



Le foulard

Un jeu de la mort qu

Jouer à s'étouffer tue pour de vrai.
De plus en plus. Chez nous comme ailleurs.
Parce que vos enfants ne sont pas à l'abri,
voici **des témoignages édifiants.**

Etouffer par désir: tel est le jeu du foulard. Mettre un foulard ou une serviette autour du cou, faire un nœud, tirer pour s'étouffer volontairement: l'oxygénation du cerveau chute brutalement, ce qui provoque des sensations hallucinatoires proches de l'orgasme ou des effets d'une drogue. Ce jeu très dangereux et parfois

macabre est pratiqué par des enfants et des adolescents. Peut-être les vôtres. Sans que vous le sachiez.

Combien d'enfants en sont morts? Impossible à dire. On parle de dix décès par an en Belgique. Mais les chiffres sont peu fiables. Pour une raison essentielle: on a longtemps pris ces "acci-

dents" mortels pour des suicides. Entouré de secret par les enfants et de tabous chez les parents, le phénomène n'a jamais été sérieusement abordé. Et ce d'autant plus que les acteurs se montraient (trop?) prudents: fallait-il parler ouvertement, au risque de "populariser" davantage le jeu du foulard auprès des jeunes? C'était toute la question. Jusqu'à ce que le phénomène s'amplifie. En Belgique, quatre décès juniors ont été attribués à l'auto-étouffement moins d'un an. Trois morts rien qu'en septembre et octobre derniers.

La première onde de choc médiatique liée au jeu du foulard date de 2007. Parce que la victime, Noémie, une petite Française de 8 ans, avait prévenu les autorités du danger qu'elle courait. "Je sais que si je ne me défends pas je mourrai pour toujours", avait-elle écrit le

Le mortel jeu du foulard se pratique très jeune: parmi les victimes décédées, des enfants de 8 ou 9 ans...



que

octobre 2007 dans une lettre à la gendarmerie de Cabestany, un village près de Perpignan. Sous la pression d'un copain de sa classe, la fillette a pourtant été obligée de "jouer" au foulard. Noémi est morte le 20 novembre. En France, où les écoliers l'appellent aussi le "rêve bleu" ou "30 secondes de bonheur", un enfant par mois meurt d'un jeu d'évanouissement. Aux États-Unis, "The Choking Game" cause une centaine de décès par an. Et les médias du monde entier rapportent que, partout, des enfants meurent du jeu du foulard. Ou d'une de ses variantes. Dans les écoles anglaises, les ados pratiquent le "Take me down". Ils s'empoignent par le cou et serrent jusqu'à ce que celui qui est étranglé soit sur le point de s'évanouir.

Chez nous, la première victime connue du jeu du foulard est décédée en octobre 2002: Ilas,

Chez les enfants, le jeu du foulard se limite à la recherche d'une "sensation agréable": étouffes, flottement, hallucinations. Chez les ados, les garçons surtout, le phénomène peut aussi accompagner la recherche d'un orgasme total. Ils appellent ça le "stik and snok": "étouffe et jouis". En pratique: le garçon se masturbe pendant qu'il s'étouffe. L'orgasme gagne en intensité suite au manque d'oxygène.

Le "stik & snok" a été fatal à Koen Vandepuit, 17 ans, de Mellebroek, près de Diest. Le jeune homme s'est pendu dans le garage, menottes aux poignets, un sac en toile sur la tête et vêtu d'habits de femme. Kristel Claes et Rudy Vandepuit sont les parents de Koen. Pour Kristel, la mort de

son fils n'était rien d'autre que le jeu du foulard: "Mais comme il était plus âgé, on l'a qualifié de strangulation érotique".

Comment avez-vous découvert que Koen pratiquait des jeux de strangulation?

KRISTEL. - Quand nous l'avons su, il était trop tard. Le 7 avril dernier, je suis rentrée de mon travail, j'ai ouvert la porte du garage et il était pendu, là... (Silence.)

