

Une traversée de bonheur à la Promenade du Paillon



La musique et la joie battent leur plein Promenade du Paillon à Nice. PHOTO : A.D.

Sourire, joie, bonne humeur ... Le temps d'une journée, la ville de Nice a décidé, en cette Journée internationale du bonheur, de transmettre des ondes positives à ces habitants. De nombreuses animations sont notamment présentes sur la Coulée Verte.

« Il est où le bonheur il est où ? » Il est Promenade du Paillon dans le centre-ville niçois. C'est sur un air de Christophe Maé que les passants s'arrêtent, par curiosité, écouter le groupe *Nicéa*. Pendant toute la journée, la troupe de chanteurs va interpréter de nombreux titres pour transmettre la joie de vivre. « la musique est là pour faire bouger, danser et sourire. Le temps d'un moment, on oublie tout, on se laisse aller par la mélodie, on s'épanouit et on va vers les autres », confie Stéphane Torjman, l'organisateur du flash mob'. Sur le devant de la scène, les gens commencent à faire foule. Mélissa, qui vient de sortir des cours, danse au rythme des chansons d'Axelle Red : « c'est hyper entraînant ! Je trouve que c'est une superbe idée car ça donne vraiment le sourire ». Le sourire, Bernadette Jamin compte l'immortaliser par la photographie. Elle a lancé un concours dans lequel il faut prendre deux photos, qui représentent la joie évidemment. A la fin de la journée, le jury, composé de photographes professionnels et d'un public, désignera les vainqueurs. « C'est un moyen de montrer une représentation du bonheur à travers la photo et du regard de la personne qui la prend », raconte l'organisatrice.

Opération bien-être

Tout est fait pour que les Niçois ressortent complètement détendus de leur passage à la Coulée Verte. Des massages et des manucures sont par exemple proposés par les élèves du lycée Provience à Nice : « on est là pour apporter du bien être aux gens aujourd'hui. On leur offre du bonheur. Ils découvrent de

nouvelles têtes et surtout ça permet un d'avoir un échange très sympathique, détaille Illona Nicolini, l'une des lycéennes. Ils ont même le droit à un gâteau chinois rajoute-t-elle ». Plus tôt dans la matinée, elle a d'ailleurs participé à une thérapie du rire. Le concept est assez simple : rigoler pendant trois minutes juste en se regardant les uns les autres, puis ensuite méditer cinq minutes. La « thérapeute », qui organise ces séances, raconte que cela permet de « libérer son diaphragme ». Juste à côté de cette animation se trouve un stand de zénitude. « On propose des massages pour apprendre à se soigner soi-même. On veut montrer qu'en dix minutes on peut se détendre, et qu'être bien en soi n'est pas seulement le bon fonctionnement des organes, mais aussi la joie de vivre ». Pour Adèle Stephanoni, la responsable, il est possible d'apprendre à être heureux. Le seul soucis , selon elle, est que les gens n'ont pas « les outils » pour l'être. C'est ce qu'elle décrit : « beaucoup trop de personnes ont perdu le sens du bien-être. Du coup chaque matin, quand elles se lèvent, elles n'ont aucune motivation. On est vraiment ici pour leur apporter ce sens là et faire en sorte que chacun de leur réveil soit un véritable bonheur ». C'est pour cela que cette journée a été organisée : faire sortir les gens de leur routine. Stéphane Torjman le rappelle : « on veut vraiment marquer ce jour du bonheur. Ça nous change du quotidien et aujourd'hui tout le monde va se lâcher ».

Alexandre Distel