

"CONTR'ADDICTIONS"

BIMENSUEL DU PROJET

numéro

5

juillet

2020





CONTENU

- 3 Début de la pandémie
- 4 Pandémie en Espagne
- 5 Pandémie en France
- 8 Pandémie en Italie
- 14 Pandémie en Pologne
- 18 Pandémie en Roumanie

NOVEMBRE 2019

EN CHINE

Le premier cas signalé dans la ville de Wuhan (la capitale de la province du Hubei) date du 17 novembre 2019. À partir de décembre, Wuhan devient un foyer épidémique majeur. Le premier cas est officiellement déclaré par les autorités de la république populaire de Chine le 27 décembre.

À compter du 22 janvier, le gouvernement chinois place sous quarantaine trois villes de la province de Hubei afin de contenir les risques de pandémie : Wuhan, Huanggang et Ezhou. D'autres villes comme Shanghai et Pékin sont également concernées. La Chine obtient une aide internationale à partir de février 2020.



Régions touchées.

Maladie	Maladie à coronavirus 2019 (Covid-19)
Agent infectieux	SARS-CoV-2
Origine	Wuhan, Hubei ¹
Localisation	Chine
Coordonnées	35° N, 103° E
Premier cas	Wuhan, Hubei ¹
Date d'arrivée	1 ^{er} cas signalé au 17 novembre 2019 (1 an, 10 mois et 16 jours) ; selon les autorités chinoises le 1 ^{er} cas daterait du 27 décembre 2019 (1 an, 9 mois et 6 jours)

Bilan

Cas confirmés	1 634 394 (au 2021) ^{2,3}
Cas soignés	1 590 973 (au 23 août 2021) ^{2,3}
Morts	4 636 (au 23 août 2021) ^{2,4,3}

LA PANDÉMIE CHEZ NOS ÉLÈVES EN ESPAGNE

LA PANDÉMIE QUI SÉVIT DEPUIS 2020 PROVOQUE
UNE CRISE SANITAIRE, ÉCONOMIQUE, ET
ÉVIDEMMENT, AUSSI SOCIALE.

Même si le COVID-19 touche relativement peu les jeunes dans ses formes graves, les impacts collatéraux de cette pandémie les frappent fortément en affectant leur santé psychologique.

Depuis le mois de mars 2020, le confinement, l'interruption des cours, la rupture de la routine quotidienne, le manque de socialisation, le couvre feu, le peu d'accès à des activités physiques ont touché énormément nos élèves adolescents. Il faudrait souligner, que dans cette étape de la vie, la socialisation est un des aspects le plus importants.

Dans la période du confinement, il a été normal de passer plus de temps devant les écrans, afin de socialiser, s'informer, et aussi à cause de l'apprentissage en ligne. Il était important de contrôler la fréquence et la durée d'exposition. Ils ont devenus plus accros aux écrans. Peut-être, ça va laisser des traces et il est fort possible, que ces changements perdurent.

Au moment du déconfinement, pour certains adolescents, il a fallu évaluer leur état émotionnel et leur résilience.

Le début de l'année scolaire 2020, amène de nouveaux défis et préoccupations, en ajoutant la pandémie mondiale en cours. Malgré les mesures de sécurité telles que se laver les mains et les outils très régulièrement, l'éloignement physique, et le masque, les élèves s'inquiètent du risque de propagation entre élèves et enseignants. Nous tous devons ainsi apprendre à cohabiter avec le virus.

En ce moment, avec la vaccination, nous avons l'impression de nous relâcher un peu. Ici, les élèves du IES Mar Serena ont regardé en arrière et ont fait une vidéo en se questionnant autour de ce que l'on a vécu.

Lien sur la vidéo:
<https://youtu.be/3aHv3fN9Ems>

Carmen Landáburu Nieto

FRANCE

Jeux vidéos et confinement chez les élèves de 5e Enquête de l'équipe Erasmus

Selon l'enquête «Pratiques culturelles » réalisée par le Credoc à la demande du Ministère de la Culture., l'essor du jeu vidéo s'est encore renforcé, avec 53 % de joueurs pendant le confinement, contre 44 % en 2018,

Cette progression a bénéficié d'abord aux femmes qui sont 51 % à jouer quand elles n'étaient que 39 % en 2018 : elle réduit l'écart avec les hommes dont la pratique atteint 55 % contre 49 % en 2018.