BUDY. - Nous ne savons toujours pas où il a appris ça.

KRISTEL. - Ça doit être connu, chez les jeunes. Et Koen était très influençable. Et casse-cou.

Il portait des vêtements de femme. Était-il mal à l'aise par rapport à sa sexualité?

KRISTEL. - Mais non! J'ai eu

une conversation sérieuse avec lui à ce sujet. Je lui ai demandé s'il était homosexuel, en ajoutant que cela ne me posait aucun problème. Il a répondu qu'il aimait trop les filles. Il avait d'ailleurs une copine.

L'enquête a conclu au suicide?

KRISTEL. - Le parquet affirme que, techniquement, il a commis l'acte lui-même, donc c'est un suicide. Mais c'était un accident! Les dépressifs se suicident, mais Koen ne l'était pas. Au contraire: quelques jours avant de mourir, il a nous demandé d'amener une bonne bouteille de vin à sa prochaine course cycliste. Ce samedi-là, nous ne sommes pas allés à la course, mais à l'église...

10 ans, un garçon d'Anderlecht. En décembre 2008, Victoria, 13 ans, est morte après avoir essayé le jeu du foulard seule dans sa chambre, à Laeken. Fin septembre dernier, Victor, 14 ans, d'Arion, en est mort lui aussi. En octobre, à Aney, Timothy, 11 ans, est resté deux jours entre la vie et la mort, avant de décéder. La victime la plus récente s'est éteinte le 29 octobre: Quentin, 9 ans, de Braine-l'Alleud. Ivan Gilbert, le père de Quentin, ainsi que son demi-frère, ont accepté de témoigner...

Comment avez-vous découvert votre fils mort?

IWAN. - Je souffre d'insomnie. Vers 2 heures du matin, quand j'ai fini par aller me coucher, je suis passé jeter un coup d'œil dans la chambre de Quentin. Il était là, tout froid, une ceinture autour du cou.

Connaissez-vous le jeu du foulard?

IWAN. - Une semaine avant sa mort, Quentin avait raconté quelque chose sur ce jeu à son demi-frère Olivier, qui l'a rapporté à sa maman. Tous deux ont clairement expliqué à Quentin que c'était dangereux. Mais c'était bien le problème: Quentin voulait tout savoir, tout essayer. L'intensité, c'était la principale motivation pour tester le truc.

Où Quentin a-t-il découvert ce jeu?

IWAN. - Selon moi, il l'a appris à l'école.

STANISLAS (un voisin). - Mon cadet de 9 ans connaissait le jeu du foulard. Selon lui, c'est un secret qu'on n'a pas le droit de raconter à la maison. Celui qui ose fait partie du club. Il faut briser ce tabou, en parler. Dans le quartier, nous avons organisé une réunion le jour de l'enterrement de Quentin. Il y avait 40 gamins avec leurs parents. La moitié connaissait le jeu

“ Les copains t'enroulent une écharpe autour du cou et serrent pour te couper le souffle. Puis, ils comptent jusqu'à cent. ”

du foulard, et une moitié a avoué avoir déjà tenté le coup! Il fallait voir la tête des parents, quand ils ont découvert ça. Moi aussi, j'en ai eu des frissons.

IWAN. - C'est ce qu'il y a de pire: on a beau faire de son mieux pour être un bon père, une bonne mère, vos enfants vous cachent toujours des choses. Et n'allez pas vous imaginer →

que votre gosse est assez malin pour ne jouer au jeu du foulard. Quentin était un bon intelligent, qui avait d'excellentes notes scolaires et s'intéressait à plein de choses.

Maintenant, vous tentez de convaincre autorités de faire quelque chose?

