

! Mi
confinamiento!

Vallée Aurélia

Desde marzo hemos estado confinados a nuestras casas por el virus...

Al principio, estaba muy aburrido y me costaba mucho trabajo el confinamiento...

Puntos negativos

Nb pude encontrar nada que hacer

Hay buen tiempo y no puedo salir

Me sentaba durante horas sin hacer nada

Puntos positivos

Puedo disfrutar de mi familia. Tengo tiempo para hacer todo lo que quiero hacer, como ver programas de televisión, coser, cocinar...

Saco a mis perros y voy de compras. Estoy tomando la clase virtual, pero es complicado... ¡Me corté el pelo!

Para mí la contención es una oportunidad para todos nosotros, mucha gente se ve obligada a trabajar, a arriesgarse y puede contraer Covid19. Tenemos el privilegio de quedarnos en casa y disfrutar de las cosas simples de la vida.

Lista de actividades

- pasar más tiempo con mi familia
- Haciendo mis deberes
- Lea
- Coser
- limpiar y ordenar toda la casa
- Netflix...

LA COCINA DE
AURÉLIA

Quedarnos en casa para proteger nuestras vidas, las vidas de nuestros seres queridos y esperar recuperar un vistazo de nuestra vida pasada...

LA COCINA DE AURÉLIA



RECETA ALBÓNDIGAS FRITAS

INGREDIENTES:

- DOS PATATAS
 - 2 HUEVOS
 - 300 GRAMOS DE CARNE PICADA
 - SALSA DE TOMATE
 - SAL, PIMIENTA, COPOS DE CHILE, ACEITE DE OLIVA
-
- LAVAR LAS PATATAS, CORTARLAS Y SAZONARLAS CON SAL DE PIMIENTA Y ACEITE DE OLIVA
 - MEZCLA LA PIMIENTA, LA SAL Y LA GUINDILLA EN LA PICADORA.
 - HACER ALBÓNDIGAS
 - HORNEA DURANTE 35 MINUTOS Y LUEGO PON LOS HUEVOS.
 - COCINA DURANTE 5 MINUTOS MÁS A 180 GRADOS.
 - ¡SALIR Y PROBAR!

Mi confinamiento

Durante estos sesenta días de confinamiento me fija muchos objetivos...y pienso, como muchos de nosotros que queremos mejorar nuestras vidas y concentrarse sobre sí mismo.

Primero, me descuidé mucho tiempo y eso que trabajo en supermercados y entonces veo a mucha gente. Cuando mi colega me hizo un comentario decidí recuperar las riendas de mi vida. Reaccioné.

Entonces dejé todo y traté de encontrar mi vida de antes lo mejor que pude. Por supuesto, logré alcanzar algunos de mis objetivos, pero no todos. Pero persevere aunque el fin del confinamiento y trato de hacerlo lo mejor posible. Esta etapa de reencuentro con uno mismo tenido impactos positivos y negativos en todas las áreas.

¡ Y especialmente saber el valor de nuestros seres queridos y nuestra salud !

Aquí hay algunas fotos:

Lo que había
decidido
hacer



El resultado
dio



...de **Jennifer** , estudiante de CI 2

Durante este confinamiento hago diferentes actividades con mi familia, como jugar a juegos de mesa (Uno, Monopoly), aprovechamos el sol en nuestro jardín, ampliamos nuestra huerta para cultivar verduras y hacemos barbacoas. También hacemos algunos pasteles (chocolate, plátano y yogur) y vimos algunas películas de Disney. También hago deportes y deberes. Jugamos a la Wii.

Los puntos negativos durante este confinamiento para mi es que no podemos salir para tomar aire fresco, y ver los paisajes (afortunadamente tenemos un jardín). Y además no puedo continuar con las clases para mi licencia de conducir, estoy impaciente de obtener finalmente mi licencia de conducir. No ver a la gente que nos gusta, el teléfono es indispensable durante este período.

Es una nueva situación, y rara, porque no podemos saber nada en cuanto a futuro, y cómo hacer cuando planeamos salir a otro país o ir a la universidad en septiembre, o tal vez más tarde. La clase virtual es nueva también, porque no vemos a las personas, solamente las oímos. Prefiero estar en clase físicamente: es para mí más animado, más real porque tenemos a alguien delante de nosotros, y es más práctico también. Durante este periodo tengo noticias de personas, es importante saber cómo está la gente.





