

## L'ÉDITO

## Vivre, c'est résister

Il va nous falloir apprendre à vivre avec cette idée, toujours en tête, que la mort est à l'affût. Puissent nos dirigeants, d'ici et d'ailleurs, prendre en compte cette menace en montrant, par exemple, une impitoyable fermeté envers les précheurs de haine qui racolent dans nos villes en s'appuyant sur les frustrations et l'ignorance. Nous, nous continuerons de nous opposer à l'obscurité de Daech en faisant ce que nous faisons de mieux : vivre. En short ou en minijupe, un verre à la main, au soleil d'une terrasse ou à l'ombre d'un parasol. Avec cette extraordinaire conscience que la secte des égorgés terminera, un jour ou l'autre, comme le nazisme, dans les poubelles de l'histoire. Le plus vite sera le mieux.

JEAN-MARIE MONTALI  
jmmontali@leparisien.fr



# La vie reprend coûte que coûte

**ATTENTAT.** La promenade des Anglais a été rendue aux Niçois. Hier, ils y ont repris leurs habitudes sans oublier pour autant les nombreuses victimes.

**MOINS** de quarante-huit heures après l'attaque terroriste qui a coûté la vie à 84 personnes jeudi soir, la circulation a repris hier matin sur la promenade des Anglais à Nice. Seulement dans un sens. Et avec moins de trafic que d'habitude. Ça reste, bien sûr, gravé dans ma mémoire, mais ça ne m'a pas empêché de vivre », explique-t-il. Après « Charlie » et l'Hyper Cacher en janvier 2015, les attentats de Paris et Saint-Denis du 13 Novembre, il ne nous reste pas cinquante options mais une seule, nous dit le pédopsychiatre : il va bien falloir vivre avec cette épée de Damoclès au-dessus de la tête.

C'est le signe que la vie commence — doucement — à reprendre le dessus malgré l'horreur et le chagrin. Malgré le deuil national de trois jours entamé hier et les 121 personnes toujours hospitalisées, dont 30 enfants, selon le dernier bilan du ministère de la Santé, qui précise que 26 sont

encore en réanimation. « Il ne faut pas changer ses habitudes. Si on le fait, c'est donner une prime aux terroristes », réagit le pédopsychiatre Aldo Naouri. « J'ai connu les bombardements et les fusillades de la Seconde Guerre mondiale. Ça reste, bien sûr, gravé dans ma mémoire, mais ça ne m'a pas empêché de vivre », explique-t-il. Après « Charlie » et l'Hyper Cacher en janvier 2015, les attentats de Paris et Saint-Denis du 13 Novembre, il ne nous reste pas cinquante options mais une seule, nous dit le pédopsychiatre : il va bien falloir vivre avec cette épée de Damoclès au-dessus de la tête.

## Profiter de chaque journée comme si c'était la dernière

Avec cette petite voix qui nous taroude. Puis-je assister à ce concert ? Est-ce bien raisonnable de s'attabler en terrasse ou d'aller dans ce centre commercial bondé ? Et le prochain feu d'artifice, j'irai ? Oui, oui, oui, a-t-on tous envie de répondre, peut-être un peu plus vite que lors des attentats précédents.

Est-ce trop tôt ? « C'est le signe que l'on s'adapte plus rapidement, analyse la psychotraumatologue Evelyne Josse. Vendredi, une amie est venue dîner à la maison et on n'a pas du tout évoqué le sujet. Lors des attentats de Paris, c'était impensable », raconte-t-elle. Et le pédopsychiatre Stéphane Clerget de faire le parallèle avec les Israéliens, qui vivent depuis longtemps avec un risque d'attaque permanent. « Ils ont une vision de la vie à plus court terme et profitent de chaque journée comme si c'était la dernière. »

ÉLODIE CHERMANN  
ET LAURENCE VOYER



Nice (Alpes-Maritimes), hier. Dès midi, les Niçois et les touristes ont repris le chemin de la plage. Pour certains un acte militant, pour d'autres une manière de faire le deuil.

## « On ne peut pas vivre en état de stress permanent »

Evelyne Josse, psychotraumatologue

**SELON** la psychologue, maître de conférences à l'université de Lorraine à Metz, le traumatisme nous touche tant sur le plan individuel que sur le plan collectif.

