

# Une ex-détenue raconte la prison et sa vie d'après

*Le Parisien*, par Julien Solonel, le 3 mars 2023

<https://www.leparisien.fr/faits-divers/la-vie-dapres-dune-ex-detendue-je-nai-pas-le-droit-doublier-quune-fille-est-morte-a-cause-de-moi-03-03-2023-4PMFL24V3FHOFEBJ6K2WLCMPA4.php>

**LE PARISIEN WEEK-END.** « Je n'ai pas le droit d'oublier qu'une fille est morte à cause de moi. » Un soir de 2016, Juliette apporte à une fête de la MDMA, principe actif de l'ecstasy. Elle ignore que la drogue est surdosée et Alice, 26 ans, en meurt. Après plus de trois ans passés en prison, elle nous raconte son parcours, sans occulter le drame.

Est-ce le besoin de rattraper les années perdues dans les 9 m2 d'une cellule ? Juliette (le prénom a été changé), carrure athlétique et cheveux châtain clair réunis en queue-de-cheval, parle vite et sans s'arrêter.

D'une voix légèrement éraillée, l'ancienne fêtarde de 31 ans raconte d'un trait son enfance paisible dans le Sud-Ouest, sa découverte des soirées et des drogues lors de ses années de fac à Bordeaux, son départ pour Paris. Un parcours sans histoires, jusqu'à cette nuit de décembre 2016 où elle a tué une jeune fille de son âge en lui proposant de l'[ecstasy qui se révélera surdosé](#).

Condamnée à huit ans de prison pour homicide involontaire, Juliette compte parmi les quatorze ex-détenues qui témoignent dans « Je suis dehors », d'Elvire Emptaz (JC Lattès). Un livre rare, qui aborde un angle mort du système judiciaire : la trajectoire de celles qui ont connu la prison – aujourd'hui, quelque 3 000 femmes sont incarcérées en France.

Juliette y relate les trois ans et demi qu'elle a passés à la [maison d'arrêt de Fleury-Mérogis](#) (Essonne), jusqu'à sa sortie, en août 2020 : la saleté, les bagarres, mais aussi la beauté qui peut se cacher entre ces murs, et sa révélation pour la cuisine, nourrie par [l'école du chef Thierry Marx](#).

Sans jamais nier ce qui l'a conduite en prison, celle qui travaille aujourd'hui dans un restaurant du XIe arrondissement de Paris retrace son cheminement depuis sa libération, et l'obligation qu'elle s'impose de faire de son expérience derrière les barreaux une force.

**Quel a été votre parcours, jusqu'à vos 25 ans ?**

**JULIETTE.** J'ai passé ma jeunesse dans un village du Lot-et-Garonne, à côté d'une grande forêt, avec mes parents et mes deux sœurs. J'étais très bonne élève et, après le lycée, je suis allée à Bordeaux pour suivre des études de droit. En parallèle de la fac, j'ai découvert la fête. Entre mes 18 et mes 25 ans, j'ai bu [énormément d'alcool](#) et pris de la drogue, surtout de la cocaïne. Je suis petit à petit devenue un personnage, celui de la meuf jusqu'au-boutiste, toujours la dernière à aller se coucher.

Pour m'éloigner de cet univers, je suis partie en 2016 à Paris suivre une licence d'histoire de l'art avec, comme objectif, de passer le concours de commissaire-priseur. Mais si Paris était le bon

endroit pour moins sortir, ça se saurait... Et finalement, je me suis retrouvée à faire la fête encore plus.

### **Jusqu'à cette nuit du 23 au 24 décembre 2016. Pouvez-vous nous raconter ?**

Après une soirée avec des potes, nous allons chez l'une d'entre elles pour continuer la fête. Nous sommes six dans cet appartement parisien, dont Alice, une copine de copine. Elle a un an de plus que moi et vient aussi de Bordeaux, mais c'est la première fois que je la vois.

Il est déjà tard dans la nuit, j'ai beaucoup bu et pris pas mal de cocaïne. J'ai alors cette idée complètement conne de partager une bouteille contenant de la MDMA (*le principe actif de l'ecstasy*) diluée dans de l'eau. Les analyses montreront plus tard qu'elle était mortellement dosée, et que rien que tremper ses lèvres dedans était potentiellement dangereux. Mais il est tard, notre jugement est altéré. Nous en prenons toutes. Là, Alice s'endort, c'est du moins ce que l'on croit.