Elle bénéficie également aux individus plus âgés, dès l'âge de 40 ans, et de façon encore plus marquée à partir de 60 ans : si les 15-24 ans jouaient près de 5 fois plus que les 60 ans et plus en 2018, le rapport n'est plus que de 2,3 pendant le confinement.

L'équipe Erasmus du collège Maurice Genevoix s'est penchée sur le problème et a mené sa propre enquête au sein du collège. Pendant une semaine, pendant les récréations, ils ont partis interroger leurs camarades à propos de leurs pratiques.

Voici le bilan de leurs sondages :

Personne ne semble trop avoir souffert des confinements mais les garçons les ont globalement mieux vécus.

Les garçons (60 %) reconnaissent avoir augmenté leur pratique du jeu vidéo pendant le confinement (20 %)

En revanche, les filles se sont plus orientées vers la lecture (48% contre 37 %) ou la cuisine (50 % contre 33 %)

Tous ont varié leurs loisirs. Ils ne sont pas addicts à un seul hobby.

Concernant la pratique des jeux vidéos :

37% des filles en font régulièrement alors que 90 % des garçons reconnaissent y jouer.

Peu de filles (13%) s'y adonnent après 21h mais presque 30 % des garçons le font.

En journée, la pratique est plus équilibrée

20 % des 5èmes en font une heure par jour, 30 % en font deux heures et 16 % en font plus de trois heures par jour

En ce qui concerne la pratique la nuit,

20 % des 5èmes qui font des jeux vidéos en font une heure après 21h 20 % en font plus de deux heures (seulement des garçons) et 10 % en font encore après minuit.

Même si la pratique des jeux vidéos reste modérée dans la majorité des cas, certains chiffres, en particulier ceux qui concernant l'utilisation des jeux le soir après 21 heures sont encore inquiétants et nous amènent à réfléchir aux moyen de lutter contre les addictions.



« De l'autre côté de la barrière »

L'année 2020 a été l'année du COVID-19. Début mars 2020, le virus SARS-CoV-2 est lentement entré dans la vie de chacun de nous, en la bouleversant.

Et ça nous a complètement changé, ça nous a submergés, nous aussi, les professionnels de santé.

Le 6 mars 2020, la première ambulance arrive dans le service des maladies infectieuses de la Polyclinique " Umberto I " à Rome. On a vidé le service hospitalier pour faire place aux nouveaux patients. On reste tous dans l'attente, tous portent des combinaisons, des masques, des visières, des doubles gants pour la première fois. En silence, vérifiant entre nous que l'habillement soit correct.

La première patiente arrive accompagnée par deux ambulanciers habillés de pied en cap. Il y a de l'adrénaline dans l'air, il y a de l'étonnement et de la curiosité pour une nouvelle maladie qui semblait si loin de nous, en regardant la télé.

Un problème qui était à tort considéré uniquement chinois, devient soudainement mondial, il devient aussi le nôtre. On voit la peur dans les yeux de la première patiente qui entre dans le service, entouré de salopettes blanches ; du personnel, on peut voir seulement les yeux.

Ainsi a commencé la pandémie pour moi. Beaucoup de curiosité, beaucoup d'adrénaline, l'envie de bien faire et de se mettre au service de la communauté.

Ma main tremblante avec la première patiente, la peur d'être infecté. Une attention qui devient méticuleuse, excessive dans le quotidien rituel de : s'habiller et se déshabiller.



Département des maladies infectieuses sub-intensives COVID Polyclinique Umberto 1, Rome, mars 2020

La réalité était une succession de malades, c'était une guerre contre un ennemi invisible. C'était une succession de casques CPAP, de masques boussiniac, de patients transférés en réanimation.

Cela ressemblait à un champ de bataille, une succession désordonnée de patients. Mars 2020 a été un enfer. Chaotique, rapide, à un rythme soutenu, la succession des patients, leurs histoires, toutes différentes et malheureusement les morts, les nombreux morts. Morts seuls en confinement, car, malheureusement, la pandémie a privé les patients covidés même de la dernière étreinte, elle a supprimé le soutien de la famille, le culte de la dépouille.



MÉDECINS ET
INFIRMIÈRES DU
SERVICE DES
MALADIES
INFECTIEUSES SUB-
INTENSIVES COVID
POLYCLINIQUE
UMBERTO I, ROME,
NOVEMBRE 2020.

