

# Lucie s'est suicidée à 12 ans : la prévention est devenue le combat de ses parents

■ La détresse suicidaire est de plus en plus précoce. Le dispositif clé de prévention, en Wallonie et à Bruxelles, change de nom et devient SOS Suicide. Il est accessible au 0800/777.40.

Lucie avait 12 ans. Un matin de novembre, il y a quatre ans, elle a pris des crayons et du papier pour aller dessiner dans l'abri de jardin, avant de prendre le bus pour aller à l'école. Mais dans sa classe de première secondaire, son banc est resté vide. Lucie s'est pendue dans le cabanon. *"Avant que le suicide nous tombe dessus, c'était quelque chose d'impensable et d'inconcevable: cela ne pouvait pas nous arriver"*, explique son papa, Jean-Louis. *"On ne s'y attendait pas. On n'a pas vu de signes"*, ajoute Nadège, sa maman. *"C'est une douleur inimaginable."*

La petite, cadette de la fratrie, était intelligente, drôle, indépendante. Pas de soucis de harcèlement scolaire. Elle avait plein de copains. Un père journaliste, une mère infirmière. La famille, aimante et stable, vit dans la campagne namuroise.

On se demande "pourquoi, pourquoi, pourquoi" ?

Alors forcément, quand "ça" arrive, *"on se demande pourquoi, pourquoi, pourquoi?"*, répète la maman. Lucie a laissé une lettre débordant d'amour pour ses proches. Elle a tout fait pour leur cacher sa dépression. Elle ne voulait pas leur en parler pour ne pas les embêter; elle croyait que c'était à cause d'elle.

Peut-être qu'il y a eu des petits indices – ils ont été mis sur le compte du début de l'adolescence. Tout le monde passe par là, non ? Mais un mal invisible rongait leur fille. *"On ne sait pas à quand ça remonte. Ça devait la travailler depuis qu'elle était en primaire"*, avance Nadège.

Elle insiste: il faut mettre des dispositifs en place le plus tôt possible pour détecter les risques de suicide chez les enfants.

Bardé de silences, de non-dits, de dénis

Après la dévastation, la prévention est devenue le combat des parents de Lucie *"pour survivre"*. Il reste du chemin, tant le sujet est bardé de silences, de non-dits, de dénis. *"C'est un sujet qui reste tabou. Comme la mort. Alors, la mort par suicide d'un jeune, c'est trois fois tabou"*, dit encore la maman de Lucie. Quand on en parle, les oreilles se bouchent. *"Il faut lever les verrous, les uns après les autres, à tous les niveaux."*

Il faut faire savoir aux jeunes qu'ils ne sont pas seuls. Il faut aider l'entourage à capter les signaux qui, derrière le sourire de façade, indiquent que la personne va mal. Il faut former les professionnels à prendre en charge ce qui est devenu un enjeu majeur de santé publique. Les parents de Lucie en ont éprouvé la nécessité.

"Mettez tout dans un tiroir..."

*"Après le suicide de notre petite puce, on est allés voir un psychologue dans notre village. Il nous a dit: mettez tout dans un tiroir et si dans un an, ce n'est pas oublié, c'est pathologique chez vous."* Le praticien ne disposait clairement pas des outils d'intervention adaptés pour aider les parents désenfilés par un suicide.

Nadège et Jean-Louis témoignaient jeudi lors d'une rencontre organisée par Un pass dans l'impasse, le dispositif

clé de la prévention du suicide en Wallonie et à Bruxelles dans le cadre de la Journée francophone de prévention du suicide. À cette occasion, l'association a changé de nom pour rendre la prévention plus lisible. Le dispositif s'appelle désormais SOS Suicide.

Des enfants de huit à dix ans

Sur le terrain, les signaux ont tous viré au rouge. Dans les douze antennes de consultation de SOS Suicide, les demandes ont bondi de 46% entre 2020 et 2024, confirmant la tendance observée à l'échelle nationale.

Selon les récentes données de Solidaris et de Sciensano, les admissions aux urgences pour tentative de suicide ont fortement augmenté ces dernières années, avec une surreprésentation des jeunes de 13 à 24 ans, en particulier des jeunes filles et des femmes en situation de précarité.

La détresse est aussi plus précoce. *"Je reçois aujourd'hui des enfants de huit à dix ans après une tentative de suicide."*

*Les passages à l'acte sont plus impulsifs. Et surtout, la solitude est immense"*, alerte Florence Ringlet, psychologue et directrice thérapeutique de SOS Suicide.

Une expertise professionnelle de pointe

SOS Suicide possède une expertise de pointe dans la prévention qui repose sur une écoute et un accompagnement assurés par des professionnels de la santé mentale dans ses antennes en Wallonie et à Bruxelles. Il n'existe pas d'autre structure en Belgique où la prise en charge se fait à 360 degrés.

En cas d'alerte, quelque chose est mis en place dans les 24 heures, assure l'association. Dans ces moments-là, le premier soin, c'est le lien, insiste SOS Suicide. Nancy, ancienne patiente d'Un pass

dans l'impasse, acquiesce.

Après son divorce, elle s'est retrouvée seule à gérer deux ados compliqués. *"La souffrance était telle que je pensais que la seule issue, c'était la fin."* C'est très important de mettre les mots justes et vrais sur le suicide, de le démystifier, insiste-t-elle. *"Oui, je le dis: j'ai essayé de me fracasser le crâne à coups de marteau. Chacun en pense ce qu'il veut, que le suicide est un acte lâche et honteux. Mais c'est d'abord une immense souffrance où on ne voit que la mort comme délivrance."*

Nancy ajoute, avec un immense sourire: *"Mais je suis là!"* Sa vie a changé quand elle s'est adressée à Un pass dans l'impasse, ajoute-t-elle: *"Je me suis sentie écoutée, respectée, aidée. Ils m'ont aidée à trouver des solutions."* Les idées suicidaires reviennent parfois à la charge, mais elle ne les laisse plus prendre le dessus.

Annick Hovine

→ SOS Suicide lance un site internet dédié ([www.sos-suicide.be](http://www.sos-suicide.be)) ainsi qu'un nouveau numéro gratuit (0800/777.40) accessible à toute personne en détresse en Wallonie et à Bruxelles.