J.L. - Je monte une fondation, "Le Petit Prince" nous projetons de publier un livre avec des sms à la portée des enfants. J'essaie aussi trouver un autre nom à cette manière de torguet, qui est tout sauf un jeu.

mi les enfants qui connaissent le jeu du arid, il y a deux frères: Lucas, 14 ans, et c, 12 ans (prénoms d'emprunt). Lucas est

dans le secondaire et fait du piano. Tom est en sixième primaire et préfère le foot. Ils habitent en alternance chez leur mère et chez leur père, Jean (prénom d'emprunt). Il y a deux mois, en consultant l'historique du moteur de recherche de leur ordinateur, Jean découvre que ses fils s'intéressent d'un peu trop près aux jeux d'étouffement. Lucas et Tom visionnaient des séquences sur YouTube.

"Pour certains enfants, ce jeu est une addiction comparable à la drogue."

Le jeu du foulard peut handicaper à vie

Il y a les morts. Mais aussi les dégâts que le jeu du foulard peut occasionner. À vie. En France, on estime qu'une soixantaine d'enfants par an resteront handicapés physiques ou télo-moteurs suite à ces sufflements provoqués. Certains sont devenus sourds ou aveugles, d'autres ont tombés dans un coma profond. Le Dr Koen Bronselaer est médecin urgentiste à l'UCL et collabore au service de médecine légale de l'hôpital universitaire de Louvain. Il nous explique ce qu'il se passe au niveau du cerveau quand on étouffe lentement.

Pourquoi le jeu du foulard est-il "grisant"?

DR KOEN BRONSELAER. - Le cerveau possède deux sources d'énergie: le sucre et l'oxygène. S'il y a pénurie d'un des deux, il active des neurotransmetteurs de façon contrôlée: c'est ce qui fait briller les étoiles dont les enfants parlent. Il s'agit d'hallucinations visuelles. Le manque d'oxygène dans le cerveau provoque une sorte

d'ivresse, de grisaille.

Combien de temps un être humain peut-il tenir sans oxygène?

J.L.B. - Notre cerveau ne possède pas de réserve d'oxygène. Si l'on coupe entièrement l'arrivée d'oxygène, la personne perd conscience au bout de trois minutes. Après cinq minutes sans oxygène, les dégâts causés au cerveau sont irréparables, car l'homme ne fabrique pas de nouvelles cellules cérébrales.

Lors du jeu du foulard, on coupe totalement l'apport en oxygène?

J.L.B. - Pas totalement. Le cœur envoie du sang vers le cerveau par les deux grandes artères qui passent par le larynx, les carotides, mais aussi par deux petites veines, les artères vertébrales, dans la colonne vertébrale et le cou. Si l'on comprime entièrement les carotides par la strangulation, on interrompt en grande partie l'apport d'oxygène. Mais du sang - et donc de l'oxygène - passe toujours par les petites veines du cou. Cela mène à

un manque d'oxygène. Le but du jeu du foulard est de relâcher la strangulation à temps, avant que la personne ne perde connaissance. En cas de strangulation prolongée, le cerveau cesse de fonctionner par manque de sang, le corps n'est plus commandé par le cerveau et, finalement, le cœur s'arrête de battre.

Les garçons que nous avons interrogés comptent jusqu'à cent avant de relâcher l'étreinte. Est-ce trop long?

J.L.B. - Ça dépend avec quelle force ils compriment le larynx et quel lien ils utilisent. Avec une corde, c'est la vraie strangulation: la mort suit au bout de quelques minutes. En utilisant un lien plus large (écharpe, ceinture, essuie-mains), le resserrement est plus partiel. Mais, même dans ce cas, compter jusqu'à cent, c'est très long et très dangereux. Et s'il n'y a pas quelqu'un pour desserrer le nœud à temps, si on le fait seul et qu'on perd connaissance, on est voué à une mort certaine.

Comment avez-vous réagi?

J.L.B. - Tout de suite, je me suis inquiété. Lucas et Tom sont des risque-tout. Il suffit qu'ils découvrent quelque chose de neuf pour vouloir l'essayer. J'en ai d'abord parlé à Lucas. Il était surpris que je sois au courant.

Lucas, tu savais que c'était un jeu dangereux?

