

Journal de bord d'un confiné

Homme, 33 ans
 Papa d'un garçon de 4 ans et demi
 Compagnon d'une infirmière (EHPAD)



<p>J-5 13 mars 2020</p>	<p>Je vois les choses prendre de l'ampleur et les incohérences des discours au cœur de cette situation inédite. Dans les médias, au sein du gouvernement et au sein du corps médical, tout le monde semble s'entendre sur un message à délivrer mais les décisions ne vont pas dans le même sens. Pour autant, je reste relativement serein. 79 morts en France. Le coronavirus est dangereux certes, mais seulement chez les autres, surtout en Chine. Il est étranger, presque...</p>
<p>J-1 16 mars</p>	<p>Cette journée au travail est bien différente de toutes les autres. Une certaine agitation règne dans les esprits. Le bruit court qu'un confinement serait mis en place dès le lendemain. <i>Télétravail, garde d'enfant ?</i> Au-delà de l'inquiétude sur l'avancée du virus, c'est l'incertitude du quotidien, de son organisation qui prime à cet instant ! <i>Comment tout cela va-t-il se dérouler ?</i> Le stress gagne. Le visionnage des JT, la lecture des informations sur le virus ci et là ont raison de mon apparente sérénité. Retour au domicile précipité, lesté de <i>tote bag</i> plein à craquer de documents de travail, dans l'attente d'une annonce... qui ne tarde pas à venir ! JT 20h : discours présidentiel et mesures extraordinaires. Pour être certain de tout saisir et pour donner plus de matière à ces mots que j'entends –qui me semblent in-croyables !- je suis la transcription du discours au bas de l'écran. Fautes de frappe, retour en arrière, corrections, coupures (grosse amélioration par rapport au 12 mars tout de même). Rythme effréné et cafouillage comme dans mon esprit. Les chevaux sont lancés ! Confinement pour 15 jours (écoles fermées, travail à domicile, déplacements limités et contrôlés), fermeture des frontières, report du second tour des élections municipales. Voilà ce que je retiens de tout ça. Beaucoup de zones d'ombres, mais assez abasourdi pour ne pas me poser toutes les questions qui restent en suspens. Ce qui compte à cette heure, c'est d'organiser le reste de la semaine avec une compagne infirmière et un enfant de 4 ans !</p>
<p>Jour J 17 mars</p>	<p>Le confinement ne prend effet que ce soir. Mais je suis déjà à la maison : garde d'enfant et télétravail. Télétravail ? Oui c'est prévu ainsi... normalement. J'ai davantage l'impression de l'effleurer ce télétravail : aux aguets des mails, en cours de mise en page d'un document et de lecture d'ouvrages historiques, mais surtout toujours à disposition de Monsieur bonhomme (mon fils, ainsi surnommé entre autres fantaisies de mon cru !). Dans une posture étrange : entre vacances forcées et télétravail... tout aussi forcé ! <i>Ce n'est pas gagné...</i></p>

