

Se confiner
Renoncer
Eviter
Obéir
Suivre les consignes
S'occuper : nettoyer, trier
S'enfermer
S'ennuyer
Se laver les mains
Lire
Se relier aux autres
Téléphoner
S'informer ./... mais pas trop
Ne pas paniquer

Annick, Sainte-Foy-Lès Lyon

"Comment je vais m'occuper pendant le confinement ?"

Vider. Trier. Ranger. Nettoyer. Et admirer.
Téléphoner. Papoter pendant des heures pour faire fuir le temps.
Glander. Se reposer et apprécier l'inactivité.
Tricoter. Regarder des vieilles photos et des films en V.O
Manger. Et me concocter des petits plats cuisinés.

Et puis surtout faire des projets... pour après.

Raphaëlle, Lyon 2

Comment je vais m'occuper pendant le confinement

Sur une journée
Rester calme.
Vérifier le frigo. Le remplir
Inspecter les placards.
Inventorier pour la prochaine liste de courses.
Se lever, se coiffer, s'habiller.
Option soutien-gorge ou pas ? Option Maquillage ou pas ?
Prendre des nouvelles.
Lancer une lessive. Rendre propre !
Télé travailler.
Rester lucide.
se nourrir.
Faire sa déclaration.
Sortir enfin.
Ne pas psychoter.
Se laver les mains.
Rester calme.
Télé travailler.
Prendre des nouvelles.
Lancer une lessive. Rendre propre !
Eteindre la télé.
Rester lucide.
Se laver les mains.
Se déconnecter du réseau.
Souffler et se divertir.
Essayer de bien dormir jusqu'au lendemain.
Rester simple.

Catherine, Saint-Just (Hérault)

Ma vie confinée : Jour 4

Percevoir les premiers sons du jour : les oiseaux, puis les chasses d'eau.

Sortir du lit et se précipiter à toutes les fenêtres de l'appartement pour voir si c'est bien comme hier. Personne dans les allées, personne dans le parc.

Inspirer bien fort. Fermer les yeux cinq secondes, le temps de mettre le cerveau sur « on ».

Ouvrir la seule porte fermée chez moi, celle des toilettes. Et m'installer en état de siège, porte grande ouverte avec vue sur la fenêtre du salon et les grands arbres.

Sourire aux oiseaux qui se foutent du confinement.

Exécuter les gestes du petit déjeuner, gestes déjà bien rodés mais qui demandent une préparation différente. Couper moins de pain, beurrer et confiturer moins les tartines.

Penser sans cesse à économiser les denrées.

Faire ensuite l'inventaire de ce qui reste dans les placards et le frigo. C'est bon, je peux tenir le front pendant encore 8 jours sans sortir !

Ouvrir mon portable, les messages privés en même temps que la radio.

Revenir dans le salon, étaler tous les objets qui sont restés sur la table et trier ceux qui n'auront pas ma faveur ce jour 4.

Rassembler ce qui va ensemble : matériel d'aquarelle – bouquins – écritures sauvages – rembobiner la laine de mon tricot en désordre et autres petits gestes.

Sortir sur mon balcon et arroser mes plantes achetées il y a huit jours, avant l'alerte nationale. Laisser les fenêtres grandes ouvertes pour faire entrer le soleil.

Allumer France Musique

M'allonger un petit moment en écoutant les notes de piano de Martha Argerich.

Fermer les yeux et penser à mes enfants que je ne verrai plus, mes amis que je ne verrai plus, le monde que je ne verrai plus pendant un temps indéterminé...

Catherine, Lyon 5ème

Comment je vais m'occuper pendant le confinement ?

S'enfermer en intérieur
Proche de ceux dans notre cœur,
Il est important de s'occuper
Et de ne pas s'ennuyer
Pour que le temps passe plus vite
Et que l'on arrive à la suite.
En attendant
La fin du confinement,
Il faut prendre le temps
En profiter pour lire
S'inspirer pour écrire
Cuisiner ou chanter
Dessiner et danser
Ressortir les jeux de société
Toujours passer du temps entouré
Discuter avec les personnes éloignées
Mais ne jamais risquer,
Bien qu'on soit tenté,
De sortir sans nécessité
Ainsi, le confinement cessera
Et la vie reprendra.

