



(vous avez la parole)

“Médecin et alpiniste, je guéris les âmes”

Christine Janin, Chamonix (Haute-Savoie)

Après avoir conquis les plus hauts sommets de chaque continent, ce docteur hors normes a fondé l'association “À chacun son Everest!”. Elle organise des stages en montagne pour aider des malades du cancer à retrouver confiance en eux et devenir acteurs de leur propre guérison.



« **F**ruit de la rencontre d'une Bretonne et d'un Lorrain, je n'avais pas vraiment l'alpinisme dans le sang. Mais en plus du sport, j'ai toujours aimé la montagne. Plus tard, quand j'étais étudiante en 6^e année de médecine, un ami m'a proposé de le remplacer comme médecin d'expédition. J'ai accepté sans hésiter.

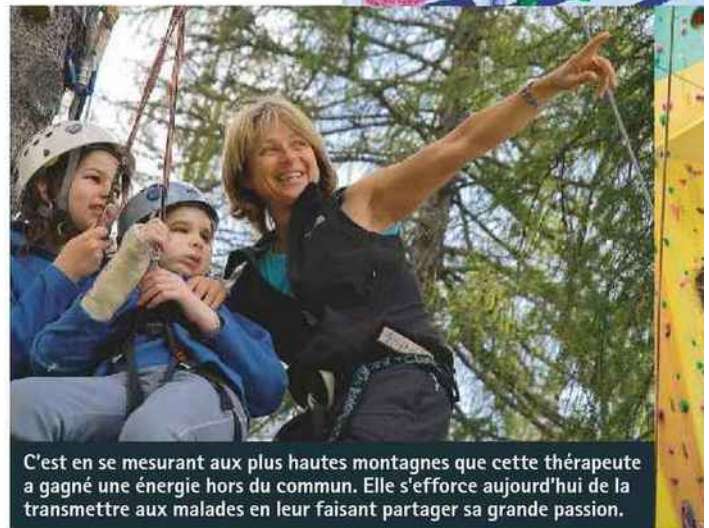
C'est ainsi que, le 4 août 1981, j'ai réalisé mon premier “8 000 mètres”, le Gasherbrum II, dans l'Himalaya du Pakistan. J'étais la première Française à cette altitude sans oxygène. Le virus des expéditions m'avait gagnée : je n'ouvrais pas de cabinet, j'irais soigner sur les différents continents, dans les montagnes et les terres les plus inhospitalières de la planète. Pendant dix ans, j'ai enchaîné de nombreuses ascensions.

Le 5 octobre 1990, j'ai par exemple gravi l'Everest et suis devenue la première

Française sur le toit du monde. En 1992, j'ai entrepris l'ascension des *Seven Summits*, les plus hauts sommets de chaque continent, avec des panoramas à couper le souffle : les monts Vinson (Antarctique) par -29°C, McKinley (ou Denali) dans la tempête (Alaska), Elbrouz (Caucase), Kilimandjaro dans une mer de nuages, Carstensz (Indonésie) et Aconcagua (Cordillère des Andes). En 1997, j'ai été la première femme à atteindre le pôle Nord sans moyens mécaniques ni chiens de traîneau, en 62 jours de marche à ski, face à un froid abyssal et des vents violents.

Ascension

Dès le début de mon tour du monde, j'ai fait la connaissance d'Hélène Voisin, directrice de l'école installée au sein de l'hôpital Trousseau à Paris. Elle m'a proposé d'aller à la rencontre des enfants malades pour leur raconter mes voyages,



C'est en se mesurant aux plus hautes montagnes que cette thérapeute a gagné une énergie hors du commun. Elle s'efforce aujourd'hui de la transmettre aux malades en leur faisant partager sa grande passion.



les faire rêver et les aider à s'évader mentalement de leur "chambre-prison". De cette expérience est née l'idée d'utiliser la montagne à des fins thérapeutiques et d'établir des parallèles entre les difficultés rencontrées dans la conquête d'un sommet et celles vécues pour vaincre la maladie : l'avalanche et le diagnostic, l'ascension d'une montagne et le chemin vers la guérison, les tentes de bivouac en altitude et la chambre stérile.

Rémission

C'est ainsi que j'ai quitté la très haute montagne pour mêler mes deux passions : la médecine et les cimes. Renoncer au monde de l'extrême m'a également permis de rester en vie : de nombreux alpinistes de ma génération que je connaissais personnellement sont décédés prématurément.

Et le désir a germé, avec le Pr André Baruchel, chef du service d'onco-hématologie pédiatrique de l'hôpital Robert-Debré à Paris, de créer, en 1994, "A chacun son Everest!". Notre association aide les enfants atteints de cancer en organisant des séjours réparateurs à la montagne, dans la maison éponyme que j'ai fondée à Chamonix.

L'objectif consiste à les aider dans cette phase difficile de l'après-cancer en leur permettant de reprendre confiance en eux, de se réconcilier avec leur corps, de partager leur vécu avec d'autres malades et de

retrouver une belle énergie pour un avenir nouveau. Ils quittent leurs parents, marchent, grimpent, randonnent en raquettes, escaladent, font du *mushing* avec des chiens de traîneau, échangent avec les autres. Ces séjours les aident aussi à sortir de la culpabilité "d'infliger" à leurs parents l'épreuve de leur maladie et leur permettent d'évoluer, d'être fiers d'eux, de se sentir moins seuls.

Depuis 2011, nous accueillons aussi des patientes en rémission d'un cancer du sein, cette maladie qui touche une femme sur huit. Chez elles, il y a encore plus de solitude et de désespérance. On leur propose des soins de support : massages, yoga, qi gong, méditation, sport... On les aide à être actrices de leur guérison. Elles retrouvent l'énergie, le sourire, la joie de vivre. La montagne sublime les âmes, apaise et favorise la reconstruction de soi.

Nous recevons chaque année plusieurs groupes de quinze enfants âgés de 7 à 13 ans ou de 14 à 18 ans, et de douze femmes. Tout est pris en charge. J'ai déjà accompagné 4 800 jeunes et plus de 800 femmes.

J'ai inventé la médecine de l'après, celle de l'âme. Bien sûr, c'est très prenant : l'association occupe 150% de mon temps.

La vie est un chemin fait de rencontres, il faut oser. J'aime soigner, accompagner. Aujourd'hui, il faut que j'invente la suite pour que ça perdure.» ■

Recueilli par Florence HEIMBURGER

Plus d'infos sur le site : www.achacunsoneverest.com



Dame de pics et femme de cœur, de Christine Janin, en collaboration avec Anna-Véronique El Baze, éd. Glénat.