...de **Yassin**, estudiante de CI 2

En primer lugar, la contención es algo que nunca he experimentado antes. Es una situación atípica, es excepcional. Este confinamiento sigue siendo esencial para nuestra salud, sin embargo, no sólo aporta puntos positivos.

¿Cómo experimento este confinamiento?

El confinamiento trae ventajas, pero a veces puede llegar a ser restrictivo.

La contención ayuda a reducir la propagación del virus, que es esencial para nuestra salud y la de nuestros seres queridos. Nos permite acercarnos más a nuestra familia, compartir más. También nos permite encontrar nuevas ocupaciones, me permitió trabajar en mi inventiva, encontrar maneras de hacer reír a mis amigos. Tengo tiempo para ocuparme de las cosas que he tenido que hacer durante mucho tiempo, como ordenar y limpiar todos mis zapatos.

Estar encerrado en casa sigue siendo complicado, especialmente cuando ves a mucha, pero realmente mucha gente que no respeta este confinamiento.

Echo de menos vestirme para salir, hace mucho tiempo que no me pongo vaqueros. La actividad deportiva se volvió muy restringida, es lo que más hacía después de estudiar e ir a la escuela. Físicamente se está empezando a complicar, me gustaría tener la oportunidad de ir a la peluquería, logré cortarme y francamente profe, está bien, estoy progresando.



...de Titouan, estudiante de CI 2

Hoy en día en el mundo, todos nos enfrentamos a una situación particular, la propagación de un virus llamado Covid 19, por esta razón una gran parte de la población mundial debe ser confinada, pero algunos habitantes lo viven más o menos bien, por lo que es en este interés que voy a compartir mi experiencia, los puntos positivos y negativos del confinamiento.

La noción de confinamiento es algo nuevo para todos, y nos obliga a adaptar nuestro ritmo de vida, podemos ver algunos puntos positivos como poder disfrutar de nuestros seres queridos haciendo todo como yo, juegos de mesa, videojuegos, reunirnos todos los días alrededor de una buena comida, disfrutar del jardín, hacer deporte para mantenernos en forma... Y también trae un enorme punto positivo, que es no gastar dinero porque todas las instalaciones de ocio están cerradas y el confinamiento también me permitió ganar dinero haciendo mi trabajo como bombero voluntario varias veces a la semana.

Sin embargo, me enteré de muchos puntos negativos como la soledad, la rutina, la pérdida de motivación, el deseo de volver a estar con la familia y los amigos.

Para terminar podemos decir que el confinamiento afecta considerablemente nuestra moral, por lo que es esencial encontrar ocupaciones, divertirse, mantenerse en contacto con los amigos a través de las redes sociales, cambiar las propias ideas sin salir de casa porque para nuestra salud y la de nuestros seres queridos que el confinamiento debe ser respetado.



...de un estudiante de CI 2

Desde el 17 de marzo de 2020 estamos confinados debido a la pandemia de coronavirus que ha causado la muerte de muchas personas en todo el mundo. Esta contención, aunque ha sido difícil, nos ha permitido descansar y también ha permitido que la tierra descanse.

Ha tenido efectos negativos y también efectos positivos para mí.

Negativamente, el encierro me detuvo en la búsqueda de mi alternancia para la continuación de mis estudios, todo estaba bloqueado, era difícil solicitar posiciones de alternancia.

Todas las mañanas tenía que hacer las compras y luego veía si tenía alguna tarea que hacer mientras estaba tranquilo la hacía, antes de pasar el resto del tiempo en youtube y netflix.

Fue un poco difícil porque estaba confinado con mi tío y su familia en un espacio pequeño, así que era difícil concentrarse para el trabajo.

Positivamente, pude hablar todos los días con mi familia sobre lo que estaba haciendo cada 2 semanas antes del confinamiento. Además, pude descansar mucho porque solía levantarme todos los días a las 5 de la mañana para ir a clase y volver a casa a las 8:30 de la noche.

Así es como superé mi confinamiento, el siguiente paso sería volver a centrarme en conseguir mi bts este año.



