



**SERVICES**

**SOS**  
Ambulances ..... 144

**Police**  
Appels urgents ..... 117  
Centrale d'engagement  
et d'alarmes ..... 305 17 17

**Centres d'intervention**  
Région Nord:  
Domdidier ..... 305 66 71  
Région Centre:  
Granges-Paccot ..... 305 68 11  
Région Sud:  
Vaulruz ..... 305 67 41

**Feu**  
Fribourg ..... 118

**URGENCES**

**Permanence médicale**  
Fribourg et Sarine\* ..... 350 11 40  
Glâne ..... 350 11 40  
Gruyère ..... 350 11 40  
Veveyse ..... 021 948 90 33  
Estavayer-le-Lac ..... 660 63 60  
Domdidier, Avenches ..... 660 63 60  
Payerne ..... 660 63 60  
Morat et Lac ..... 0900 670 600

**Permanence dentaire**

**Fribourg: S.F.M.D. tous les jours**  
026 322 33 43\*  
**Dentomed:** 026 477 00 00\*  
**Centre Médico-Dentaire Beauregard**  
026 309 26 26\*  
**Sud fribourgeois: S.F.M.D.**  
026 919 35 30\*  
**Broye FR-VD: S.F.M.D.**  
0848 133 133\*  
**Dentalys Payerne**  
026 660 89 12\*  
\* Paiement comptant

**Perm. chiropratique**

sa-di et jours fériés de 9 à 12 h  
079 626 55 54

**Aide aux victimes**

**Centre LAVI** | Consult. pour enfants,  
hommes et victimes de la route |  
T. 026 305 15 80.  
**Solidarité Femmes/Centre LAVI**  
Consult. femmes |  
T. 026 322 22 02.  
**SOS Enfants** | Perm. enfants, parents,  
jeunes | T. 147.  
**Main tendue** 24 h sur 24 ..... 143  
**SOS futures mamans** |  
Perm. tél. 24 h sur 24 |  
T. 026 3 220 330.  
**Accueil de nuit «La Tuile»** | Toit, repas  
pour les pers. sans logis | rte de Marly 25  
| Fribourg | T. 026 424 43 21 | Ouv. dès  
19 h.  
**Info sida** | Antenne | T. 026 424 24 84.  
**SOS-Alcool 24 h/24** | T. 0848 805 005.

**PHARMACIES**

**FRIBOURG ET ENVIRONS**  
**Mercredi 13 octobre 2010**  
Pharmacie Amavita Grand-Pré  
Imp. Nouveau Marché 1, Marly  
lu-sa jusqu'à 20 h, di et jours fériés  
9 h 30-12 h 30, 17 h-20 h.

**ROMONT**  
Pharmacie Tête Noire  
026 651 92 92  
Di et jours fériés 10-12 h, 17-18 h

**BULLE**  
Pharmacie Sunstore Migros  
026 912 33 00  
sa 8-12 h, 13 h 30-16 h; di 10-12 h,  
17 h 30-18 h 30, lu 9-12 h, 14-18 h 30

**BROYE**  
Pharmacie du Camus, Estavayer-le-Lac  
026 663 26 52  
En dehors des heures d'ouverture  
026 660 26 37

**PAYERNE**  
Pharmacie Alpha  
026 660 26 37

**JEUX**

**Tirages du 12 octobre 2010**

**BANCO** 36  
1/13

1 4 10 12 13 14 24  
31 32 34 39 45 48 49  
50 51 54 67 68 69

**BANCO**

6 7 V D A 7  
8 A 6 7 10 A

Seule la liste officielle des résultats  
de la Loterie Romande fait foi.

# «La maladie de mon fils m'a fait vivre à cœur ouvert»

**TÉMOIGNAGE • Richard Cummings publie un livre sur Michaël, mort à 12 ans d'une affection neuromusculaire dégénérative.**

**ANNICK MONOD**

La vie a-t-elle un sens lorsqu'elle vous rend «orphelin» d'un fils? L'homme de radio canadien Richard Cummings répond par l'affirmative. Dans un livre-témoignage puissant, ce père de trois enfants raconte la courte mais lumineuse existence de son fils aîné, Michaël. Le corps torturé mais le sourire intact, ce petit bonhomme blond est décédé, à 12 ans, des suites d'une maladie neuromusculaire dégénérative. Avec pudeur et beaucoup de tendresse, son père retrace douze années de combat, de peurs et de joies qui ont bouleversé sa vie. Il sera à Fribourg lundi prochain pour une séance de dédicaces à la FNAC, de 17 à 19 h.

