



Le Temps  
1205 Genève  
<https://www.letemps.ch/>

Genre de média: Imprimé  
Type de média: Presse quotidienne et de fin de semaine  
Tirage: 34'733  
Parution: quotidien

Page: 20  
Surface: 116'718 mm<sup>2</sup>

Ordre: 844003  
N° de thème: 844003  
Référence: d4c6fc54-1925-440e-ac26-51b1f55a45ae  
Coupage Page: 1/3

## Patrick Sumi

### PROFIL

# Changement de cap

CHRISTIAN LECOMTE

Cadre chez Nestlé, le Vaudois a été victime d'un burn-out après avoir dû licencier des collaborateurs. Il a démissionné et roulé en vélo jusqu'au cap Nord. Un livre raconte son voyage intérieur

C'était le 13 avril 2023 en Autriche. Il roule à bicyclette depuis déjà quinze jours. Direction la Norvège, le cap Nord, voir le soleil de minuit sur l'île de Mageroya. Tout cela pour échapper au burn-out, cet emploi à haute responsabilité qui l'a laminé. Le village s'appelle Frankenmarkt. Il pleut, neige presque. Patrick Sumi cherche un lieu pour planter sa tente. Un vieil homme, au seuil d'une maison, l'interpelle: «Si vous avez 1 euro, vous pouvez dormir chez moi car il n'y a rien de gratuit.»

#### «Convocation par surprise»

Il s'appelle Gustave, est artiste peintre. Chez lui, tout est figé comme si le temps s'était arrêté, l'horloge est bloquée à 11h55. Gustave prépare une soupe et des œufs brouillés avec des oignons et des lardons. Patrick mange, est invité à prendre une douche s'il le souhaite. Gustave lui montre sa chambre. Au petit matin, une odeur de café et de petits pains grillés le réveille. Petit-déjeuner revigorant. Les deux hommes parlent encore. Puis Patrick reprend la route. «Ce monsieur a mis sa vie entre parenthèses pendant douze heures juste pour moi. Voilà ce que ce voyage m'a apporté, ces rencontres souvent brèves, simples, tellement humaines. J'avais besoin de cela», rapporte le Vaudois.

Deux ans plus tôt, Patrick Sumi est un cadre de la direction commerciale de Nestlé Suisse à La Tour-de-Peilz. Il a intégré l'entreprise en 2000. Sa hiérarchie l'avise brutalement qu'il

doit licencier en deux vagues 11 collaborateurs «pour des raisons de restructuration». «Ces licenciements avaient du sens au niveau de la stratégie commerciale, on déployait de nouvelles forces ailleurs, mais affectivement, ce fut extrêmement douloureux», précise-t-il. Il raconte cela dans un livre intitulé *Sur le fil* (Slatkine), qu'il vient de publier.

Un jour de la fin d'été 2021, il prend le train pour Zurich, avec une responsable RH. Il a réservé une salle de conférences dans un hôtel qui jouxte la gare. Rendez-vous a été donné à l'un de ses précieux collaborateurs. Ce dernier ne sait pas ce qui l'attend.

«C'était une convocation par surprise», confie Patrick. Il l'a lui-même recruté, ils ont partagé des repas, des soirées. Lorsque cet employé voit la RH, il se tourne vers Patrick, interrogateur. Silence de plomb. «Je suis bref et concis et lui annonce que nous allons devoir nous séparer de lui. En trois minutes, nous passons d'une ambiance conviviale à quelque chose de très froid. Il comprend que sa carrière est finie chez nous», résume Patrick Sumi. La RH prend le relais et développe la partie administrative, le suivi, le plan social, les ultimes traitements à verser. Ce même jour, il va licencier d'autres personnes, en leur présence ou par visioconférence. Patrick rentre chez lui, tendu, désespéré. Il pense à celles et ceux qui réintègrent leur