**Quelles conséquences psychologiques l'attentat de Nice va-t-il avoir sur les victimes et les témoins ?**

**ÉVELYNE JOSSE.** Voir des corps violés comme dans un jeu de quilles et des membres éparpillés sur le sol constitue un choc encore plus violent que de tomber sur une victime couchée au sol avec du sang qui sort de la poitrine. Mais suivant sa personnalité, ses antécédents, son degré d'implication dans le drame et le niveau de soutien fourni par son entourage, chacun réagira de manière très différente. Certains manifestent bruyamment leurs émotions par des pleurs ou des cris, d'autres semblent totalement indifférents ou bien se sentent coupables d'avoir survécu. Mais ça ne préjuge en rien de leur évolution mentale. On peut très bien avoir eu le sang-froid de secourir quelqu'un le jour J et développer un syndrome post-traumatique après. Comment déceler un syndrome posttraumatique ? Les premiers symptômes sont les reviviscences : les flash-back ou les cauchemars de répétition. Mais un état de stress posttraumatique peut aussi se caractériser par des attitudes d'évitement de tout ce qui nous fait repenser au drame : les lieux, les situations mais aussi les conversations. Autre signe, une hypervigilance. On est perpétuellement en alerte, on sursaute au moindre bruit... Je l'ai constaté chez l'une de mes patientes qui a vécu l'attentat dans le métro de Bruxelles. Pendant plusieurs semaines, elle n'osait plus descendre dans sa cave.



(DR)

### Peut-on s'en remettre ?

Oui, heureusement ! Certaines victimes voient leurs troubles s'estomper et disparaître spontanément. Mais, dans la plupart des cas, la reconstruction demande du temps et nécessite une vraie prise en charge psychologique. Les méthodes qui donnent le plus de résultats sont l'hypnose et l'EMDR. Une technique importée des États-Unis qui consiste à faire effectuer une série de mouvements oculaires au patient pour « reprogrammer » son mental après le traumatisme. En revanche, il faut se méfier des benzodiazépines, qui bloquent le processus de guérison naturelle et provoquent une dépendance sur le long terme.

### Au-delà des souffrances individuelles, peut-on parler d'un traumatisme collectif ?

Sans aucun doute. En choisissant la date du 14 Juillet d'abord, le tueur a frappé au cœur les valeurs

de la société française. Comme un mari qui jette son alliance à l'égout après une dispute conjugale tue symboliquement le mariage. Et puis il s'est attaqué à des familles, à des enfants. Il ne les visait pas spécifiquement, mais, en n'épargnant pas les plus vulnérables, il a voulu montrer que rien ne pourrait arrêter les terroristes, que tout le monde désormais était une cible potentielle. Comment le surmonter ? La vague d'attentats n'est sans doute pas près de s'arrêter. Or on ne peut pas vivre en situation de stress permanent. Ce n'est pas tenable sur le long terme. Au gré des attaques, on va donc sans doute se montrer de plus en plus vigilants, éviter au maximum les lieux publics mais développer en même temps des mécanismes d'adaptation. Pour essayer de mener le plus possible une vie normale.

Propos recueillis par E.C.

## Un mausolée improvisé pour se recueillir

Nice (Alpes-Maritimes)  
De l'un de nos envoyés spéciaux

**ÉPAULÉ PAR SA MAMAN,** Paul, un gamin du pays de 10 ans, allume une bougie puis dépose deux roses blanches. « Pour moi, ces fleurs, ça signifie l'espoir, l'espoir qu'on arrête de tuer des enfants parce que ça me fait beaucoup de peine », s'émeut le garçon. Comme lui, des centaines de Niçois et de touristes, petits et grands, sont venus dignement rendre hommage aux victimes. Un mémorial improvisé a été aménagé le long de la promenade des Anglais. Il devrait être déplacé vers un kiosque à musique situé dans un parc, le jardin Albert-1<sup>er</sup>, tout au bout de la Promenade.

Ici, au bord de la Méditerranée, pas de Marianne comme sur la place de la République à Paris. Mais un palmier au pied duquel repose une montagne de bouquets. Un cœur rouge. Une paire de tongs. Un dessin d'Émy, 7 ans, frappé des mots « Liberté, Égalité, Fraternité ». Des dizaines de peluches, une girafe, un oursin, un lion, plein de doudous. Et des messages en français, en an-

glais, en italien, en espagnol... « Restons unis, force, courage », « L'amour vaincra la haine », « Rien ne sera plus comme avant Nissa la bella » ou « Combien de morts faudra-t-il encore pour que nous nous révolions ? », peut-on lire. Deux ados s'assoient pour se recueillir sans vaciller. Stéphane, un Ch'ti de Lille, égrène son chapelet.