Michaël a 2 ans lorsque vous apprenez le pronostic: il mourra avant l'adolescence. Comment survivre à cette nouvelle? **Richard Cummings:** Ce jour-là, je suis sorti du bureau du neurologue avec une sorte d'engourdissement: la souffrance est si grande que la vie nous protège en nous empêchant de sentir. Entendre que son enfant est condamné à mort, c'est un très grand choc, un point de bascule. Et un immense sentiment d'impuissance. Comme si les liens de confiance avec la vie étaient rompus...

Sa survie est devenue votre combat... L'impuissance a fait place à l'action. J'ai pris la voie du père sauveur, en me surinvestissant dans les soins: 39 mois durant, Michaël a été hospitalisé à domicile, avec la machinerie et l'hypervigilance que ça suppose. A cause de ses insuffisances respiratoires, un simple rhume pouvait le tuer. Mais moi, j'étais déjà mort de peur...

Vous étiez aussi le papa de deux autres enfants, un mari, un professionnel... Comment garder un semblant d'équilibre? Il n'y a pas d'équilibre. Impossible. J'étais voué à ces soins – qui ont permis à Michaël de vivre plus longtemps, les médecins l'ont reconnu. Mais il est impossible de tout faire. Dans le couple que je formais avec mon ex-femme, chacun a réagi différemment. Moi, je criais sur mes deux autres enfants au moindre refroidissement. J'étais devenu invivable pour mes proches.

Surprise: en lâchant la peur de la mort, vous avez fait place à la vie...



Richard Cummings sera lundi soir à Fribourg. O. HANIGAN/ÉD. DE L'HOMME

Oui, et c'est probablement là où mon histoire peut toucher chacun. La mort, et surtout la mort de son enfant, est probablement la plus grande peur des humains. Quand j'ai réussi à lâcher cette peur, ça a été une transformation. J'ai appris à vivre complètement le moment présent: c'est une succession de vie intense, presque infinie. Aujourd'hui, je ne laisse plus la peur infléchir mes décisions ni mes élans du cœur.

Cette expérience vous a apporté la joie? Oui: je ne suis plus l'homme que j'étais. Mes enfants ont été mes maîtres de joie. Michaël n'a jamais marché, il passait 12 heures par jour sous respirateur, mais il parlait, il chantait, il a même enregistré un disque! Il a été un «ouvreur de coeurs»: je le dis sans mièvrerie ni sentimentalité. Il avait cette capacité d'aller directement au cœur des gens.

Quand on n'a pas beaucoup de temps de vie, on va à l'essentiel...

Avez-vous trouvé un sens, un «pourquoi»? Dans l'épreuve, on demande: «pourquoi?» – ou: «pourquoi moi?» Et on n'a pas de réponse. Moi, cela m'a sauvé de ne pas me torturer avec des pourquoi. J'ai temporairement accepté le non-sens apparent, je me suis laissé traverser par l'épreuve sans résister. Et un jour, j'ai réalisé que j'étais en mesure d'en comprendre le sens. La vraie question, ce n'est pas «pourquoi?», mais «pour... quoi?» C'est ce qu'on fait d'un événement qui compte. La vie m'a donné Michaël pour que je puisse le redonner aux autres à travers mon témoignage. Et éveiller en eux des forces latentes, comme lui m'a permis de le faire. **I > Richard Cummings**, «Michaël, mon fils». Ed. de l'Homme, 266 pp.

**ÉDUCATION**

## Pourquoi il a menti

Inspirées d'expériences réelles, ces chroniques mettent en scène des situations fictives, afin de préserver la confidentialité des consultations.

Stéphane, 12 ans, arrive en retard à la maison, alors qu'il doit rentrer directement après l'école. Il explique qu'un enfant de sa classe s'est fait mal et qu'il l'a raccompagné. Mais le lendemain, la maman de Stéphane croise par hasard la maman du camarade en question. Elle découvre que Stéphane avait menti: son copain ne s'était pas blessé, ils avaient joué ensemble dans la cour d'école! Plusieurs raisons poussent un enfant à raconter un mensonge. Quelquefois, il n'ose tout simplement pas avouer ce qu'il a fait, car il a honte et protège son image. Parfois, c'est pour embellir la réalité, comme quand Stéphane, petit, racontait qu'il avait été faire une promenade en soucoupe volante. Ces mensonges-là apparaissent surtout lorsque la différence entre l'imaginaire et la réalité n'est pas tout à fait installée. Ils ne visent pas à tromper, et, si on les considère comme de la fantaisie, ils disparaissent avec la croissance. Enfin, souvent, l'enfant ment pour ne pas se faire gronder et éviter les punitions, surtout lorsqu'elles sont trop dures ou disproportionnées.