...de Iman , estudiante de CI 2

EL confinamiento tiene muchos aspectos negativos. En primer lugar, mentalmente es una situación difícil de manejar. De hecho, estamos constantemente estresados por miedo a enfermarse o a que uno de nuestros seres queridos se enferme. Entonces, los diferentes medios de comunicación también tienen un impacto en nuestra moral porque anuncian malas noticias durante todo el día. Por eso decidí dejar de ver los diferentes canales de noticias tan pronto como me despierto y ver sólo las noticias a las 8 pm para mantenerme informada de la situación. Finalmente, debido al confinamiento ya no puedo ver a mis amigos y abuelos pero afortunadamente tenemos la posibilidad de vernos cara a cara aunque sea frustrante ver que nos privamos de ver a nuestros seres queridos mientras otras personas no respetan el confinamiento.

Sin embargo, a pesar de ello, también hay aspectos positivos en el confinamiento. En primer lugar, nos permite tener más tiempo para nosotros mismos para hacer las cosas que disfrutamos. Por ejemplo, he podido empezar a leer el libro " je pense trop " que compré hace meses pero no pude empezar a leer por falta de tiempo libre. Entonces, el confinamiento también me permitió pasar más tiempo con mi familia, especialmente cocinando con mi madre, lo que no necesariamente tenía la oportunidad de hacer muy a menudo debido a sus horas de trabajo.

...de Oussama , estudiante de CI 2

Mi confinamiento comenzó antes de que el Presidente de Francia lo anunciara, en mi opinión Francia esperó demasiado tiempo antes de tomar una decisión. Dado mis orígenes italianos, ya sabía lo que pasaba fuera de Francia, seguía las noticias todos los días y sabía que también pasaría aquí... También por eso no vine a la escuela, pero lo que pasó, pasó. Mi encierro es aburrido, estoy solo con mi esposa, en resumen, la rutina habitual que nos dio mucho tiempo para pensar en diferentes cosas, como nuestro futuro, lo que vamos a hacer. Este encierro debe ayudarnos a reflexionar sobre lo corta que puede ser la vida y a empezar a pensar que tal vez las cosas importantes en la vida son otras, todo puede terminar de un día para otro, además de que este virus no conoce edad, etnia o si eres rico o pobre. Otra cosa es que estoy engordando tanto, porque no te puedes mover, los gimnasios están cerrados y comes mucho, pero creo que es un problema común, no puedo esperar a volver a la normalidad porque todo esto de quedarme en casa me está matando.

MI CONFINAMIENTO

No es tanto el encierro lo que me ha afectado negativamente, sino la situación en la que estamos y el comportamiento de los demás

Desde el anuncio de la propagación del virus, ha aparecido un miedo dentro de mí. Al tener a mi alrededor a personas vulnerables, he estado muy preocupada y todavía me preocupa su salud. Varias personas de mi familia han sido afectadas por el virus. Es cuando estás cerca del peligro cuando te sientes más preocupado. Aunque ya era consciente del peligro, me hizo darme cuenta de que todo el mundo puede verse afectado, y nadie puede pensar que está por encima de la enfermedad.

Con los medios de comunicación informando las 24 horas del día sobre el número de muertes que sólo aumentaba, BFMTV se convirtió rápidamente en mi peor enemigo. Además, tengo familia en el extranjero, ¡así que tienes que seguir la evolución del virus por duplicado!

Aunque es nuestro deber estar informados de las noticias en este momento, no puedo soportar más el hecho de cualquier canal mencione el virus.



Me sentí aliviada cuando el presidente anunció el confinamiento con restricciones, pero esa sensación se desvaneció rápidamente. Tan pronto como vi en mi pantalla innumerables imágenes de personas que creen estar por encima de la enfermedad, dándose el derecho de salir por razones inútiles. Para mí, estas actitudes son el resultado de la inconsciencia de estas personas.

A pesar de estos efectos negativos, en lo malo debemos buscar lo bueno que se puede obtener, porque siempre habrá algo bueno.

Afortunadamente, poco a poco, los actos de solidaridad se han multiplicado a nivel mundial. A lo largo del tiempo, una parte de la población ha sido capaz de cuestionarse a sí misma y de actuar de acuerdo con la responsabilidad que todos deben cumplir.



Al contrario de lo que he oído acerca de no salir, en mi caso no me ha traído más que resultados positivos. De naturaleza casera, me entusiasmaba quedarme en casa, pero siempre con un sentido de preocupación por lo que estaba pasando.