Des familles entières ont été déchirées par le virus : tous soudainement seuls. Et le silence dans les rues un silence assourdissant, alors qu'on entendait au loin seulement les sirènes.

Un pays entier fermé en confinement. Dans la rue quelques personnes, le temps tracé entre le travail et les files d'attente au supermarché.

Une chaîne de jours : la même routine chaque jour, il ne restait plus que la solitude et la peur : peur d'être infecté et d'infecter les autres. Et quand l'été nous a donné une petite pause, il y avait encore la peur pour la famille.

La pause a été en effet courte, la deuxième vague a été aussi longue et difficile que la première. L'organisation et la préparation étaient meilleures. L'adrénaline a fait place à la fatigue physique et morale. Il y a eu encore beaucoup de morts.

L'unique espoir concret pour combattre le virus est apparue le vaccin. Le 26 décembre a été le premier jour des vaccinations à la Polyclinique, vaccinations qui continuent sans interruption jusqu'à présent.

Un jour de renaissance et de joie pour ceux qui, comme moi, ont vu la mort du SARS-CoV-2, une insuffisance respiratoire due à un virus sournois et incompréhensible.

L'appel qu'on peut faire, reste le même : se faire vacciner.

Faites-vous vacciner pour vous-même, pour vos parents, pour les grands-parents, pour ceux qui n'ont malheureusement pas eu cette opportunité.



Campagne de vaccination COVID-19,
région LAZIO,
Janvier 2021

Patrizia Pasculli

Médecin des maladies infectieuses Polyclinique Umberto I, Rome

Un événement inattendu
Les années 2020-2021 et la pandémie de Covid-19
par Christian Cappelletti

Les premières nouvelles arrivent confuses, surprenant tout le monde au début. Il semblait qu'un tel événement pouvait se résoudre comme une grippe, celle qu'on oublie au bout de quelques mois sans laisser de traces.

Les nouvelles qui nous arrivaient nous parlaient de la ville de Wuhan et d'une région chinoise, de la province d'Hubei.

Les enseignants et les élèves ont passé les vacances de Noël 2019 dans l'attente de pouvoir réaliser de beaux projets prévus dès le début de l'année 2020, comme les échanges culturels à l'étranger grâce aux programmes européens Erasmus +.

Alors que nous participions à la rencontre internationale "Contr'Addictions" qui a eu lieu à l'Université Federico II de Naples, au cours du mois de février 2020, nous avons pris conscience que la situation sanitaire devenait de plus en plus préoccupante.

En effet, alors que nous étions occupé par la formation à Naples, au département des sciences humaines, tous les enseignants européens impliqués dans le projet (italiens, français, roumains, polonais et espagnols), nous nous sommes interrogés cherchant des informations supplémentaires sur la Covid qui paraissaient tantôt rassurantes et tantôt alarmantes.

A notre retour au lycée de Morlupo, nous avons été informés de la fermeture inattendue des écoles dans tout le territoire national italien, à cause de la gravité de la situation. Des "zones rouges" ont commencé à apparaître dans de multiples régions italiennes, confinant les personnes chez eux.

La difficulté de communiquer le passage de la didactique de présentiel à celle en ligne a été dictée par les directives ministérielles et les protocoles... ont créé une difficulté et une inquiétude ultérieure.



Le 5 mars 2020, au cours d'une réunion de l'établissement, on nous a fait part de la fermeture de tous les établissements scolaires, comme dans de nombreux autres états européens.

La perplexité des professeurs due à cette nouvelle situation était au contraire accueillie avec joie par les élèves qui l'ont vécu comme des vacances scolaires inattendues juste au début du printemps.

On a vite compris que les choses allaient être très différentes et qu'une période d'incertitude indéfinie allait dominer nos vies.



De nombreuses questions ont traversé l'esprit de nos élèves : « Qu'arrive-t-il aux autres ? Où sont-ils ? Est-ce qu'ils vont bien ? Quand les reverrai-je ? ». Initialement, ils ont été heureux de se retrouver en ligne sur des plateformes numériques improvisées par les enseignants.

Il a été assez clair, pour les enseignants, du point de vue didactique et personnel, que nous étions en train de vivre une nouvelle période d'incertitude.

