

POLITIQUE LES VERTS FAVORABLES À UN RETOUR AU GOUVERNEMENT SE SONT RÉUNIS HIER

Les écolos ne remanient pas leur parti

Réunis hier, les écologistes qui brûlent de revenir au gouvernement n'ont fait que constater les divisions sur la stratégie. Ils laissent ainsi Hollande et Valls décider du positionnement de leur propre parti.

La sénatrice écologiste Esther Benbassa est anthropologue de profession. « C'est à ce titre que je suis là. Je vais pouvoir observer », s'amuse l'élue francilienne, hier, lors du colloque des écologistes dits de « participation au gouvernement ».

Tous les participants ont constaté l'accord total de toute la famille, y compris les absents, sur des sujets de fond (transition énergétique, lutte contre le réchauffement, biodiversité). Et validé « leur désaccord sur la stratégie », selon la formule de la secrétaire générale des Verts, Emmanuelle Cosse. « Je suis ici pour dire combien je pense que le mouvement écologiste se meurt dans ces chamaille-

ries, dans ces divisions », a-t-elle lancé à la tribune déplorant le « spectacle assez lamentable donné par tant d'écolos ».

La division, la dissidence, l'indiscipline s'inscrivent dans l'ADN de l'écologie française. À défaut de débattre du fond, puisque tout le monde est d'accord, le colloque d'hier avait pour but de constituer un front vert prêt à pactiser avec les roses du PS face au front vert teinté de rouge que rêve de représenter Cécile Duflot en 2017 à la présidentielle. L'ex-patronne du parti et ex-ministre, en devenant une détractrice méthodique et systématique du gouvernement Valls, a fini par se rapprocher de Jean-Luc Mélenchon et du Front de

gauche. Seulement voilà, aux élections départementales, les binômes Verts-FDG n'ont pas mieux fonctionné que les duos verts et les alliances avec le PS. Et le remaniement approche.

Front anti-Duflot et anti-Front de gauche

Le bloc des candidats verts à un poste ministériel (le patron des sénateurs écologistes Jean-Vincent Placé, les coprésidents du groupe à l'Assemblée nationale, François de Rugy et Barbara Pompili, le vice-président de l'Assemblée Denis Baupin) avait invité quelques satellites ; Jean-Luc Bennahmias, président du Front démocrate, Corinne Lepage, présidente de CAP 21, Antoine Waechter, président du MEI, et Yves Pietrasanta, président de Génération Écologie. Même s'ils n'apprécient guère Cécile Duflot et sa ligne, les



■ L'ex-ministre Corinne Lepage avec le sénateur Jean-Vincent Placé, l'activiste Serge Orru et la patronne des Verts Emmanuelle Cosse : l'envie de revenir au gouvernement ? AFP

emblématiques et médiatiques porte-voix de la cause environnementale (Cohn-Bendit, Bové, Hulot) ont snobé un rendez-vous politique.

« C'est un moment d'affirmation. L'affirmation d'un rassemblement, d'un pôle écologique pragmatique et responsable. C'est un moment de clarification qui précède un

moment de refondation », expliquait François de Rugy. Joli discours de ministrable mais qui ne fait pas une stratégie politique ni écologique. Du coup, François Hollande et Manuel Valls peuvent sans crainte appeler un des participants au colloque d'hier. Leur choix validera une stratégie. ■

Zoom

Le dialogue reprend à Radio France

Le dialogue entre direction et syndicats à Radio France a repris hier lors d'une rencontre entre direction et syndicats, organisée à la demande de la ministre de la Culture, Fleur Pellerin. Une rencontre pour l'instant sans effet immédiat sur la grève : le mouvement social est entré dans sa troisième semaine et devrait durer jusqu'à mardi, au minimum.

PÊCHE

Les oursins de l'île de Ré au secours des océans

Alors que partout dans le monde, les oursins sont victimes de la pollution des eaux et de la surpêche, la solution de repopulation pourrait venir de l'île de Ré (Charente-Maritime) et de son éclosier unique en France : installé à La Flotte-en-Ré depuis 2006, Yvan Le Gall est le seul capable de maîtriser la production de bout en bout, depuis l'éclosier jusqu'à l'animal adulte, commercialisable.