LUCAS. - Au début, non. Quand mon père m'a expliqué que des enfants en sont morts, ça m'a effrayé.

Comment avez-vous découvert le jeu du foulard?

LUCAS. - Cet été, en vacances. Nous étions en France avec maman. Nous avons trouvé des copains. Un soir, l'un d'eux nous a parlé d'un jeu qui provoque des sensations agréables.

TOM. - Ce garçon avait mon âge, et il disait que, dans son école, ils jouaient à ça.

LUCAS. - Il nous a montré comment faire avec un essuie-mains. Il l'a enroulé autour de son cou et a demandé à un copain de tirer aussi fort qu'il pouvait, jusqu'à lui couper le souffle.

TOM. - Et puis, on a dû compter jusqu'à cent.

LUCAS. - À la fin, ses yeux roulaient dans leurs orbites. Il est devenu pâle et sans force.

TOM. - À cent, l'autre garçon a lâché l'essuie-mains. Le gars qui s'est fait étrangler a dit que c'était le meilleur moment: il a dit qu'il voyait des étoiles.

Vous avez essayé?

LUCAS. - En vacances, je l'ai fait une fois, parce que tout le monde le faisait. Celui qui m'a fait pas, on se moquait de lui. Tom ne s'y est pas risqué.

TOM. - C'était trop sinistre. J'ai eu peur quand Lucas l'a fait.

LUCAS. - Ce n'était pas sinistre! Ces gamins français savaient parfaitement comment agir. La première fois, ils l'ont fait avec les mains: je devais apprendre ce que ça faisait de ne plus pouvoir respirer sans paniquer. Au début, je me suis senti comme si je nageais sous l'eau et que je n'arrivais pas à émerger à temps. Mon cœur battait vite et j'avais mal aux poumons.

Y avez-vous joué à la maison?

J.L.B. - Ils maintiennent qu'ils ne l'ont essayé qu'une seule fois. Mais je ne les crois pas. ➔

→ **LUCAS.** - Mais oui, papa, une fois! Je t'ai dit que ça m'a donné une forte sensation de nausée et qu'on a décidé de ne plus le faire!

Peux-tu expliquer en quoi consiste cette "sensation agréable"?

LUCAS. - Quand on attend assez longtemps, on voit des étoiles, des flashes lumineux. En même temps, on se sent léger, comme si les pieds ne touchaient plus terre. Quand on respire à nouveau, on a le vertige.

TOM. - En France, le garçon l'a fait plusieurs fois à la suite. Il a dit qu'ainsi les sensations sont plus fortes.

LUCAS. - Du coup, à la maison, j'ai essayé. Après la troisième fois, j'ai eu la nausée et j'ai vomit. Ce n'était vraiment pas chouette.

TOM. - Ce garçon français a dit qu'il fallait toujours jouer à deux.

LUCAS. - Quand on y joue tout seul, on est incapable de tenir fort sur l'écharpe assez long temps, on devient tout faible. Mais quand on est à deux, il ne peut rien se passer. Et puis,

on n'a pas le droit de compter au-delà de cent.

TOM. - Je trouvais surtout bêtes les enfants qui ont essayé seuls.

LUCAS. - Quand on le fait seul, on ne peut pas lâcher le foulard à temps et on perd connaissance. Alors, on peut étouffer et en mourir. Mais ça, le garçon français ne nous l'avait pas dit.

Avez-vous appris ce jeu à vos copains de classe?

LUCAS. - Oui. Nous y

avons joué un jour, à midi. Certains trouvaient ça cool. Mais quand papa l'a découvert, il m'a dit de prévenir mes copains. Et j'ai fait un exposé à ce sujet en classe. Ça a effrayé tout le monde. Je ne pense pas qu'on y jouera.