<p>Semaine 1 18 mars-22 mars</p>	<p>Première semaine compliquée. Les journées sont encore bien mal organisées. Il n'y a d'heure pour rien, pour personne. Si pardon. Il y a un rituel, un rendez-vous : le JT du soir sur France 2 pour connaître l'avancée du virus et les nouvelles décisions. Un rendez-vous fixé oui, mais la journée est ponctuée de plusieurs rencontres non programmées celles-ci, au gré de la zapette ou des alertes du Smartphone. Ces personnes que j'entends ou que je lis savent apparemment beaucoup de choses sur la situation présente tout en continuant à dire qu'elles ne savent pas grand-chose du coronavirus. Étrange... Mais l'on s'y fait ! Mon fils lui aussi en sait beaucoup. Il nous répète ce qu'il a entendu dans son école maternelle avant la fermeture : « des petites bêtes dans l'air », « elles sont minuscules et invisibles (« comme ça » me dit-il en laissant un espace infime entre son pouce et son index droits) », « il ne faut pas sortir, elles se posent sur toi », « non, sinon tu vas attraper le virus ! », « faut tousser dans son coude » ! Un vrai savant. Pas besoin de regarder la télévision finalement ! Oui mais... À en savoir autant à cet âge, ça angoisse. Les nuits en témoignent : réveil en pleine nuit, nouvelles peurs, cauchemars... Dommage collatéral que je n'avais pas prévu et qui aura une incidence sur la fatigue de papa et maman ! On le recouche, on met une veilleuse (ressortie d'un carton au fond du placard dans l'idée de ne jamais l'en ressortir), on discute un peu (mais pas du virus ! D'autres bêtes plus drôles et moins voraces) et on se rendort. <i>Acceptation...</i></p> <p>18 mars, mon anniversaire ! Je m'attends à passer une journée mémorable, car peu commune. Les messages de sympathie de la famille et des amis me le rappellent presque tous à leur manière : « Joyeux anniversaire confiné ! ». L'extraordinaire de la journée est quand même là : ma compagne et mon fils ont tenu à mettre les petits plats dans les grands, à apporter une gourmandise douce à l'âpreté toute relative de mon confinement, à offrir un cadeau... L'achat s'était heureusement fait les quelques jours qui ont précédé le Jour J !</p> <p>Côté télétravail, je m'aperçois que j'ai oublié d'apporter des affaires. 19 mars, je sollicite déjà une collègue sur place pour un envoi de fichier. Guider quelqu'un dans votre univers bureautique à distance, quand l'idée de retenir l'arborescence et l'archivage des fichiers ne vous a jamais effleuré l'esprit avant ce jour, est aussi aisé que guider quelqu'un à travers les rues d'une ville étrangère... Voilà, en quelques mots, le dialogue réécrit, dont la teneur, elle, est bien véridique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le nom du fichier dont tu me parles ? - Euh, je ne le connais pas. Il doit y avoir « ... » et « ... » dedans. - Et il se trouve où ? - Alors, je ne suis pas sûr, mais il doit être dans le sous dossier qui se nomme probablement « ... » et qui est dans le dossier racine « ... ». Ou quelque chose comme ça. (quelques secondes de silence) Tu trouves ? <p>Mais grâce à la ténacité et extrême gentillesse de ma collègue, le fichier a pu être localisé et envoyé. Il ne se nommait pas vraiment comme dans mes souvenirs, mais était bien à peu près là où je l'avais signalé...</p> <p>Au fur et à mesure des jours, la compréhension de la situation se fait plus claire : espérer faire une journée de travail traditionnelle est définitivement abandonné. Même le circuit, double rampe de lancement, X-tra looping, avec voitures de course aux sourires étincelants, que j'avais acheté en J-1 avec l'espoir d'occuper les journées de mon fils, ne suffit finalement pas !</p>
---	---

	<p>Un résumé du quotidien à ma directrice me permet de dresser un bilan, pas si sombre finalement :</p> <p>« Une période de confinement assez étrange pendant laquelle la communication par courriel [a] totalement supplanté la communication orale et pendant laquelle on se sent coupé du monde...</p> <p>Du haut de mon 4e étage, on profite de la vue dégagée et du soleil, avec un calme apaisant et accompagné du chant des merles. La véranda sert de salle de classe pour les activités journalières de maternelle et de bureau de travail pour les tâches de rédaction de papa. Ce n'est pas véritablement désagréable, on ne va pas s'en cacher. Nous sommes au vert (ou presque) et sous le soleil mais en intérieur !</p> <p>Au concours de l'arbre fleuri d'ailleurs, un beau spécimen pourrait concurrencer le vôtre dans la cour commune de notre immeuble.</p> <p>Printemps te voici pour apporter douceur et vitalité durant notre confinement. Bienvenue ! » - 20 mars.</p>
<p>Semaine 2 23-29 mars</p>	<p>La lassitude arrive.</p> <p>Le confinement devient long, pénible. Le moral est un peu en chute !</p> <p>Une multitude de choses à faire ; les mêmes que d'habitude certes, mais dans une atmosphère et un environnement différents. Et cela change tout !</p> <p>Sollicitations incessantes de mon enfant, bruits de ses jeux, déplacements ininterrompus, course, sauts, cris, tentations des loisirs (télévision, lecture, bain de soleil, etc.)... Il faut instaurer de la rigueur ! La journée est rythmée en divers temps forts : lever à 7h30 et petit-déjeuner, télétravail jusqu'à 10h, travaux de maternelle de 10h à 11h30 (programme de maîtresse suivi à la lettre : plaisir à confectionner plein de choses de nos mains, à s'investir dans les apprentissages), repas, temps de jeu de 13h00 à 14h00, mise à la sieste du monstre rimant avec travail de papa à partir de 14h15 et jusqu'au réveil (le plus tard possible !), jeux et activités en fin de journée, pause télévision (divertissement) et repas de 19h à 20h, JT à partir de 20h (on ne pause pas un lapin à Anne-Sophie Lapix), coucher du monstre qui est devenu entre temps une terreur et soirée calme – enfin – dès 21h-21h15 ! Calme ? Euh... Pas vraiment. Mon fils, qui ne faisait plus aucune sieste depuis 1 an ½ et qui s'endort plus d'ennui que de fatigue puisque je le cloue à la sieste pour télé-travailler, nous le fait payer pendant le début de nuit ! Comment lui en vouloir ? Conclusion ? Après plusieurs jours d'essai, rythme à revoir !</p> <p>Alors que la lassitude s'installe, le stress s'en va. Même mon fils semble se détendre (miroir de mes émotions ?) et passer les histoires de la méchante bête au second plan.</p> <p>Un courriel à une collègue, avec laquelle j'avais partagé mon inquiétude d'avant confinement, entérine ma résolution de me contenter d'un seul et unique rendez-vous avec les informations quotidiennes sur le coronavirus :</p> <p>« La pression retombe un peu également. Maintenant je sais où nous en sommes. L'inconfort était surtout dans l'attente de ne pas savoir à quoi nous allions être mangés. Désormais rien n'est plus clair... Au vu des chiffres [des personnes atteintes par le Covid-19 et décédées] notamment.</p> <p>Déconnecter un peu de la télé aide ! » - 22 mars.</p> <p>Cette résolution est d'autant plus nécessaire qu'il faut couper aussi ma compagne de la pandémie. Elle occupe toutes ses journées (ou presque) en maison de retraite. Le manque de matériel, la complication du quotidien des soignants, l'isolement et la peine des résidents, l'inquiétude d'être touchée, etc.</p>