### Un homme pleure, un autre lui pose la main sur l'épaule

Une Italienne s'enveloppe dans un drapeau tricolore. Un homme pleure. Dans le massacre, il a perdu « trois proches qui ne reviendront jamais ». Son voisin, qu'il ne connaît pas, lui pose la main sur l'épaule. Anita et André, deux amoureux norvégiens, s'enlacent avant de fermer les yeux. Depuis neuf ans, ils viennent à Nice. Ils rentreront un peu plus tôt. « On reviendra, pas forcément l'an prochain, mais on reviendra », jurent-ils. Marie-France, retraitée près de Cannes, se signe religieusement avant d'avoir une pensée pour ses quatre petits-enfants. Son fils, chef d'entreprise, relève la tête. « Il faut



Nice (Alpes-Maritimes), hier. Niçois et touristes rendent hommage aux victimes près du mémorial aménagé le long de la promenade des Anglais.

faire preuve de détermination, ne pas se laisser abattre par la barbarie », martèle-t-il. Devant lui, une carte postale, mémoire de nombreux drames : à gauche, « Je suis

## « Le meilleur moyen de ne pas ressasser, c'est d'aller sur la plage »

Frédérique, 44 ans, venue en famille en vacances

Nice  
De l'un de nos envoyés spéciaux

**AU GUIDON DE SON VTT** de champion, Eric, 54 ans, a tenu hier matin à arpenter la promenade des Anglais comme il le fait cinq fois par semaine « depuis une éternité ». « Au lendemain du drame, je n'avais pas réussi, j'appréhendais trop. Mais là, je me suis forcé parce que je veux que la vie triomphe », répète ce cycliste aux cheveux blancs. Le retour est vital mais douloureux. « La Prom, je ne la vois plus avec les mêmes yeux, j'ai du mal à profiter de l'horizon. C'est la baie des Anges ici, mais ces anges sont partis ailleurs », confie-t-il.

A l'image de ce Niçois « de longue date », des milliers de locaux, de touristes hexagonaux comme du monde entier ont souhaité reconquérir les Champs-Élysées de la Côte d'Azur abandonnés brutalement jeudi soir à la haine d'un fou. Sans jamais faire abstraction de la tragédie mais avec décence et la farouche volonté de ne pas tomber dans la psychose.

La circulation a été rouverte aux voitures dans un sens. En fin d'après-midi, des jeunes mariés y paradent à bord d'une limousine. Sur les immenses trottoirs, les grandes foules ne sont pas au rendez-vous comme elles devraient l'être en cette période estivale. Il n'empêche, l'avenue aux drapeaux en berne et les plages de galets sont loin

### L'avenue aux drapeaux en berne et les plages de galets sont loin d'être désertées

Face à un bleu intense, Frédéric, 44 ans et son fiston Loïs, 8 ans, vacanciers en provenance de Bourgogne, ont étendu leur serviette à fleurs. Sur un coin de la plage, l'enfant tape dans un ballon. « De la famille inquiète, des collègues, des voisins nous ont appelés pour nous demander : Quand est-ce que vous rentrez ? Mais on a décidé de rester sans nous cloîtrer à l'hôtel. Le meilleur moyen de ne pas ressasser, c'est d'aller sur la plage », souligne cette employée de banque.

Elle reconnaît néanmoins être davantage sur ses gardes. « Dès que je vois un camion, je pense au pire tout de suite et je serre un peu plus la main de mon garçon », décrit-elle. Avec lui, elle a pris le temps de mettre des mots et des images concrètes sur le drame qui s'est déroulé à quelques centaines de mètres de ses yeux. « On est allés voir ensemble où ça s'est passé », relate-t-elle. Étonnamment, les rôles se sont inversés et c'est l'enfant qui a rassuré l'adulte. « Il est très protecteur. Il m'a dit : Maman, si ça nous était arrivé, je t'aurais sauvé des méchants... »

Jonna, une mamie danoise, elle, a choisi de ne pas en parler à son petit-fils de 6 ans, qui saute comme un cabri. « Sa fraîcheur nous reconforte », apprécie-t-elle, alors que les parasols des plagistes, un temps fermés, offrent de nouveau de l'ombre. Les parachutes ascensionnels renouent, eux, avec les airs.

Pour les marchands ambulants de lunettes de soleil ou de cacahuètes grillées à 2 €, les affaires, aussi, semblent reprendre.

V. MD

VINCENT MONGAILLARD

### La suite de notre dossier

Les disparus et les victimes PAGES 4 ET 5  
Les blessures psychiques et le deuil national PAGES 6 ET 7

L'enquête et reportage dans la ville natale du tueur PAGES 8 ET 9

Les accusations de Juppé et ce que prépare le gouvernement PAGES 10 ET 11

La sécurité dans les centres commerciaux PAGES 12 ET 13

Sortir et partir en vacances quand même PAGE 14 ET 15

EN IMAGES leparisien.fr

La vie reprend sur la promenade des Anglais

VIDÉO leparisien.fr

Des mariés rendent hommage aux victimes