Quand le mensonge a pour but de tromper quelqu'un, le rôle des parents est d'amener l'enfant à reconnaître son acte, sans toutefois le dénigrer. L'enfant a besoin d'être mis en face des conséquences de son mensonge: «Tu sais, si tu mens, je ne vais plus te croire, même si c'est vrai.» Ou: «Je ne suis plus sûr si je peux te faire confiance.» Ainsi l'enfant comprend qu'il a aussi une responsabilité dans la confiance qui lui est accordée.

Les parents de Stéphane peuvent réfléchir à différents aspects. D'abord, s'interroger sur le pourquoi du mensonge: il semble que Stéphane aimerait avoir plus de liberté après l'école pour discuter avec ses copains ou traîner sur le chemin, mais n'ose pas le demander. Ensuite, lui parler des conséquences: par exemple de la confiance et de l'inquiétude provoquée par son retard. Puis chercher comment il pourrait réparer les dommages: Stéphane pourrait aider dans une tâche ménagère pour compenser le temps passé à le chercher. Enfin, pour prévenir la «récidive», ses parents réfléchissent à lui donner une heure de retour de l'école un peu plus large. De plus, ils vont encourager Stéphane à leur parler quand quelque chose ne va pas. Ainsi, la confiance entre Stéphane et ses parents pourra se renouer et se consolider.

VÉRONIQUE CHARRIÈRE\*

\* Entr'acte, Centre de consultation et de formation à Bulle

**SUDOKU**

by Ex-perience.ch

7			1	9				2
	1					7	4	
	2			6	7			3
					1			9
		7				8		
4			3					
8			9	3				1
	7	3						5
9				5	2			6

N° 1407 Difficile

La règle du SUDOKU est on ne peut plus simple. Le but est de compléter la grille en utilisant les chiffres de 1 à 9 et en tenant compte que chaque ligne, colonne et carré contient tous les chiffres une seule fois.

Retrouvez la solution avec une nouvelle grille dans la prochaine édition de La Liberté

Grilles de fabrication Suisse  
WWW.SU-DO-KU.CH

3	7	6	2	9	8	4	5	1
2	4	8	6	1	5	7	3	9
9	1	5	3	4	7	6	8	2
1	2	3	8	6	4	9	7	5
8	6	4	7	5	9	2	1	3
5	9	7	1	2	3	8	4	6
6	8	2	5	7	1	3	9	4
4	3	1	9	8	6	5	2	7
7	5	9	4	3	2	1	6	8

**MOTS CROISÉS**

**Horizontalement**

1. Intimide beaucoup de monde avec ses grands airs.
2. Partie creuse du pistil. De quoi consoler.
3. Grignotent un bout. Irakienne fouillée.
4. Salle d'audience d'un tribunal.
5. C'est bien do. Couches protectrices.
6. A rejouer, au tennis. Au bout de la liste.
7. Communique à distance. Aventurier et femme du monde.
8. Fille sympa, tête familière. Pouvoir passé.
9. Cocktail détonant. Toujours en conflit avec ses voisins.
10. Expulser de l'air bruyamment.

**Verticalement**

1. Dense du ventre.
2. Fin prématurée.
3. Libre dans l'eau. Montée par les alpinistes.
4. Résonna comme une cloche. Guide de mine.
5. Elle sait à quel sein se vouer. Support de quille.
6. Solitaire, il s'attache à l'homme. Ville du Japon.
7. Met un terme à la pagaille. Des siècles et des siècles.
8. Pour la troisième personne. Parlé à l'Est, demeure en Italie. Au départ, à l'arrivée.
9. Entre le tronc et le citron. Retire du liquide.
10. Gens du monde. Bons à rien.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

**SOLUTION DU MARDI 12 OCTOBRE**

- |  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <b>Horizontalement</b>                 | <b>Verticalement</b>             |
| 1. Université. 2. Rouage. Vil.         | 1. Uranoscope. 2. Notariat.      |
| 3. Attraper. 4. Na. Arasées.           | 3. IUT. Allier. 4. Varan. Etre.  |
| 5. Oranais. Si. 6. Sil. Trop. 7. Calé. | 5. Egarât. 6. Répare. An.        |
| 8. Otite. Aida. 9. ER. Agées.          | 7. Essorage. 8. Ivre. Prier.     |
| 10. Etrener.                           | 9. Ti. Es. Ede. 10. Elusif. Aso. |