« Je produis environ six tonnes d'oursins par an, explique Yvan Le Gall, fondateur de la société L'oursine de Ré. Cinq tonnes sont transformées en terrines de corail et une tonne est vendue vivante ».

SANTÉ ILS PROVOQUENT INSOMNIES, TROUBLES PSYCHOLOGIQUES, FATIGUE

Les cauchemars, ça se soigne

La thérapie par imagerie mentale importée des États-Unis est actuellement testée en France via internet pour les victimes de mauvais rêves chroniques.

Grâce au rêve, nous « digérons » pendant la nuit le stress, les joies ou les peurs qui remplissent nos journées. Le cauchemar participe à ce grand ménage émotionnel pour nos souvenirs les plus traumatisants. On digère, puis on tourne la page... Mais parfois, il y a des bugs. Le cauchemar s'installe, devient chronique et génère un cercle vicieux : le stress s'accumule, perturbe le sommeil, favorisant le retour des cauchemars, etc. Entre 2 et 6 % des adultes souffrent ainsi de cauchemars hebdomadaires.

Calvaires nocturnes

Pour certains, ces calvaires nocturnes sont liés à des événements tragiques comme des accidents ou des abus sexuels, pour d'autres, il s'agit de « cauchemars idiopathiques », c'est-à-dire dont on ignore l'origine. « Certaines personnes vivent un, deux ou trois cauche-

mars par nuit. Imaginez une personne victime d'abus dans son enfance qui revit cela toutes les nuits. L'impact émotionnel est effroyable », explique le psychologue Benjamin Putois. Toutefois, depuis une dizaine d'années, « on sait que les cauchemars, ça se soigne », ajoute ce spécialiste du sommeil qui participe à la première évaluation française sur la thérapie par répétition d'imagerie mentale (IRT), traitement psychologique reconnu comme le plus efficace outre-Atlantique. « Si cela fonctionne aux États-Unis, au Canada ou chez les Hollandais, il n'y a pas de raison que cela ne fonctionne pas en France ! », glisse Benjamin Putois. L'objectif de l'IRT est de transformer le cauchemar en « scénario positif », en utilisant les liens existants entre la vision, l'imagination et l'activité onirique qui partagent des mémoires communes sur le plan neuronal.

Concrètement, le patient commence par tenir un « agenda des rêves » pour consolider sa mémoire des rêves, puis il apprend à manipuler des images mentales : il « prend » un cauchemar et change son scénario, lui donnant une issue heureuse. Cette gymnastique mentale est à répéter plusieurs fois par jour pendant une dizaine de jours. Peu à peu, les éléments visuels ainsi créés doivent s'intégrer au cauchemar récurrent. Les premiers résultats sur les patients français ayant achevé la prise en charge sont encourageants. « Certains ont réduit de manière très significative les cauchemars, d'autres les ont un peu réduits mais surtout la détresse associée à ces cauchemars a beaucoup diminué », explique Benjamin Putois.

Outre la thérapie en elle-même, l'étude française vise à évaluer l'efficacité d'une psychothérapie à distance, pratique encore embryonnaire en France. ■

Sylvie Montaron



■ Entre 2 et 6 % des adultes souffrent de cauchemars hebdomadaires. Photo Phovoir

Qui peut participer ?

Menée par l'association Prosom avec un financement de la Fondation Vinci Autoroutes, l'étude se déroule par internet.

Elle doit inclure 64 participants ; il en manque actuellement une quinzaine. Pour participer, il faut être adulte et souffrir d'au moins un cauchemar par semaine depuis au moins six mois.

Le programme, gratuit, comprend une consultation avec un psychiatre et un neurologue, puis des entretiens avec un psychologue pour apprendre les techniques d'imagerie mentale. Le suivi dure entre six et huit mois.

Infos : www.imaginever.org