L'enthousiasme initial animé par un fort sentiment de solidarité et d'appartenance, a vite laissé la place à l'apathie générale des apprenants à cause du prolongement de la didactique à distance.

L'année scolaire s'est terminée, sans aucune activité en présentiel mais avec l'espoir d'un retour à la normale dès la rentrée.

Et finalement, septembre arriva ... en présentiel, en respectant les gestes barrières imposés.



En novembre, la diffusion de l'épidémie en Europe, nous a, à nouveau, contraint au confinement nous obligeant à une didactique, cette fois-ci, mixte, c'est à dire à 50% des élèves en présentiel et 50% en ligne.

Et aujourd'hui?

La grande force et la résilience des étudiants ont été et sont certainement la plus grande aide qu'ils ont offert aux enseignants dans cette période de deux ans parmi les plus compliquées et dramatiques de l'histoire de l'humanité.

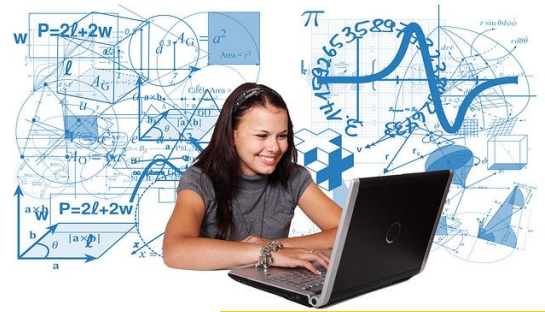
Nous constatons avec plaisir que les élèves ont suivi tous les règlements ministériels, même les plus contraignants, afin d'anticiper un retour plus imminent à la vie sociale au lycée et dans la vie privée.

Il suffit de regarder les photos ci-dessous pour comprendre comment ils savent réinterpréter et relire avec optimisme les obligations qui nous sont imposées, réussissant à nous faire vivre cette atmosphère unique de l'école dans son esprit de solidarité et de partage.



Morlupo, le 8 juin 2021

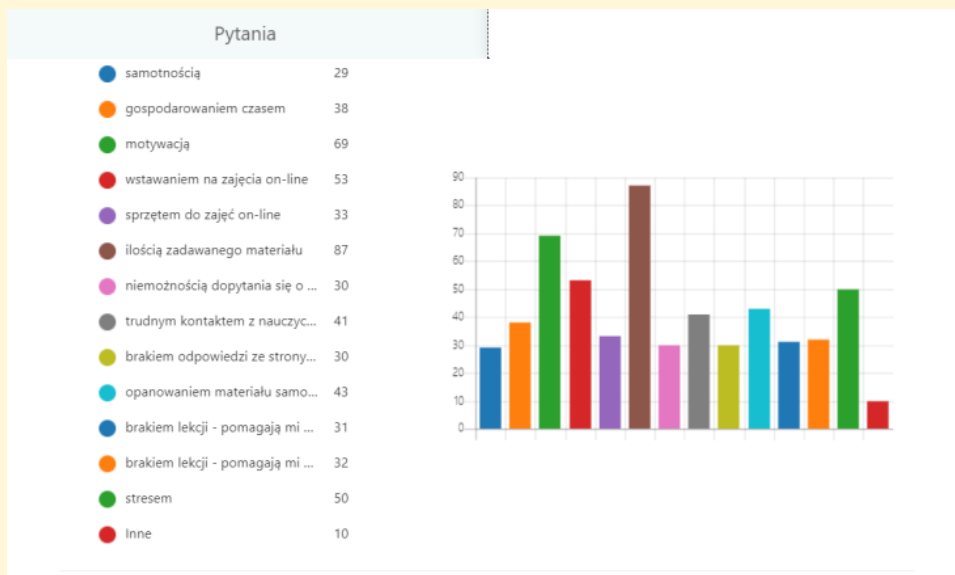
P O L O G N E



DES ÉLÈVES PENDANT UNE PANDÉMIE

J'AI DEMANDÉ À NOS ÉLÈVES COMMENT ILS SE SENTAIENT, OU SE SENTENT ENCORE, PENDANT L'APPRENTISSAGE À DISTANCE. DES ÉLÈVES DE 13 À 14 ANS ONT PARTICIPÉ À L'ENQUÊTE.