Charlotte, Perrache

S'occuper pendant le confinement

Prendre le temps de se lever, s'étirer
Se laver les mains. Bailler, traîner
Avant le petit déjeuner
Bien tout ranger
Se doucher, s'habiller
Ouf 2 heures de passées.
Remplir son autorisation
Faire un tour de pâté de maison.
Ou partir avec son petit cabas hop hop hop !
Faire 3 courses chez Biocoop.
Les mains se laver
Les poignées nettoyées.
Lire et répondre aux mails des copains.
Et ça y est, il est midi vingt.
Faire le repas

Déjeuner.
Prendre le temps du café
Sans oublier le chocolat.
Sieste, lecture, et téléphoner
Aux copains isolés.
Se pousser pour faire petites corvées.
Sur le balcon, goûter puis quelques activités.
Lecture, couture,
Rangement ou écriture.
Ouf, voici l'heure du souper.
Se poser de sa dure journée.
Un peu de télé.
Les nouvelles éviter.
Puis aller se coucher.

Christine, Caluire

Se confiner

Sortir une dernière fois. Faire des courses. Rentrer
Remplir le frigo. Embarrasser le plancher
Vérifier congeler ranger contempler
Récupérer arranger sérier
Protéger
Préserver
Emballer emmagasiner recoller revisser raccrocher
Rebrancher rattacher renouer rempiler rassembler répartir
Googeler
Vérifier téléphoner allumer podcaste`
Communiquer Facetimer souhaiter
Envoyer
Espérer
S'enfermer
RESTER

Dany, Lyon 7ème

Comment je vais m'occuper pendant le confinement ?

A Paris...
De mon lit...
Entendre le silence... Ouvrir la fenêtre
Respirer ce nouvel air pur de tout mon être
Bloquer les images noires dans ma tête
Mettre la radio à tue-tête
Ne pas faire de To-do-list
Plutôt écouter Chopin et Litz
Lire, écrire, prier, appeler mes ami-e-s
Rire avec mes ami-e-s
Avoir des projets minuscules
Pour éviter que le temps nous accule
En cuisine relever ses manches
Une tarte aux pommes pour ce dimanche
Ecouter les oiseaux et regarder le ciel,
En bref aller à l'essentiel !

Denise - Paris -

CONFINEMENT MODE D'EMPLOI

S'occuper, ne pas s'ennuyer
Se lever à la même heure tous les jours
Un peu plus tard que d'habitude c'est une idée
Mais à la même tous les jours
C'est à garder.

Faire le repas comme d'hab évidemment
Sans vider le frigo trop vite si possible
Manger tout seul devant la télé
Les collègues vont me manquer.

Faire du sport l'après-midi pourquoi pas
Quand il ne fait pas trop chaud
L'après-midi au plus tôt ou le soir le plus tard
C'est à voir.

J'ai du courrier à lire, à envoyer, à trier,
Quelle corvée !
Ranger les placards quel bazar
Farnienter sur la terrasse
J'ai trouvé.

Françoise

Comment je vais m'occuper pendant le confinement, mode d'emploi

Vivre dans un lieu clos. S'enfermer, se barricader, s'isoler.
Écrire ou imprimer des certificats dérogatoires. Se déplacer.
Courir. Faire les courses.
Travailler
Se laver les mains. S'éloigner.
Téléphoner
Imaginer
Applaudir au balcon
Boire danser rêver tresser dessiner voir
Attendre cuisiner aimer détester râler
S'élaner
S'enlacer
Jardiner bronzer bricoler repasser méditer
Se divertir lire écouter s'embrasser discuter
S'affaler
Dormir

Guillaume, Saint-Just

CONFINEMENT 2020 – COVID-19

Rester chez soi. Ranger les armoires. Tondre le gazon
Lire tous les livres oubliés
Trier. Jeter. Brûler
Imprimer autorisation de sortie.
Aller au village.
Acheter pain, légumes, viande
Garder ses distances
Rester vigilant
Se laver les mains
Se relaver les mains
Se laver à nouveau les mains...
Regarder les infos
Garder son calme
Prendre des nouvelles de ceux qu'on aime
Réconforter. Rire.
Faire de l'exercice.
Dormir
Manger
Boire
Ecrire
Communiquer avec les Scribes
Se faire plaisir !
Rester lucide et optimiste quand même

Jacques, Chaponost

QUELLE CIRCONSTANCE EXCEPTIONNELLE !
une pandémie !

alors que faire ?
se réveiller lentement !
réaliser dans quelle période nous sommes
que vais-je faire aujourd'hui ?

