Marie-B Gaube : « L'accompagnement c'est transmettre sans jugement »

Nous rencontrons Marie-B Gaube dans les locaux de la Fédération Française des Diabétiques, alors qu'elle suit une formation pour devenir Bénévole Patient Expert à l'AFD 76-27. Rencontre avec celle qui, il y a à peine un an, se battait contre un cancer du sein.

Marie-B, du haut de son mètre 75, dégage une grande douceur. 65 ans, les cheveux courts et blancs, elle arborait fièrement, en ce mois d'octobre rose, le ruban rose sur son pull. C'est là que se dresse, sur son visage, le portrait d'une rescapée. *« L'année dernière, j'ai eu un cancer du sein. Mon cancer, je l'ai appris en voyant les résultats de mes examens sur Internet. Quand on a un cancer, on est un pion. On vous fixe des rendez-vous médicaux, on ne vous demande rien. Moi, à Rouen, j'ai été bien prise en charge, avec bienveillance. Puis on guérit, on rentre chez soi et du jour au lendemain, plus rien. On ne s'occupe plus de vous. À cause de mon cancer du sein, mon image corporelle a un peu changé. Il faut s'y faire. »*

« Ce n'était pas la 1re claque que je me suis prise »

Ce n'est pas la première fois que la santé de Marie-B bouscule sa vie. Il y a une quinzaine d'années, alors qu'elle est encore éducatrice spécialisée en foyer de vie, elle a très soif, au point de rêver la nuit d'un lieu où elle pourrait *« se remplir d'eau fraîche »*. Sa vue baisse un peu et elle enchaîne les mycoses. Elle consulte une spécialiste à Paris, qui lui demande : *« Seriez-vous diabétique ? »* Marie-B a 50 ans et découvre son diabète de type 2.
Ce qu'elle ressent d'abord, c'est de la colère. Elle mangeait peu de produits transformés, elle cuisinait. Quand on lui annonce qu'elle devra prendre des médicaments, elle demande si c'est pour guérir, mais la claque fut lorsque le médecin lui dit *« Non, ça ne se guérit pas. »*. Marie-B déclare : *« Moi qui avais toujours 5 ou 6 paquets de bonbons chez moi, car il est vrai que j'ai une petite tendance à la gourmandise, je me retrouve à prendre des comprimés trois fois par jour. »*

Des complications qui s'accumulent

Au fil des années, d'autres problèmes de santé se sont ajoutés : une neuropathie diabétique à un pied, une opération de la cataracte, de l'hypertension, une maladie parodontale, et bien d'autres. Marie-B les énumère, comme on dresse l'inventaire de ce qu'il faut gérer et dont on porte la charge mentale.

L'Association des Diabétiques de Seine Maritime et Eure (AFD 76-27) : un Café Diabète comme un déclic

En 2021/2022, Marie-B lit son journal local et tombe sur un petit encart : un Café Diabète se tient dans un café à une vingtaine de kilomètres de sa ville. Elle tente alors de s'y rendre et rencontre Claudine, qui l'anime. *« C'était vachement intéressant de pouvoir transmettre. »* Elle se dit que réaliser la formation d'intégration des bénévoles pourrait lui être utile. Aujourd'hui, elle co-anime les Cafés Diabète au sein de l'AFD 76-27 et se forme pour devenir Bénévole Patient Expert. Pour Marie-B, l'accompagnement tient en quelques mots.

« C'est transmettre sans jugement. Informer selon ce qu'on est soi-même et selon son histoire. Essayer de se mettre au niveau de la

personne. »

Après avoir connu ce « plus rien » qui suit la fin des soins, elle sait ce que représente aujourd'hui l'écoute et l'accompagnement dont elle fait preuve avec les autres personnes vivant avec un diabète.

Un agenda bien rempli malgré la retraite

Alors que Marie-B est à la retraite, son emploi du temps reste bien rempli. Elle suit des cours de russe, d'aquagym et de chant, et s'investit dans deux associations : l'une réunit des seniors autour de repas, de parties de cartes et d'ateliers de dessin, l'autre met en relation des chauffeurs solidaires et des personnes non motorisées.
Tous les quinze jours, elle anime « Balades en douceur », des marches d'un à quatre kilomètres pour celles et ceux qui aiment marcher mais peinent à le faire. Le samedi après-midi, elle tient la bibliothèque associative « La plume enchantée », dans un village de 350 habitants, où elle propose aussi, une fois par mois, l'atelier d'écriture « Histoires d'en lire, venez les écrire ».
Le dimanche, c'est souvent salon du livre. Marie-B est l'autrice de quatre ouvrages, dont le roman *La couleur des parfums,* inspiré de l'histoire de son arrière-grand-tante, qui tenait un restaurant à Paris avant la guerre. La cuisine, qui lui tient particulièrement à cœur, est présente dans chacun de ses livres.

« Fonce ! »

Marie-B a un galet posé dans le tiroir de son bureau. Un mot est écrit dessus : *« Fonce ! »*. Dès qu'elle a un coup de fatigue, elle y repense, et sort ce galet. Pour elle : ***« On peut très bien vivre avec le diabète. Il n'empêche pas de vivre ! »***

Crédit photo : ©Christine Lebel-Croizé