

**Zeitschrift:** L'Émilie : magazine socio-culturelles  
**Herausgeber:** Association Femmes en Suisse et le Mouvement féministe  
**Band:** [95] (2007)  
**Heft:** 1514

**Artikel:** Dedans-dehors : parcours de combattante  
**Autor:** Pralong, Estelle  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-283168>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Dedans-dehors : parcours de combattante

Etre présumée innocente et néanmoins subir la punition des coupables, c'est l'incarcération préventive. Témoignage.

Estelle Pralong

Un matin, je suis réveillée par un bruit de clé dans une porte métallique. Une voix inconnue annonce «petit déjeuner». Où suis-je? Non, je n'ai pas rêvé. Ou plutôt le cauchemar ne fait que commencer.

Je vois le jour au travers des barreaux. Je suis en prison ou plus précisément en détention provisoire, présumée innocente mais privée de liberté. Pour moi qui n'ai jamais eu à faire à la police ou à la justice, la vie s'écroule. Je ne parviens pas à réaliser ce qui m'arrive. Je pense immédiatement à ma famille, à mes ami-e-s. Ils vont s'inquiéter. Je suis abattue et honteuse : «C'est impossible, demain je vais sortir.»

Je suis dans une chambre de douze mètres carrés absolument dépouillée, avec une jeune «collègue» qui m'introduit au fonctionnement de la «maison». La solidarité règne et chacune se soutient pour ne pas «péter un câble», pour ne pas sombrer face à l'inadmissible et à l'attente interminable.

## *Du rythme et des angoisses*

Nos journées sont organisées et rythmées par les repas, la douche, la promenade et le sport une fois par semaine. Nous devons nous plier aux règles. Je viens d'un milieu modeste et j'ai été en internat pendant huit ans pour suivre mes études, je suis donc habituée à la discipline. Au bout de dix jours, il m'est offert, comme à chacune, la possibilité de participer, six heures par jour, à des ateliers. Ce travail nous permet d'acquérir un petit pécule pour faire quelques achats personnels à l'épicerie interne.

Je suis alors en contact avec toutes les détenues. Il y a les révoltées, les déprimées, les détraquées... Tous les délits sont représentés : meurtre, drogue, prostitution, vol... Je côtoie et je parle à des personnes d'un monde que je ne connaissais pas et que je ne voulais pas connaître. Pourtant, le respect est de mise. Personne ne juge personne. Chacune raconte ce qu'elle veut de son histoire.

Je suis très agréablement surprise par le comportement des gardien-nes et animateur-trices d'ateliers. Ils nous considèrent en tant qu'être humain et nous réconfortent quand nous en avons besoin. Et puis, pour moi qui suis croyante, quand le ciel est trop sombre, j'ai recours à Dieu et à l'aumônerie. Je suis reçue régulièrement par le Père Nicolas pour un moment d'écoute ou de détente devant un café.

Les samedis et dimanches semblent plus longs car il n'y a

pas d'ateliers et pas de visites d'avocats. J'ai pourtant l'immense privilège d'avoir, chaque dimanche, la visite de mes proches qui se relaient pour apporter un souffle de vie de l'extérieur. C'est parfois moi qui dois les réconforter, car cette épreuve est aussi très douloureuse pour eux.

Et puis il y a les moments d'angoisse avant chaque convocation hebdomadaire chez le juge: le trajet en fourgon, menottes au poing, l'attente dans une cellule aveugle. A la fin de ces journées, je suis contente de «rentrer». Il y a aussi l'attente d'une visite de l'avocat, la déception lorsque la détention se poursuit alors que l'on pensait sortir, le bonheur de voir une «collègue libérée», qui se transforme en mélancolie quand vous constatez que vous, vous êtes encore là, la douleur de ces femmes à qui leurs enfants manquent...

## *«La sortie: plus de murs de protection, plus rien.»*

Et puis un jour... il y a la sortie. Et c'est encore plus difficile que le manque de liberté ! Plus de murs de protection, plus rien. Compte bancaire bloqué, expulsion de logement, plus de travail... Que faire ? Les factures se sont accumulées et pas de quoi manger. Alors commence une autre bataille. Grâce à l'amour des miens, je peux manger et rester digne sans devenir «clocharde». J'ai désormais une autre vision de ceux qui font la manche. Maintenant, je sais que cela peut arriver à tout le monde.

J'effectue d'incalculables démarches administratives : faire des dossiers pour le chômage, des demandes de délais pour éviter les poursuites. Je vais à pied pour aller d'un côté et de l'autre de la ville, car les tickets de bus coûtent trop chers. J'économise les coups de téléphone. Je ne mange pas à tous les repas, mais j'ai encore un logement chauffé, ayant réussi à éviter l'expulsion.

Je cherche immédiatement du travail, coachée par ma sœur aînée – au moins deux cents lettres et huit mois sans travailler. Finalement, la confiance d'une amie me permet de trouver un travail à temps partiel et à durée déterminée. Malgré toute ma bonne volonté, il me faut six mois pour retrouver un certain équilibre alors même que mon histoire n'est pas encore jugée. Après quinze mois d'enquête, le dossier a été transmis au procureur et j'apprends que le jugement n'aura sans doute pas lieu avant un an, les tribunaux sont débordés.