1. Avec quoi les élèves ont eu le plus gros problème ?



Notez que le plus gros fardeau pour eux était un grand nombre de tâches - les étudiants m'ont dit que parfois ils ne pouvaient pas "rattraper la fin du travail qu'on leur avait donné", parce que lorsqu'ils avaient terminé quelque chose et pensaient pouvoir respirer, il s'est avéré que dans la classe virtuelle il y avait de nouvelles tâches qui les attendaient ...

Il leur était difficile de se motiver - c'est probablement une grande différence - que nous soyons dans le monde réel ou à la maison avec un ordinateur.

Sortir du lit n'a pas été facile - qui d'entre vous n'a pas eu d'élève sous les couvertures !

2. Comment les élèves apprenaient et est-ce qu'il savaient gérer le temps ?

Pytania

2. Uczyło mi się bardzo dobrze

[Wiecej szczegółów](#)

● tak	46
● nie	18
● czasami	83



Couleur bleue - oui
Couleur orange- non
Couleur verte - parfois

3. Potrafiłem gospodarować swoim czasem

[Wiecej szczegółów](#)

● tak	106
● nie	41



3. Les enseignants ont-ils fait face à la tâche ?

Bien sûr, j'étais curieuse de savoir si les élèves pensaient que les professeurs avaient géré cette situation difficile et nouvelle qui tombait sur tout le monde comme un coup de tonnerre. Et regardez:

Pytania

7. Czy nauczyciele sprostali sytuacji nauczania zdalnego

[Wiecej szczegółów](#)

● tak	109
● nie	36



8. Czy uważasz, że miałeś wystarczającą ilość spotkań on-line

[Wiecej szczegółów](#)

● tak	123
● nie	23



Couleur bleue - oui

Couleur orange - non

4. Qu'est-ce que les élèves aimaient ?

J'ai choisi les choses les plus intéressantes que les élèves ont aimées, car ils ont aimé beaucoup de choses :

- Je pouvais écouter de la musique pendant les cours, les tests, etc.
- Ce sont mes notes qui se sont améliorées depuis les cours en ligne
- Plus de temps avec la famille
- Des projets supplémentaires sympas et intéressants où on peut s'amuser.
- Ce que j'ai le plus aimé, c'est que les professeurs s'en accommodent et toute l'organisation des cours en ligne en général.
- Possibilité d'obtenir de bonnes notes en activité en suivant des cours en ligne
- Prise de notes en ligne et sites Web utiles en ligne
- Pendant cette situation mondiale difficile nous étions en contact constant et le fait que nous n'allions pas à l'école ne signifiait pas que nous avons perdu ce contact.
- L'occasion d'apprendre une nouvelle façon d'enseigner.
- J'ai pu travailler à mon rythme dans le calme et la tranquillité. En classe, je ne suis pas capable de me concentrer autant que dans ma propre chambre.
- Avoir plus de temps et sa propre gestion du temps - que faire quand je veux faire et du temps pour mes loisirs
- Plus de temps pour nos propres passions pas forcément liées à la science. Nous pouvons bien dormir. Calme et tranquillité dans notre chambre.
- Je n'étais pas inquiet de devoir aller au tableau
- Je trouve que je comprends mieux la matière du cours, parce que j'apprends comme je veux et ça me convient, je ne reste pas avec mon professeur en classe pendant 45 minutes. Nous avons souvent eu des présentations et des vidéos sur le sujet de la leçon, et lors de la réunion, nous avons posé des questions et parlé de choses moins comprises. Mes notes se sont améliorées et ce n'était pas parce que nous trichions ou quoi que ce soit, j'avais juste plus de temps pour faire mon travail, sur lequel je pouvais me concentrer tout le temps, sans m'arrêter que j'étais sur le point d'avoir une autre leçon. Au lieu de faire le devoir pendant 45 minutes, en me concentrant sur une autre chose, et sur autre chose, et la leçon suivante, rentrer à la maison et revenir là où je m'étais arrêté, je pouvais le faire en une seule séance tout en me concentrant sur le même sujet. Et cela m'a aidé parce que c'était plus facile pour moi de repérer les erreurs parce que je n'étais pas distrait
- En répondant à la question de savoir s'il était plus facile d'apprendre et de se souvenir de la matière à l'école pendant les cours, je ne sais pas si c'était plus facile ou plus difficile, cela dépendait de la façon dont l'enseignant s'était préparé et de la façon dont il avait passé ces 30/45 minutes de cours. Certes, le fait que pendant les cours j'ai pu vérifier les informations sur Internet a été utile, car nous ne comprenons pas toujours le professeur et nous devons parfois le lire avec des mots différents.