### **Que faites-vous après ?**

Nous, nous continuons la soirée et, au petit matin, nous essayons de la réveiller. Ça ne marche pas, alors nous appelons les pompiers qui nous demandent de réaliser un massage cardiaque. C'est moi qui l'exécute pendant les vingt minutes que les secours mettent à venir. J'ai du mal à me rendre compte de ce qui se passe, j'espère juste que ça va aller pour Alice.

Quand les pompiers arrivent, je fonce vomir dans la salle de bains, d'où j'entends le bruit du défibrillateur. Lorsque la police nous interroge, je dis tout de suite que c'est moi qui ai apporté la drogue.

### **À quoi pensez-vous à ce moment-là ?**

Je suis dans un tel état de sidération que je ne me rends pas vraiment compte de la situation. Vu la dose que nous avons absorbée, nous sommes toutes mises sous surveillance à l'hôpital.

Après avoir été examinée, je suis placée en garde à vue dans les locaux de la brigade criminelle, au 36, quai des Orfèvres. J'apprends au bout de quelques heures qu'Alice est décédée.

Je pense à ses parents, qu'elle devait rejoindre pour les fêtes à Bordeaux, à sa mère, dont c'était l'anniversaire. Je voudrais leur dire que je suis désolée, mais l'un des policiers me dit : « Tu crois qu'ils ont envie de parler à la meurtrière de leur fille ? » Cette phrase me fait l'effet d'une claque.

« Je me dis que ça ne va pas durer... Finalement, je resterai trois ans et demi en prison »

Juliette

### **Vous culpabilisez...**

Même si je pensais juste à faire la fête et que je n'ai jamais forcé qui que ce soit à prendre de la drogue, c'est ma faute. Peu importe que je n'aie pas voulu provoquer tout ce mal. Si je n'avais pas été là ce soir-là, avec ce produit-là, Alice serait toujours vivante.

### **Que se passe-t-il ensuite ?**

Après deux jours de garde à vue, je rencontre la juge d'instruction, qui me laisse sortir sous contrôle judiciaire. Je rentre à Bordeaux, où j'apprends quelques jours plus tard que le procureur a

fait appel de ma remise en liberté. Je suis convoquée le 17 janvier 2017 au tribunal de Paris pour savoir si je vais en prison.

### **Comment l'audience se déroule-t-elle ?**

La mère d'Alice est présente. Lorsque je l'aperçois, je prends conscience qu'elle ne verra plus sa fille et j'éclate en sanglots. À l'issue de l'audience, et avant d'être emmenée en détention préventive, je lui fais dire, par l'intermédiaire de son avocat, à quel point je regrette ce qui s'est passé. Puis je monte dans un fourgon pour être conduite à la maison d'arrêt de Fleury-Mérogis, la plus grande prison d'Europe.

### **Quels sont vos premiers souvenirs de la prison ?**

La fouille intégrale, puis le tri de mes vêtements. Je l'ignorais, mais le bleu et le kaki sont réservés à l'autorité – administrations pénitentiaires ou militaires –, et donc interdits pour les détenus. Tout comme les capuches, qui pourraient être utilisées pour dissimuler le visage. Ensuite, on m'emène dans le quartier des « arrivantes », où je reste une semaine.

### **Subissez-vous, comme beaucoup de personnes qui découvrent la prison, un « choc carcéral » ?**

Non, au contraire, je me sens étonnamment bien. Ne plus faire la fête, ne pas boire, me retrouver seule, dormir, me permet de retrouver une forme de calme. Et puis, je suis encore dans cet état de sidération. Je me dis que ça ne va pas durer très longtemps, qu'on va me libérer dans l'attente de mon jugement. Finalement, j'y resterai trois ans et demi.

### **À quoi vos journées ressemblent-elles ?**

Je partage ma cellule de 9 m<sup>2</sup> avec une codétenue. La première année, j'essaie de poursuivre mes études, mais c'est compliqué dans ces conditions. Alors je me mets à faire beaucoup de sport.

Le matin, je me lève à 5h30 pour mon yoga, puis je travaille à l'atelier de confection d'emballages jusqu'à 13 heures. Ensuite, je me rends au gymnase. Je profite aussi des promenades pour courir. Aujourd'hui encore, le sport participe à mon équilibre. Je fais du crossfit en salle. J'en ai besoin pour me sentir bien.