MA TOILETTE EN PRENANT LE TEMPS DE ME FAIRE BELLE
PUIS PRENDRE UN BON PETIT DEJEUNER COPIeux
QUE FAIRE ENSUITE PENSER A TELEPHONER AUX ENFANTS ET AUX PETITS ENFANTS
PUIS A DES AMIS ESSEULES
ECOUTER LES INFOS MAIS PAS TROP POUR NE PAS ANGOISSER
ACCOMPLIR QUELQUES TACHES CUISINE MENAGE REPASSAGE
PRENDRE LE TEMPS DE LIRE DE PENSER DE MEDITER
PENSER A TOUS LES MALADES QUI SOUFFRENT ET AUX SOIGNANTS

Janine, Lyon 6ème

Comment je vais m'occuper pendant le confinement ?

Pour un confinement réussi il faut s'occuper.
Charger sa voiture de tous nos biens les plus précieux,
S'enfuir vers un lieu saint pour se protéger,
Déballer enfin ce qu'il faut pour être heureux.
S'habiller, se laver, et manger
Jouer, partager et tout recommencer.

Discuter avec nos hôtes pour les connaître ou les découvrir,
Partager chaque chose et tout se dire.
Attendre, suivre et écouter,
Auprès des autres, comprendre et parler
Pour qu'un jour à la fin, plus grands,
Nous en soyons libérés.

Pour s'occuper pendant un confinement,
Il faut donc être assez avenant,
Partager les tâches, et les passions,
Ne pas jouer les donneurs de leçons.
Il faut pourtant avoir un petit coin d'isolement,
Car sans ça, bien dur serait le confinement.

Travailler, se reposer puis s'amuser,
Voilà les trois mots clefs qu'il faut pour en profiter.
Appeler ses proches, pour que les liens soient conservés
Apprendre à guérir par la force de la solidarité
Agir en précaution pour les gens concernés
Enfin, se souvenir que la vraie vie, dehors est caché.

Justine, Perrache

Confiner

Confier à son journal
Ce ressenti anormal
De devoir rester chez soi,
Bien sur son quant-à-soi.

Confirmer que les rencontres
Que l'on fait, serrés tout contre,
Sont meilleures à deux... ou trois,
Qu'avec ses seuls dix doigts.

Continuer à respirer
Même si ce n'est pas gagné
Et qu'à inspirer, expirer,
On finit par expirer

Contempler tous ses bouquins
Et se dire que demain
Il ne restera plus rien
De notre esprit si malin

Confiner à des extrêmes
Craintes devant ce problème
Que restera-t-il de nous
Quand on sera dans un trou ?

Patrick, Villefranche

Poème mode d'emploi

Confinement d'après Georges Perec

Passer en mode projet.

Définir des objectifs à court et moyen terme.

Rester en forme physique et garder le moral, en tout cas ne pas le laisser sombrer

Etablir un planning pour aujourd'hui, un autre pour demain.

Ouvrir grand les fenêtres, depuis mardi il y a des oiseaux à Lyon et le carillon de l'hôtel de Ville porte enfin jusqu'à la rue Serlin

Ressortir la méthode de gym 5BX du docteur Soubiran

La mettre en pratique : 11 mn de Gym par jour, se pencher, se relever, courir, sauter, faire des pompes, respirer. Pour chaque degré de progression : 10 jours, 12 degrés par tableau, 6 tableaux différents, j'en ai bien pour 2 ans !

Le matin lire la presse sur Internet, pas trop, écouter la radio, pas trop, sauf FIP et France-Musique, bannir la TV, et bien sûr BFM

Poursuivre le scan de mes 40 albums photos, les 5000 diapos c'est déjà fait

Faire quelques courses 1 un jour sur 3, sans se priver, manquerait plus que ça !

Sortir s'aérer 1 jours sur trois (pas celui des courses), pont Morand, quais du Rhône, passerelle du collège, 20 minutes

Faire la sieste chaque jour, 20 minutes.

Lire, mais quoi ? du Maupassant qui m'attend depuis 10 ans ou télécharger un bouquin sur ma Kobo. Faut absolument que je termine les 2437 pages de l'Etoile de Pandore
Appeler les enfants, la fratrie, les amis, répondre à ceux qui appellent, on a du temps pour ça et tant à se dire.

A 20 heures très important, ouvrir à nouveau les fenêtres et applaudir de concert avec les voisins.

En profiter pour leur faire un petit geste, même à ceux qui font toujours la gueule d'habitude

Le soir, un film à la télé. Et avant de s'endormir, lire encore, un peu.

Pas de réveil programmé. Parfois ce sera 6 heures, parfois 10. D'où nécessité d'adapter le planning.

Qu'ai-je oublié ?

Ah oui, écrire...reprendre ce qui est resté en plan, tenir un journal ...non, je ne crois pas, je lirai ceux des autres.

Et puis, tenir, tenir.

Ce sera long

Philippe, Lyon 1er