5. Qu'est-ce qu'ils n'aimaient pas ?

Il y avait moins de phrases, mais très souvent la première d'entre elles apparaissait :

- Nombre de devoirs demandés
- Cours très tôt, incertitude sur les cours avec certains professeurs (s'ils auront lieu)
- Réalisation de tests et fiches. Malheureusement, malgré ma maîtrise de l'ensemble du matériel, je n'ai pas pu faire les tests, 20/30 minutes pour tout le département et 25 questions, ce n'est décidément pas suffisant. Bien sûr, il s'agissait également de questions ouvertes ou computationnelles.
- Certains enseignants ne donnent pas de cours, se contentent d'attribuer des tâches, laissant les élèves sans aide
- La quantité de matériel que vous avez dû apprendre par vous-même
- parfois, il n'y a pas assez de temps entre les cours en ligne pour rompre avec l'appareil, même pour un instant
- Complications avec du matériel
- Parfois il n'y a pas de traduction sur un sujet donné de certaines leçons, parfois il n'y a pas de matériel car il est utilisé par tous les membres du ménage. Les cours en ligne consommaient également beaucoup d'Internet et parfois il n'y en avait pas assez
- Plusieurs enseignants n'étaient pas vraiment engagés dans l'enseignement en ligne car ils disaient que nous allions retourner à l'école et rattraper le matériel, en plus ils n'ont pas respecté leurs horaires de cours au début et nous ont donné trop de travail pour un niveau de base.
- Cours trop longs - devraient durer moins de 45 minutes
- Dans le cadre de l'école, le pire est à venir, car il n'y a rien à regretter, nous avons de gros manquements à combler
- L'enseignement à distance n'est pas du tout pour moi parce que je manque de discipline et qu'être à la maison tout le temps me donnait l'impression que c'était des vacances tout le temps.
- Des questions des enseignants comme "comment gérez-vous la quarantaine" (ça m'a surpris, parce que j'ai posé des questions à ce sujet)

6. Est-ce que les cours à l'école était meilleurs ?

Pytania

4. Lektionen in der Schule durch den Lehrer waren besser, weil sie mir das Erlernen des Materials erleichterten

[Więcej szczegółów](#)

- tak 93
- nie 53



5. Lernen während der Online-Lektionen war schwieriger

[Więcej szczegółów](#)

