



NUMÉRO 1

LE JOURNAL
QUI VOUS
APPRENDRA
TOUT SUR LE
CONFINEMENT

EN SUPPLÉMENT - DES
CONSEILS DE SURVIE -



GASNIER CLÉMENTINE

1- RAPPEL SUR LES FAITS

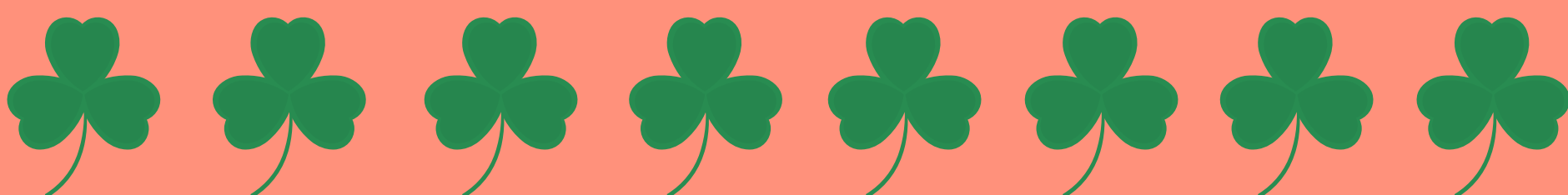
LE CONFINEMENT C'EST MAINTENANT !

Le jugement est tombé et la sentence est irrévocable, pour stopper la propagation de ce cruel virus, le confinement pour la France a été annoncé ce lundi 16 mars à 20h sur TF1 par notre cher président Emmanuel Macron.



Aujourd'hui, mardi 17 mars, n'est pas un jour comme les autres : **B**ien que ce soit le premier jour de confinement c'est en effet ce jour-ci que nous fêtons la Saint Patrick, un évènement célébré tout droit d'Irlande.

C'est donc un coup de massue pour les personnes qui avaient l'habitude de participer à cette fête et qui n'auront pas l'occasion de se réunir entre amis autour d'un **verre mais** qui vont plutôt rester bien au chaud dans leur lit.



DES SUPERMARCHÉS DEVALISÉS !

Lorsque je suis allée faire quelques courses, le constat était sans appel. Des parkings remplis, des files d'attentes interminables, des rayons vides, une foule incessante : Les carrefours sont submergés. Alors que peu de personnes respectent les règles imposés qui sont de rester chez soi, d'autres se ruent effectivement dans les supermarchés faire leurs provisions de nourriture. J'ai donc décidé de repartir les mains vides et de rentrer au plus vite chez moi.



Des citoyens uniquement prudent ou entièrement indifférent ?



20 paquets de pâtes et de riz, 30 paquets de papier toilette, ce sont les dépenses faites par de nombreux habitants affolés par la situation. Je ne m'attendais pas à un tel mouvement de panique.

Ps : Pensée à toutes les caissières et caissiers qui sont en contact perpétuel avec la foule et qui font ainsi face à un gros risque #prayforlescaissiers

DES UNIVERSITÉS SCELLÉES !

Et oui, le rêve des collégiens, lycéens et étudiants **s'est** exaucé, les établissements scolaires sont bel et bien eux aussi dans l'obligation de fermer leurs portes.



C'est une expérience inédite pour tout le **monde mais** j'avoue que je préférerais quand même être en cours. Même s'il n'y a pas la contrainte de se lever tôt tous les jours, il y a des inconvénients : ne pas voir ses amis, devoir être organisé et rester chez soi engendre des tensions qui s'installent petit à petit.

LA FERMETURE DES STRUCTURES !



Pour ne rien vous cacher, au **début je me** suis dit super, c'est comme si on était en vacances ! je vais pouvoir sortir, faire les magasins, aller boire un verre en ville avec mes amis, profiter de mes week-end en allant en boîte ou encore aller au cinéma... mais j'étais bien loin de la réalité.



En effet, suite à l'annonce du passage au stade 3 pour le coronavirus, tous les lieux publics « non indispensables » sont eux aussi dans l'obligation de fermer pour éviter au maximum les rassemblements. Je n'avais pas mesuré le danger auquel nous étions confrontés avec cette crise sanitaire.