« Alors que la plupart des détenues veulent du shit ou des téléphones portables, moi, je payais pour qu'on m'apporte du poivre et de la cannelle ! »

Juliette

### **Vous dites avoir été marquée par les conditions de détention...**

Le quartier des femmes de Fleury est particulièrement vétuste. Les douches communes sont ignobles, avec du moisi, des insectes morts, des limaces. Il règne aussi une odeur très particulière en prison. Un mélange de tabac, d'humidité, d'huile de cuisine... À chaque fois que je suis arrivée dans une nouvelle cellule, j'ai passé des heures à récurer chaque centimètre carré. C'était une manière de me sentir bien dans mon environnement, et de m'approprier un endroit alors que j'étais dépossédée de tout.

### **Avez-vous été confrontée à la violence derrière les barreaux ?**

Elle est intrinsèque à la prison. Tout est froid, austère, cadencé. L'enfermement est violent. Il y a aussi la violence entre détenues.

Privées de liberté, on est toutes angoissées. La frustration provoque de l'agressivité, surtout chez celles qui n'ont pas de recul ou ne savent pas gérer leurs émotions. J'ai assisté à des bagarres, notamment une à la fin de ma détention où une fille s'est fait arracher une oreille et une autre a sorti une lame de rasoir. Tout ça pour 20 euros.

Deux ou trois fois, aussi, j'ai failli me prendre une droite mais, finalement, ça n'a pas été plus loin.

### **Dans cet univers très dur, vous avez quand même réussi à trouver de la tendresse...**

J'ai vécu des histoires avec plusieurs filles. L'une a duré deux ans. Je me souviens très bien du moment où j'ai vu cette Hongroise-Roumaine dans le couloir. C'était le jour où je quittais le quartier des « arrivantes » pour rejoindre la détention « normale ». Je me suis dit : « Waouh, il y a aussi de la beauté ici. » Nous avons vécu un truc très candide, un peu fleur bleue, comme les premières amours de collège. On s'échangeait des mots doux, des origamis et on se retrouvait dans les vestiaires. Elle est sortie avant moi, et la relation à distance n'a pas tenu. Avec le recul, je ne sais pas si on se serait mises ensemble hors de la prison. Mais quand même, c'était joli de vivre ça dans l'hostilité carcérale.

### **Pourtant, l'homosexualité n'est pas toujours bien vue en détention...**

Quand je suis arrivée, non. Les autres détenues regardaient ça avec mépris. Et puis, un jour, des petites meufs de 20 ans ont débarqué, dont quelques lesbiennes. D'un seul coup, expérimenter est devenu la mode. C'est intéressant de voir que la prison n'est pas complètement imperméable à ce qui se passe à l'extérieur, et qu'elle est aussi le reflet des évolutions de la société.

### **En cellule, vous vous êtes aussi découvert une passion, la cuisine. Comment cela a-t-il été possible ?**

J'ai toujours aimé cuisiner, recevoir les gens. Comme j'avais beaucoup de temps en prison, je m'y suis mise pour m'occuper. J'allais à la bibliothèque recopier des recettes trouvées dans des livres, que je notais sur des cahiers de brouillon, ou même sur des bons de cantine.

Cuisiner était une façon de retrouver des souvenirs et des sensations du dehors. Il y a aussi une dimension de partage. Normalement, les détenues n'ont pas le droit de faire sortir de la nourriture de leur cellule, alors il m'arrivait de mettre des cookies dans mon soutien-gorge pour les distribuer aux autres pendant la promenade (elle sourit).

### **Mais vous n'aviez pas vraiment le matériel pour réaliser vos recettes...**

Je m'étais bricolé un « four » avec deux plaques électriques et deux poêles. Il me manquait une balance, par exemple. Alors, après avoir demandé à ma petite sœur de m'envoyer les équivalences de poids, j'ai commencé à tout peser avec un pot de yaourt. J'ai également fabriqué une râpe en perçant une boîte métallique de halva, cette pâte de sésame utilisée dans la pâtisserie orientale.

J'ai aussi fait rentrer des épices par le parloir. Alors que la plupart des détenues veulent du shit ou des téléphones portables, moi, je payais pour qu'on m'apporte du poivre et de la cannelle !