- tak 72
- nie 75

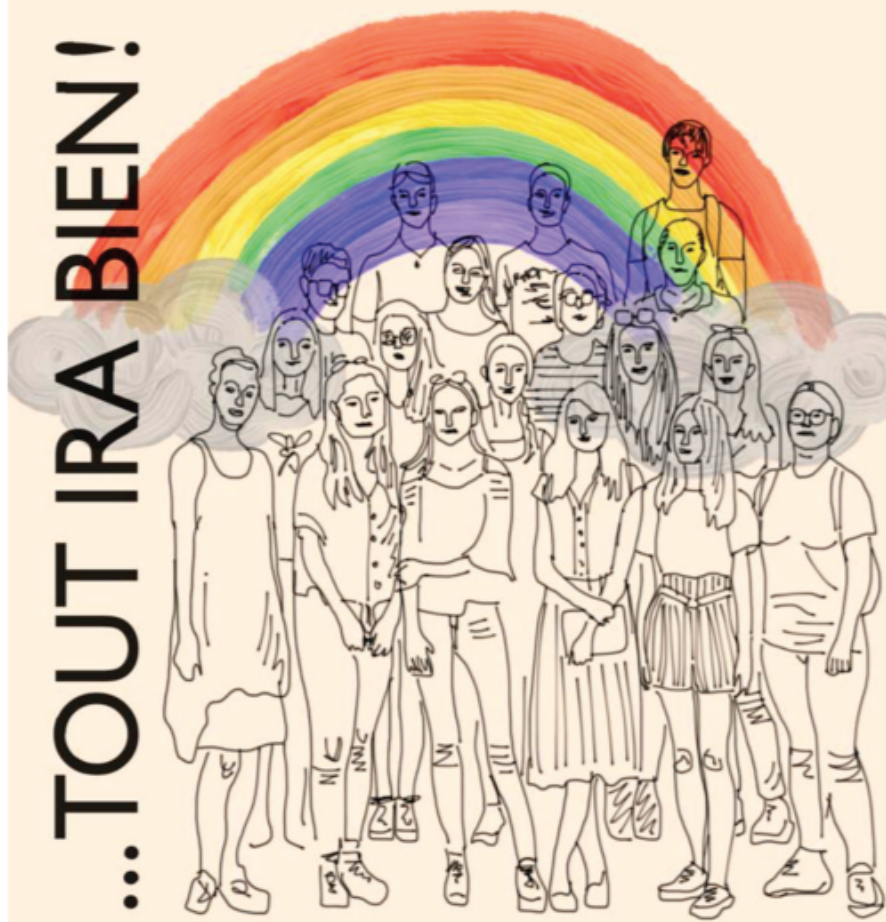


Couleur bleue - oui
Couleur orange - non

ROUMANIE

Les élèves du
Collège National « Mihai Viteazul »

...**TOUT IRA BIEN!**



Mara RUGESCU - XI^eB



MA VIE EN CONFINEMENT

Personne ne s'attendait à ce qu'en 2020 nous soyons touchés par une pandémie, en particulier celle que nous connaissons en ce moment. L'épidémie de coronavirus a commencé en Chine, mais s'est rapidement propagée à travers le monde, ce qui a amené de nombreuses personnes à changer leur mode de vie pour s'adapter à la distanciation sociale. La Roumanie n'était pas différente, étant l'un des premiers pays d'Europe à entrer dans l'état d'urgence; c'est pourquoi les écoles ont été fermées le 11 mars. En tant qu'élève, cela signifiait que je devais rester à la maison pendant toute la durée de l'état d'urgence. Au début, c'était assez chaotique et tout le monde était paniqué ou effrayé. L'expression « peut-être que nous sommes aussi infectés » était dans nos têtes pendant les deux ou trois premières semaines. Malgré cela, nous et nos professeurs avons essayé de nous adapter à la nouvelle situation, en continuant les cours en ligne. Ce n'est pas pareil, c'est certain, mais c'est certainement plus que suffisant étant donné que nous sommes au milieu d'une pandémie mondiale. Nos études ne devraient pas être interrompues et je pense que c'est bien que nous ayons trouvé un moyen de continuer à travailler ensemble, même si cela ne se compare pas aux cours traditionnels. Rester à la maison signifie avoir beaucoup de temps libre, peut-être un peu trop, si vous me le demandez. C'était censé être le rêve de tous les adolescents: pas d'école et liberté totale. Nous avons joué à des jeux, regardé des émissions de télévision et fait tout ce que nous voulions.



Mais ces activités ne peuvent pas durer éternellement et, à un moment donné, nous nous sommes tous retrouvés avec rien de nouveau à faire. Après un mois en confinement, tout le monde a été frappé par un immense ennui. Comment surmonter cet ennui? C'est clair - ment l'un des sujets les plus intéressants qui ont émergé après le début de la pandémie. Avec autant de temps libre à perdre, tout le monde cherchait à se lancer dans un nouveau passe-temps. Celui qui est amusant mais aussi gratifiant, qui pourrait aider à développer une nouvelle compétence ou capacité. Les gens ont commencé à apprendre une nouvelle langue, à se lancer dans le dessin ou l'écriture, certains ont même commencé des cours de danse en ligne. Même si les temps sont durs maintenant, nous ne devons pas oublier que le sport est important, tant pour la santé physique que mentale. Nous ne pouvons pas sortir comme avant, mais cela ne m'a pas empêché de prendre soin de ma santé. Comme je vis dans un immeuble d'appartements, je ne pouvais pas sortir alors j'ai cherché des séances d'entraînement qui peuvent être faites à la maison. Mon activité préférée est de loin la zumba, parce que j'aime combiner l'entraînement et la danse. Je pense que nous nous sommes tous adaptés le mieux possible à la situation actuelle. Certains d'entre nous se sont sentis piégés tandis que d'autres ont obtenu leur repos bien mérité. Être pessimiste ne peut qu'aggraver la situation. En fin de compte, je pense que le confinement devrait être une expérience d'apprentissage pour nous tous. Être loin l'un de l'autre nous a rendus plus forts qu'auparavant. Apprendre à être responsable non seulement pour nous-mêmes, mais aussi envers les autres gens de notre entourage est quelque chose que chacun doit faire. J'ai hâte de revoir tout le monde et de recommencer la vie normale!

