

**EN PLEINE CROISSANCE,  
YVERDON VA DEVOIR  
EMPRUNTER**

**Nord vaudois-Broye, page 22**



JEAN-PAUL GUINARD

**À NYON, DE NOUVEAUX  
COMMERCES ANIMENT  
LE NORD DE LA GARE**

**La Côte, page 23**



SAMUEL FROMHOLD

**Vaud** & régions

**Vaud  
Lausanne & région  
Riviera-Chablais  
Nord vaudois-Broye  
La Côte**

**Santé publique**

# Le suicide continue ses ravages dans un silence assourdissant

**Le suicide tue un Vaudois tous les trois jours. Mais il reste le parent pauvre de la prévention**

**Pascale Burnier** Textes

Une personne se suicide tous les trois jours dans le canton. Et elles sont mille trois cents en moyenne chaque année en Suisse. C'est quatre fois plus que le nombre de décès dus aux accidents de la route. C'est surtout la première cause de mortalité chez les hommes de 15 à 44 ans. Stables, ces chiffres plaquent notre pays parmi les plus touchés du monde. Pourtant, la prévention reste à la traîne. «La Confédération n'a jamais lancé de campagne au niveau national. C'est incroyable! s'indigne Anne-Marie Trabichet, coordinatrice romande de Stop Suicide. Nous sommes très en retard lorsqu'on compare avec d'autres pays.»

Les suicides ne peuvent être englobés dans la notion de maladie au sens de la loi, ce qui limite le champ d'action de prévention de la Confédération, explique le dernier rapport sur le suicide de l'Office fédéral de la santé publique. La mission de sauver des vies est donc laissée au bon vouloir des cantons et aux maigres moyens de quelques associations.

**Comment prévenir**

Vaud a lancé quatre actions, dont un suivi du traitement du suicide par les médias. «L'idée est de sensibiliser les journalistes sur la façon de traiter du suicide afin d'éviter le risque d'imitation», précise Noémie Hainard, cheffe de projet. Une formation pour les professionnels de première ligne (médecins, policiers, enseignants) a aussi été créée, avec déjà 800 participants. «Nous avons renforcé le suivi des personnes ayant fait une tentative de suicide. Des psychiatres ont ainsi été engagés dans plusieurs hôpitaux. Enfin, le central téléphonique des médecins de garde, et son numéro unique, a été repensé pour les cas de détresse psychologique.» Des mesures qui ont coûté environ 1 million.

Un premier pas. Mais comment limiter les suicides? «En restreignant l'accès aux moyens, comme les armes, ou en protégeant les ponts par exemple, propose Anne-Marie Trabichet. Des études montrent que, si une personne veut se jeter d'un pont mais que ce dernier est surélevé, elle ne va pas faire des pieds et des



**Combat**  
Jacqueline Rutgers et son mari, Erik, ont perdu leur fils de 18 ans. Aujourd'hui, ils animent un groupe de parole pour familles endeuillées.  
VANESSA CARDOSO

**«Son geste était soudain»**

«Notre fils s'est suicidé le 30 octobre 1982. Pascal avait 18 ans et demi. C'était un samedi soir, on mangeait chez des amis. Notre fils, lui, avait prévu d'aller au théâtre avec un copain. On a reçu un téléphone de la police. Je me souviens encore, j'ai hurlé NON. Pascal s'était jeté sous le train.» Les doigts se crispent et s'enlacent inconsciemment. Jacqueline Rutgers n'oubliera jamais. A ses côtés, Erik, son mari, fixe la table du salon, comme si le film des derniers moments repassait encore et encore. «Ce jour-là, je suis allé faire du tennis avec mon fils. Au moment de se faire l'accolade, il m'a dit: «C'est notre dernier tennis.» J'ai eu un frisson dans le dos, mais je me suis vite rassuré. C'était le dernier jour de la saison et nous allions changer de club. Après coup, je pense que c'était un signe.»