He podido hacer muchas cosas que me eran imposibles antes del encierro por falta de tiempo. Leer más libros, hacer deporte intensamente, aprender sobre varios temas que me interesaban, darle más tiempo a mi hermano pequeño...



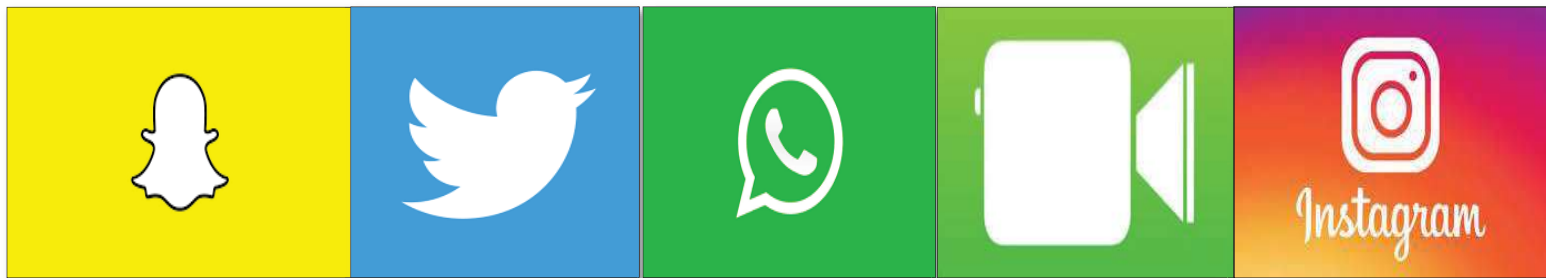
También pude hacer un trabajo sobre mí misma, meditar sobre mis acciones y objetivos me permitió poner en orden mis ideas.

Hoy es el 11 de mayo, oficialmente la fecha del fin del confinamiento, pero esto no significa que el virus haya desaparecido. Por mi parte, seguiré haciendo buen uso de mi tiempo libre y descansando EN CASA.

A cerca de mi confinamiento !

Casi dos meses encerrado en casa con mi familia a la que no veía tanto en los días de escuela. Al principio pensé que iba a ser muy difícil, pero con el tiempo te acostumbras. La principal dificultad no era ver a mis amigos y familia, sino afortunadamente están las redes sociales en las que estoy a diario, quedarse en casa con su familia a pesar de que los quiero es muy complicado pero afortunadamente tengo una casa y un jardín que son muy ventajoso para disfrutar. Globalmente, a rutina de los primeros días fue difícil y moverse sólo para hacer recados se había convertido en una salida atractiva para mí. Sin olvidar que desgraciadamente me contagié el virus que tuve durante 10 días, fue muy duro mental y físicamente pero aún así perdí 6 kilos.