foyer avec incompréhension, rage, peur, honte aussi parfois. «Ceux qui restent ont perdu des collègues, des amis de longue date. Ce qui semblait immuable s'est écroulé», dit-il. Cet exercice de haute voltige «qui use et ronge» va se poursuivre. Il fait face à des gens qui ont des projets, lui parlent de leurs prochaines vacances en famille, d'une nouvelle voiture en voie d'être acquise. Mais il doit taire le fait qu'ils seront prochainement congédiés. «La culture du secret dans la gestion de ces situations m'a épuisé, je ne dormais plus», confie-t-il. D'autant qu'il lui faut de plus se rendre chez ces personnes pour récupérer ordinateur, imprimante et même parfois véhicule d'entreprise. Le 17 avril 2022, Patrick Sumi est à Arolla, avec son amie. Un week-end de grimpe pour préparer la Patrouille des glaciers. Il est très sportif, marathonien, alpiniste aguerri. Une pente escarpée se dresse, il a peur et tremble, glisse, chute un peu et pleure «comme un enfant perdu dans un centre commercial». Il est sur le fil, au bord de la rupture. Prémices d'un burn-out? Il démissionne. Ce qui lui a coûté. Car il est ce qu'on appelle un autodidacte. Milieu familial modeste, apprentissage de vendeur, employé de commerce chez Migros puis à la centrale de Zurich du géant orange. Nestlé le recrute comme trade marketing manager. Il gravit les échelons à force de travail. Il apprend seul des langues, prépare un brevet fédéral de marketing. «J'étais l'un des rares à ne pas posséder de



Le Temps  
1205 Genève  
<https://www.letemps.ch/>

Genre de média: Imprimé  
Type de média: Presse quotidienne et de fin de semaine  
Tirage: 34'733  
Parution: quotidien

Page: 20  
Surface: 116'718 mm<sup>2</sup>

Ordre: 844003  
N° de thème: 844003  
Référence: d4c6fc54-1925-440e-ac26-51b1f55a45ae  
Coupure Page: 2/3

diplôme universitaire, j'ai d'ailleurs souvent éprouvé le syndrome de l'imposteur», dit-il.

#### «Ce que je ne veux plus»

Son départ de Nestlé le soulage. Il se remet surtout en question, cherche un autre sens à sa vie. «Chaque jour qui passe m'offre pléthore d'exemples de ce que je ne veux plus», écrit-il. Il vilipende le diktat des réseaux sociaux, le paraître qui supprime l'être. Son esprit est déjà un voyage. Il admire Sylvain Tesson et Claude Marthaler. Il a acheté un vélo et va réaliser un rêve de gosse: le vagabondage sur deux roues – 5200 kilomètres entre Lutry où il vit et le cap Nord. Un périple qui sera une thérapie, une ode à la réflexion. Il part avec quatre sacs et cinq

kilos d'électronique (drone, GoPro, ordinateur, iPhone) pour filmer, photographe, demeurer au contact des proches (il est père de deux enfants), Slovaquie, Pologne, les pays baltes puis scandinaves. Dernière étape le 23 juin 2023. Il a bivouaqué tout près du redouté tunnel du cap Nord long de 7 kilomètres. Lever à 5h. Lumière déjà forte dans la nuit polaire. Trois kilomètres de descente périlleuse puis une pente à 10%. Il dit que la sortie du tunnel symbolise la fin d'une période longue et difficile.

Assis sur un talus d'herbe, Patrick Sumi a laissé derrière lui le fardeau de deux années éreintantes. A 13h, il est au pied du globe du cap Nord, au bout de quelque chose. «Après, c'est

l'immensité bleue de la mer de Barents. Le néant», écrit-il. De nouveau il pleure comme un enfant. «Le voyage en solitaire répare et renforce le vagabond qui a le temps de visiter ses catacombes», conclut-il. Patrick Sumi est désormais accompagnateur en montagne. Il emmène des personnes victimes de burn-out vers les cimes et la lumière.

#### «La culture du secret dans la gestion de ces situations m'a épuisé, je ne dormais plus»

**1970** Naissance à Lausanne.

**2000** Entre chez Nestlé.

**2022** Quitte Nestlé.

**2023** Roule à vélo jusqu'au cap Nord.

**2024** Publie «Sur le fil» (Editions Slatkine) et réalise un film.

Datum: 10.01.2025

# LE TEMPS



Éditions Slatkine  
GENÈVE

Le Temps  
1205 Genève  
<https://www.letemps.ch/>

Genre de média: Imprimé  
Type de média: Presse quotidienne et de fin de semaine  
Tirage: 34'733  
Parution: quotidien

Page: 20  
Surface: 116'718 mm<sup>2</sup>

Ordre: 844003  
N° de thème: 844003  
Référence:  
d4c6fc54-1925-440e-ac26-51b1f55a45ae  
Coupure Page: 3/3



(LUTRY, 11 NOVEMBRE 2024/CHRISTOPHE CHAMMARTIN/LE TEMPS)