José Fernandez est le père de Victoria, décédée en 2008. Depuis sa mort, il anime l'ASBL Chousingha (le totem scout de sa fille). L'association veut faire prendre conscience aux enfants et aux ados des dangers des jeux d'étouffement. "Plus que jamais, la prévention s'impose", estime José Fernandez, qui a récemment convaincu les ministres de l'Enseignement et de la Jeunesse de la nécessité d'agir. Avant la fin de l'année, enseignants et directeurs des écoles primaires et secondaires recevront une brochure explicative. À eux de l'utiliser au mieux avec leurs élèves. Une vidéo est aussi prévue pour 2010. Elle visera les principaux "acteurs de



"On a appris le jeu du foulard en vacances en France. Après, on y a joué avec nos copains de classe. Certains trouvaient ça cool."

cible" des jeux d'étouffement: les 12-15 ans. Cette vidéo - non choquante - sera diffusée via leur média favori: les sites de partage type YouTube ou Dailymotion.

José, comment des enfants en arrivent à penser que s'étouffer est un jeu agréable?

JOSÉ FERNANDEZ. - Les plus jeunes commencent par le jeu de la tomate: on retient son souffle le plus longtemps possible jusqu'à devenir rouge comme une tomate. Si un enfant de l'école découvre d'autres pratiques - avec une écharpe, une ceinture ou les mains - le phénomène se répand vite dans un groupe. Le jeu est un moyen de montrer de quoi on est capable. Ce sont essentiellement les enfants intelligents et curieux qui courent des risques: ils découvrent leur corps et veulent faire des expériences.

Ce jeu développe une accoutumance?

J.F. - Oui, pour certains enfants, c'est une addiction comparable à la drogue: ils veulent revivre cette sensation, encore et encore.

Dans un premier temps, avez-vous pensé que votre fille s'était suicidée?

J.F. - Quand vous trouvez votre fille pendue dans sa chambre, la première chose qui vous traverse l'esprit, c'est le suicide. On se pose des milliers de questions, on se fait des reproches: est-ce que j'ai failli dans mon rôle de père ou de mère? Pourquoi est-ce que je n'ai pas vu qu'elle était malheureuse? Mais Victoria n'était pas malheureuse, au contraire! Elle avait de nombreuses amies - à l'école, au club sportif, au cours de musique, de théâtre. Je n'avais jamais perçu le moindre problème.

Comment avez-vous su qu'il s'agissait du jeu du foulard?

J.F. - Au lendemain de sa mort, la mère de ses amis m'a envoyé un SMS s'étant laissé entraîner par le jeu du foulard sur le Net, je suis tombé sur une association, APEAS (Association de parents accidentés par strangulation). J'ai interrogé sa fondatrice, Françoise Cochet, sur plusieurs questions spécifiques, elle m'a répondu par oui. Elle n'a plus eu de nouvelles. Victoria a été victime du jeu du foulard.

Pour vous, la différence était-elle évidente?

J.F. - Ma fille ne s'était pas suicidée, c'était un accident. Elle n'a pas su consciencieusement à cause du manque d'oxygène ne s'est pas rendu compte qu'elle arrêtait cardiaque et qu'elle était en train de mourir. Aujourd'hui, des policiers viennent me voir: ils veulent savoir comment se déroule le jeu du foulard, de manière à l'écarter comme hypothèse du décès. On a rouvert récemment un dossier d'un garçon de 14 ans, dans lequel on avait conclu au suicide. Les parents ont vécu toutes ces années avec un sentiment de culpabilité, croyant que leur fils s'était pendu, alors qu'il a probé la victime du foulard.

Trois cas belges ont été présentés dans les médias. Pensez-vous qu'il y ait d'autres enfants morts dont le décès a été lié au foulard?

J.F. - En plus des décès connus, il y a beaucoup de cas d'enfants de la région qui ont été refusés de rendre compte, donc très possible qu'il y ait d'autres victimes.

Interviews: Sven Spoormak

Traduction: Eliane

Adaptation: Ve

”
Quand on attend assez longtemps, on voit des étoiles, et on ne voit plus que des flashes lumineux.”