### **La cuisine a pris une telle place que vous avez décidé d'en faire votre métier...**

Pour passer un peu le temps, je m'étais inscrite à une formation de vente en jardinerie. Dans la salle de cours à côté de la mienne, des détenues déjà condamnées suivaient une formation dispensée par Cuisine mode d'emploi(s), l'école de Thierry Marx.

Ayant le statut de prévenue (*en attente de procès*) à ce moment-là, je ne pouvais y prendre part mais, à chaque pause, je venais discuter avec la cheffe et échanger des recettes. J'ai fini par écrire à l'école pour leur dire que j'étais hyper motivée et leur demander de participer quand ma situation judiciaire le permettrait.

### **Justement, quand avez-vous été jugée ?**

En janvier 2020, j'ai été condamnée à huit ans de prison pour homicide involontaire. La procédure a été particulièrement longue car le chef d'accusation a été transformé, à un moment donné, en « administration de substances nuisibles ayant entraîné la mort sans intention de la donner », avant de revenir à la qualification d'origine.

À l'époque de ma condamnation, j'avais déjà effectué trois ans de détention préventive et, avec les aménagements de peine, j'étais libérable dans un délai de six mois. Je suis sortie le 18 août 2020, avec un bracelet électronique.

« Quand je suis sortie de prison, j'avais un bracelet électronique, donc dès que je rencontrais quelqu'un, je lui expliquais ce qu'il s'était passé »

Juliette

### **Quelles ont été vos premières impressions en quittant Fleury-Mérogis ?**

J'ai senti la liberté dans mes jambes. Pour la première fois en plus de trois ans, j'ai pu marcher 100 m sans être arrêtée par un grillage ou un mur. J'ai été frappée par les odeurs des kebabs ou des restos chinois. J'avais perdu l'habitude. J'ai aussi redécouvert la ville et son rythme, tout allait vite autour de moi.

### **Quel est votre parcours depuis votre libération ?**

Je suis dans une sorte de boulimie d'expériences. Une semaine après ma sortie, j'ai attaqué la formation de huit semaines chez Thierry Marx, puis j'ai enchaîné avec l'école de gastronomie Ferrandi. J'ai fait un stage dans un restaurant étoilé, tout en travaillant dans un autre établissement. Tout est allé très vite, j'ai eu pas mal de propositions et je sais qu'aujourd'hui, j'ai trouvé ma voie. Même si tout n'est pas facile. Il y a des hauts et des bas.

### **Est-il difficile de dire que l'on est une ex-taularde ?**

Quand je suis sortie de prison, j'avais un bracelet électronique, donc dès que je rencontrais quelqu'un, je lui expliquais ce qui s'était passé. Puis les différentes mesures judiciaires ont été levées au fur et à mesure – depuis le 22 septembre 2022, ma peine est officiellement finie. J'ai immédiatement parlé de ma situation à mes employeurs, et aussi aux personnes que j'ai connues sur l'appli de rencontres Tinder. Ça ne dérange pas les gens en général, ils sont curieux et s'excusent plutôt de me poser des questions.

Cela dit, mon expérience n'est pas représentative de ce que vivent la majorité des prisonnières, dont beaucoup ont connu la précarité ou la violence. Je ne suis qu'une gosse de riches, qui a commis un acte stupide.

### **Aujourd'hui, quels sont vos projets ?**

Depuis le 19 janvier dernier, je suis sous-chef de restaurant du XI<sup>e</sup> arrondissement de Paris. Je propose également des missions de conseil et d'événementiel, toujours dans le domaine de la cuisine. Mais mon objectif, c'est de voyager à l'étranger pendant sept ou huit ans, avant de revenir en France ouvrir mon propre resto, où j'intégrerai toutes ces influences.

### **Quel enseignement tirez-vous de la prison ?**

Cela m'a permis de me rendre compte de la chance que j'avais et, surtout, que je ne devais pas la gâcher. Je n'ai pas le droit d'oublier que quelqu'un est mort à cause de moi. Par ma faute, Alice n'est pas là pour vivre tout ce qu'elle avait à vivre. Par respect pour elle et pour sa famille, j'ai cette obligation de ne pas m'apitoyer sur mon sort, et de faire quelque chose de ma vie.

**« Je suis dehors - Quelle vie pour les femmes après la prison ? »** d'Elvire Emptaz, JC Lattès, 192 p., 19,90 €.