ILINCA ZAVULAN ,
XIE B



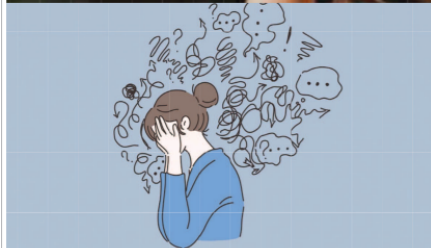
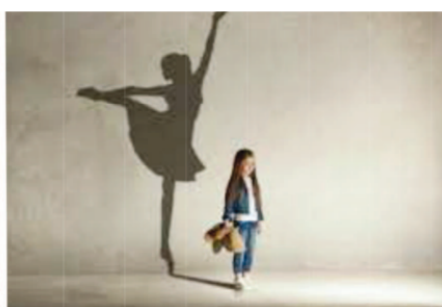
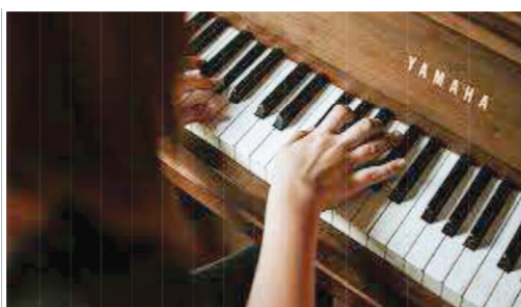
LES EFFETS DU CONFINEMENT

Le confinement en Roumanie dure déjà depuis un an et demi, période au cours de laquelle la plupart des gens ont manifesté des divers états mentaux, tels que: anxiété, dépression, solitude, etc. Mais le confinement n'a pas eu seulement des effets négatifs. Premièrement, les cas de COVID ont énormément diminué et, deuxièmement, beaucoup de gens ont eu le temps de pratiquer des activités qu'ils n'auraient pas eues normalement. Pas mal de gens, moi y compris, ont eu de mauvaises humeurs, manifestées par: malaise, tristesse, paresse, manque de motivation. La plupart ont paniqué quand ils ont remarqué ces humeurs, mais elles sont tout à fait normales à cause du manque de communication et de l'inter - diction de ne pas sortir de la maison. D'autres personnes ont développé des troubles mentaux comme l'anxiété et la dépression. Ces problèmes doivent être traités car ils sont beaucoup plus dangereux et peuvent entraîner des complications. En tout cas, depuis l'assouplissement des mesures restrictives les gens se sentent mieux et ils retrouvent la joie de vivre. Il y a aussi des aspects positifs du confinement à cause de la pandémie de Covid-19. La diminution substantielle des cas après la période de restrictions très dures est la preuve que celles-ci n'ont pas été inutiles.



En outre, comme nous l'avons mentionné ci-dessus, de nombreuses personnes ont utilisé le temps libre offert par le confinement pour essayer de nouvelles choses. Beaucoup ont découvert leurs passions et se sont concentrés sur les choses importantes pour eux. Par exemple, j'ai redécouvert la joie de jouer du piano, activité à laquelle j'avais renoncé à cause de mon emploi du temps très chargé. Grâce à cette période atypique passée à la maison j'ai eu assez de temps pour apprendre une multitude de nouvelles pièces et de nouvelles techniques. Tout comme moi, d'autres amis ont découvert des passions pour la lecture, le dessin et la danse. Donc, il y a aussi un côté positif du confinement. En conclusion, bien que le confinement ait eu un effet peu favorable sur certaines personnes, je pense qu'il a été aussi utile : d'une part parce qu'il a protégé de nombreuses personnes contre la maladie et, d'autre part, parce qu'il a offert beaucoup de temps pour pratiquer ce qu'on aime réellement.

ANTONIA PANTELIMON XE J



page web: <http://contr-addictions.eu/>

FB: <https://www.facebook.com/ceci1920>

etwinning: <https://twinspace.etwinning.net/109372/hom>

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne.

Cette publication reflète uniquement les opinions de l'auteur, et la Commission ne peut être tenue responsable de toute utilisation, qui peut être constitué des informations qu'il contient.