UN SAMEDI SANS CONFETTIS !

Ce n'est pas une fake news, tout le monde devra rester chez soi et même le week-end. Pour ma part, je risque de passer ma soirée en facetime avec mes proches.

Les jeunes sont sûrement déconcertés par cette **annonce mais** la santé avant tout et puis voyez le **coté** positif : vous vous réveillerez tous dimanche matin dans un bon état !

Autant dire que cette situation inédite va être très favorable pour les audiences de Koh-Lanta et de The Voice ce week-end.





VOICI ALORS 5 PETITS CONSEILS POUR ALIMENTER VOTRE JOURNÉE -ET PAS VOS ESTOMACS AVEC DES PAQUETS DE PÂTES-



CONSEIL 1

Prenez soin de votre maison !

Faites le ménage, c'est l'occasion pour vous de nettoyer votre demeure, alors à vos balais, prêts, partez !

Profitez-en également pour ranger vos placards, faites le tri dans vos vêtements (je vous conseille d'ailleurs d'installer l'application Vinted). Le rangement c'est maintenant !!



CONSEIL 2



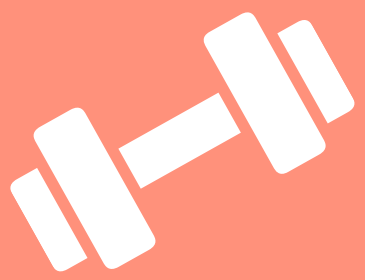
Profitez du temps que vous avez chez vous pour vous relaxer, vous reposer. Alors prenez un bon film **Walt Disney**, ou alors une bonne série Netflix !

NETFLIX

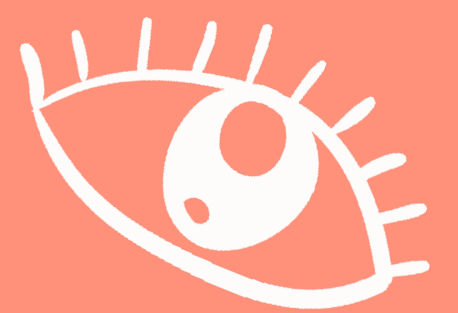
VS

Disney

Et puis, si vous avez des **popcorn** c'est encore mieux !



CONSEIL 3



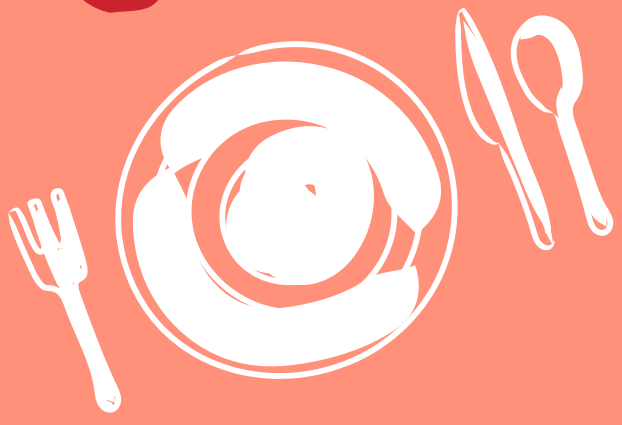
Faites du sport pour tout de même maintenir une activité physique... C'est très important pour garder la pêche !

Tout le monde a accès à Youtube, une plateforme où l'on retrouve de multiples vidéos de sport faites par des influenceurs.

Le sport ne fait de mal à **personne alors je** t'ai à l'oeil !



CONSEIL 4



Cuisinez ! Effectivement, il est important de se nourrir, concoctez vos meilleures recettes (les plus simples sont souvent **meilleurs**) et faites vous plaisir. Et, réalisez vos plats avec vos proches car comme on dit "plus on est, plus on rit !"



CONSEIL 5



Vous avez du temps libre ? Vous ne savez pas quoi faire ? Utilisez votre temps de manière responsable en supprimant vos mails dans votre boîte mail pour arrêter de polluer. Cependant puisque vous êtes tous sérieux vous l'avez déjà fait !

Bon confinement, ce n'était que la première semaine...

On se retrouve très vite pour un nouvel épisode, et d'autres conseils très prochainement...

