

## **Mon témoignage :**

Comme tout le monde depuis 2 semaines je suis confinée. Je suis confinée dans mon chez moi avec mon chéri.

Depuis 3 jours je ne travaille plus, j'ai demandé une rupture conventionnelle à mon employeur car notre façon de travailler allait à l'encontre de mes valeurs, et nous n'avions pas le pouvoir de faire changer les choses, nous avons quand même essayé, en vain.

Ce confinement m'amène à revoir ce qui est essentiel ou non dans ma vie. Il me permet de redécouvrir ce que c'est d'avoir le temps de faire les choses. Et la disponibilité. Je me découvre des passions comme la cuisine, je fais du sport à la maison, je lis des bouquins que je n'aurai jamais lu avant... Je fais même des siestes, moi !! Je suis d'habitude une fille très active, j'ai constamment besoin de sortir, de voir du monde. Parfois c'est un peu dur de ne pas sortir librement mais je reviens à l'essentiel : que nous allions bien et nos proches aussi.

Nous faisons souvent des visios sur le téléphone avec ma famille, et je suis en lien avec mes amis par messages ou sur les réseaux sociaux. On se partage notre quotidien de confinés, pour tenir. Ma belle-mère a été suspectée d'avoir le virus, nous allons donc lui faire des courses. Nous avons également pensé à notre voisin âgé du rez-de-chaussée, mais il va bien. Nous découvrons que nous ne sommes pas seuls, que la solidarité est bien là. Et ça, ça me fait du bien.

Regarder les informations me fait du mal. L'humain est précieux, chaque être humain est unique et à quelque chose à apporter dans ce monde. Mais nos politiques ne pensent ce monde qu'à travers l'argent, quitte à nous sacrifier.

Malgré tout il faut tenir, et prendre du temps pour soi. Pour réfléchir à ce qu'on veut après, ce qu'on veut pour notre vie. Je ne sais pas encore ce que je vais faire maintenant que je n'ai plus de travail mais je choisis de profiter de cette période de chômage pour prendre le temps de réfléchir à un projet professionnel qui ait du sens pour moi.

Je réalise qu'il faut profiter de chaque moment que l'on vit, car on ne sait de quoi demain sera fait.

Mon secret pour tenir : sourire à la vie et dire à chacun de mes proches à quel point je les aime. Ma force, c'est eux.

Adèle, Josiste de Grenoble