

## En plein désarroi

Quand je suis venue la première fois à CAP Saint Martin, j'étais en morceaux... perdue... Sylvain était malade depuis un an : un cancer du colon avec métastase au foie. Il subissait un troisième protocole, fatigué physiquement par les effets secondaires très violents de la chimio. J'étais fatiguée émotionnellement par la peur de le perdre, de le voir diminué physiquement, obligé à une vie forcément moins active. Sylvain, toujours plein de ressources, refusait en quelque sorte la maladie et continuait de travailler sur l'exploitation, son travail lui était indispensable pour vivre.

Nos journées étaient faites de hauts et de bas, nous ne contrôlions plus nos émotions ; la maladie, très sournoise, avait pris le dessus. En plein choc, en plein désarroi, en colère, je ne trouvais plus les ressources pour continuer à le soutenir. Notre couple était au plus bas. C'est très culpabilisant !

## Cet endroit, j'en ai besoin !

Il était temps d'aller à la *Maison d'Hélène*. Hélène a voulu que cette maison existe pour soulager le malade et sa famille durant la maladie qui perturbe nos convictions. Et nos vies. Sylvain ne voyait pas les raisons d'y aller. Eh bien moi, j'irai seule ! Ce n'est pas évident de sauter le pas...

À mon arrivée, j'étais dans mes petits souliers car je ne connaissais personne. Annie m'a accueillie avec beaucoup de gentillesse. J'ai

fait la bise à tous les présents. Chacun se tutoie d'emblée. Il faisait beau, nous étions assis dehors, dégustant un gâteau et une tasse de thé ou de café. Ambiance de goûter familial avec beaucoup de rires ! Christine me raconte brièvement qu'elle aussi a connu toutes ces peurs et ces tensions. Son mari avait un cancer aux os il y a trois ans et maintenant il galope. En peu de mots, elle m'a donné une source d'espoir énorme. Eh oui, tout est encore possible.

Dès cette première rencontre à *CAP Saint Martin*, j'ai pu bénéficier d'une séance de sophrologie et de soins du visage gracieusement. Je me suis sentie entourée de bienveillance.

## Ambiance décontractée

Je n'avais plus peur. Il ne me restait plus qu'à convaincre Sylvain. J'ai argumenté : il ne sera pas au milieu de personnes tristes, fermées sur leur maladie, au contraire ! Il y a également des hommes et en particulier Guy qu'il a connu plus jeune, un joyeux luron mais un dur à cuire.

Nous y sommes allés quinze jours plus tard ensemble et depuis, Sylvain a fait sa place. Il profite tous les jeudis après-midi des soins proposés : sophrologie, atelier témoignages, soins du visage, massage, mais surtout de cette ambiance légère, décontractée. Nous avons trouvé une maison pour parler franchement de nos craintes et même en rire.

Parfois, autour du café, certains parlent de





leurs soucis, de leur colère, de leur histoire. Grâce à cette association, je sais que Sylvain a trouvé un autre soutien, pas uniquement celui de sa femme et de sa famille. Je me sens soulagée et reconnaissante envers ces bénévoles.

## L'espoir est là

La maladie est toujours présente. L'espoir et l'envie de guérir sont là. Depuis, notre couple va beaucoup mieux. Nous avons décidé de prendre soin de nous, de nous offrir des temps de pause ensemble quand Sylvain le peut. On part deux-trois jours, une fois par mois, ensemble, découvrir un lieu tranquillement, avec une halte spirituelle dans une chapelle par exemple. Que du bonheur ! Nous avons quatre enfants entre 22 et 13 ans ; leur papa garde son humour et parle des effets secondaires de sa maladie avec beaucoup de dérision. Ce n'est pas la maladie qui aura le dernier mot. Seul l'amour peut faire des miracles. L'espoir est là. N'est-ce pas le témoignage de l'Évangile ?



**Agnès BAILLIET**  
Villefranche (Yonne)



À droite, Gérard, le Président

La maladie donne une autre vision de la vie : c'est une forme de « risette » dans ce monde actuel.

CAP est là pour nous reconforter dans ces moments pas toujours très faciles.

L'ambiance y est très agréable et la bonne humeur règne.

Il est très important que le conjoint puisse y participer, c'est encore plus familial.

Franchement, ce serait dommage de louper ça !



**Sylvain**

Avec Hélène, nous étions amis d'enfance et quand elle a commencé à préparer la maison d'accueil, je suis venu naturellement l'aider. C'était en 2008. Et c'est aussi tout naturellement et comme elle le souhaitait, que je suis devenu président après son départ.

L'association peut fonctionner grâce aux bénéfiques des manifestations que l'on organise, grâce aux adhésions (cent-trente actuellement), à des dons et des subventions que nous accordent nos soutiens fidèles.

Il est utile quand on est en retraite, de s'occuper des autres, et avec mon équipe du conseil d'administration, de nombreux amis et bénévoles de CAP, nous poursuivons l'œuvre de notre regrettée Hélène. Notre dernière action a été la construction de deux chalets destinés à l'accueil d'enfants malades et d'enfants de malades.

**Gérard LECOLE**  
Saint-Martin-sur-Ouanne  
(Yonne)