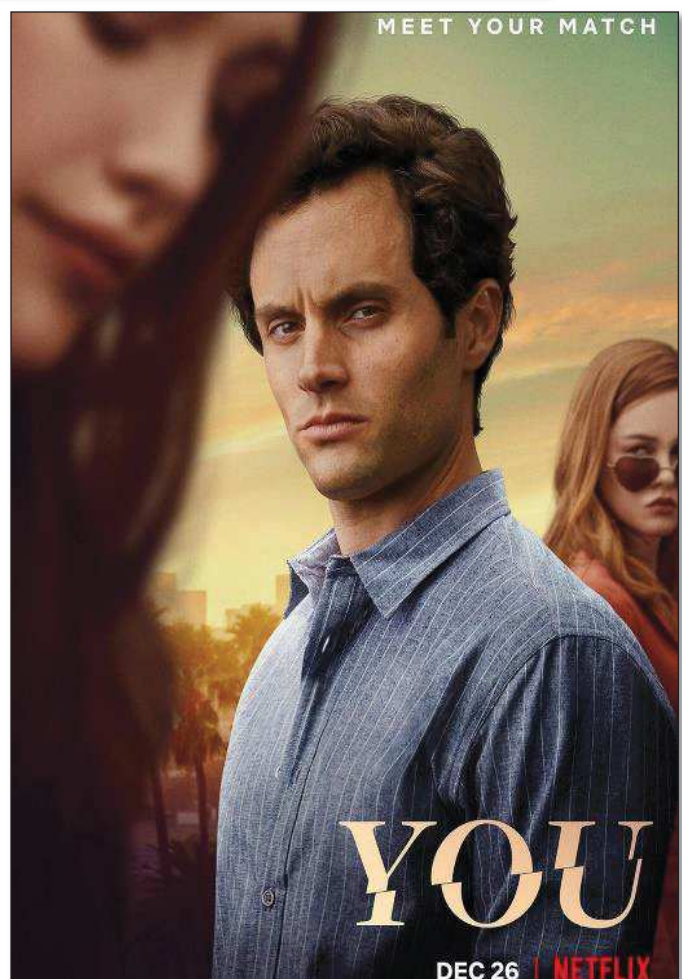
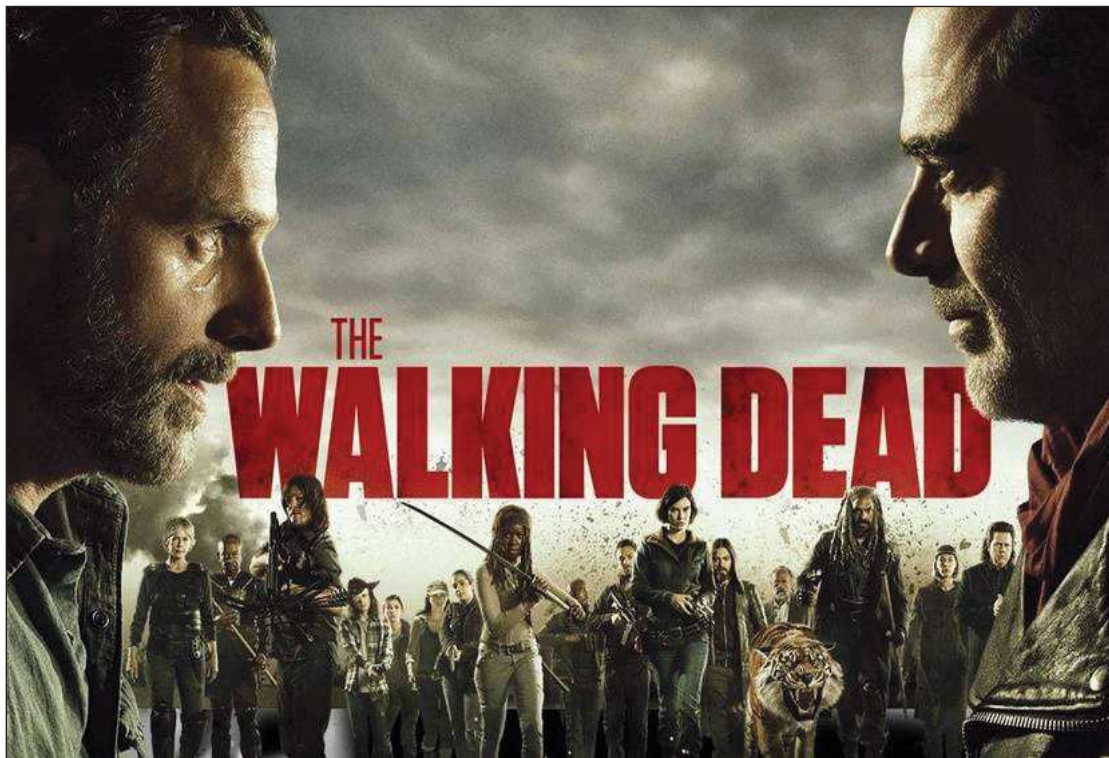
Diariamente, uso las redes sociales para mantenerme en contacto con mi familia y amigos.



Los puntos positivos de este confinamiento es que me permitió trabajar en mí mismo como persona, para reflexionar sobre mi vida y mis relaciones con los demás. Básicamente, cuestionarme y recargar mis baterías, encontrar a mi familia y fortalecer nuestros lazos y reflexionar sobre mis proyectos profesionales. Aproveché la oportunidad de hacer deporte, yo también me he cuidado.



También he estado viendo programas en Netflix y leer libros de desarrollo personal.





He hecho algunas delicias y he mejorado en la cocina con mi madre con buena música y canto.