Un choc indescriptible. Vient ensuite ce mélange de colère et de culpabilité. Psychologue, Jacqueline se souvient de son pressentiment. «Quelques jours avant, j'ai discuté avec une amie dont le fils s'était suicidé. Je me suis dit que ça pourrait aussi nous arriver.» Quinze jours avant, la famille était partie en vacances. «Pascal était venu dans ma chambre d'hôtel en disant qu'il n'arrivait pas à se rendormir. Il était très tendu, nous avons longuement discuté.» Jacqueline avait pris un rendez-

vous pour son fils chez une collègue. Erik, lui, n'avait jamais imaginé une telle issue. Leur garçon était athlétique, il allait passer son brevet de pilote et étudiait au gymnase. «Un garçon doué, réservé, apparemment équilibré, confie Erik, ingénieur retraité. Ma culpabilité s'est exprimée pendant environ dix ans. En tant que scientifique, j'ai eu ce besoin de comprendre. Alors j'ai lu et rencontré des spécialistes du suicide du monde entier.»

Une mort précipitée qui a ravagé toute la famille. Pour la sœur de Pascal, Anne, la lourdeur de l'épreuve s'est soldée par un éloignement. «Elle ne supportait pas que les gens sachent ce qui s'était passé. Le poids de notre chagrin était aussi trop dur. Elle avait 14 ans à l'époque et elle a demandé à partir en internat», explique sa maman. Devenue sculpteur, elle est désormais une mère de famille heureuse.

Pour renouer avec la vie, le couple a fait de la prévention du suicide et du soutien aux familles son combat. «Il faut prendre au sérieux tous les signes et aborder ouvertement la question du suicide, insiste Jacqueline. Je ne crois pas que notre fils ait fait une dépression majeure que nous n'avons pas vue. Son geste de grande souffrance psychique était soudain. Comme souvent chez les jeunes.»

**Trouver de l'aide**

**147** Ligne de Pro Juventute adressée aux jeunes en détresse.

**143** Service de secours de La Main Tendue.

**0848 133 133** Central téléphonique des médecins de garde 24h/24h et 7j/7j.

**www.stop-suicide.ch**  
**www.ciao.ch**  
adressées aux jeunes.

**Groupe de parole** pour personnes endeuillées par un suicide: egirutgers@citycable.ch 021 616 42 80.

**www.i-c-p.ch**  
Intervention, soutien et prévention des morts violentes.

mains pour en trouver un autre. De même, elle ne va pas troquer une méthode pour une autre.»

**Casser les mythes**

Reste le plus dur: briser la loi du silence. «Notre passé, dicté par la morale religieuse, a fait du suicide un crime. Or, il faut sortir de cette honte. Lorsqu'il y a un suicide, il faut en parler», analyse Carol Gachet, responsable du groupe Intervention de crise et prévention (ICP).

En parler, mais sans banalisation ni stigmatisation. Car le suicide véhicule son flot de mythes. Exemples d'idées reçues: ceux qui en parlent beaucoup ne passent pas à l'acte; si une personne veut mettre fin à ses jours, elle le fera de toute façon, peu importe ce que je fais. «Tout cela est complètement faux», martèle Anne-Marie Trabichet.

Le tabou est profond. Et les ravages du suicide souvent sous-esti-

més. En moyenne, un suicide touche 6 à 8 personnes. Familles, témoins, mais aussi collègues. Carol Gachet et son équipe de psychologues d'urgence interviennent dans les cas de mort brutale, dont les suicides. «Le choc initial est aussi important pour la famille que pour des collègues. Le soutien est alors essentiel. Dans une entreprise, cela permet par exemple d'éviter des hémorragies, comme on a pu en voir chez France Télécom en France.»

Depuis 2005, Jacqueline Rutgers organise les seuls groupes de soutien vaudois aux survivants. «Souvent, la perte d'un enfant crée un conflit entre les parents. Il y a ce besoin de trouver un coupable. Les enfants, par conflit de loyauté, n'en parlent pas pour ne pas rendre leurs parents encore plus tristes. Or, il faut justement instaurer le dialogue pour retrouver un jour confiance en la vie.»

PUBLICITÉ

**24heures**

**Partenaire média**

**La Chasse aux sorcières dans le Pays de Vaud (XV<sup>e</sup> - XVII<sup>e</sup> siècles)**

**Exposition temporaire 9 septembre 2011 - 24 juin 2012**  
Plus d'infos: [www.chillon.ch](http://www.chillon.ch)



CHILLON