	<p>Oui, travailler en hôpital est difficile assurément. Travailler en maison de retraite n'est pas plus simple... Et la situation dans laquelle sont les EHPAD n'est pas véritablement communiquée dans les médias, dans les discours de notre gouvernement. Les chiffres ne sont pas transparents...</p> <p>25 mars, première sortie de l'isolement. Quelques courses et une sortie professionnelle... Poser le pied sur le trottoir est comme un acte de courage, presque de rébellion contre le virus ! Muni de mon gel hydro-alcoolique et de mon autorisation de sortie énième version, minutieusement remplie et cochée, je marche dans les rues nancéiennes. État de service : 6 rues et 1,2 km. Pas de décoration pour cet exploit, mais une fierté intérieure. Être sorti, avoir laissé le confinement derrière soi, tirer un caddie de courses alimentaires et d'outils de travail ; tout ceci sans masque ! Il fallait garder les rares spécimens pour ma compagne. A cette idée, l'exploit perd de sa grandeur : elle sort presque tous les jours et fréquente des endroits exposés au virus... Sans masque donc ! Mais l'acte de bravoure (et d'inconscience ?) en valait la chandelle : j'ai de quoi manger (sauf des pâtes ; la supérette n'en avait plus...) et télé-travailler davantage !</p> <p>Le prolongement du confinement annoncé le 27 mars par le Premier ministre n'éveille pas grande émotion. La torpeur et la lassitude demeurent. On s'y attendait. On repart pour un tour jusqu'au 15 avril... mais pas question de lambiner ! On est sur la bonne voie, on a un rythme (à revoir bientôt, certes) qui permet les activités de chacun avec un semblant d'efficacité.</p>
<p>Semaine 3 30 mars- 5 avril</p>	<p>Le moral est revenu en force ! On garde le même rythme, on poursuit les tests : je ne parviens pas à faire le deuil de ces deux heures (minimum !) de sieste de mon fils et de calme pour moi. De mauvaise foi, je me dis donc qu'il s'y fera et que cela n'aura plus d'incidence sur le coucher du soir... <i>Balivernes !</i> Même si les soirées sont moins agréables donc, les journées se déroulent toujours bien entre jeux, activités, loisirs et travail. D'ailleurs, je me félicite presque de mon efficacité ! Avec cette vigueur retrouvée, même le week-end devient laborieux. Pour avoir bonne conscience et rattraper les journées moins efficaces, je cumule les heures de télétravail. D'autant plus que ma compagne étant au travail et mon fils à la sieste, je ne sacrifie aucun moment cher en famille...</p> <p>Sinon R.A.S. La vie en confinement devient une habitude, un mode de vie. Je n'ai plus cette impression de subir probablement. <i>Pourvu que ça dure !</i></p>
<p>Semaine 4 6-12 avril</p>	<p>Cette fois, il faut revoir le rythme de la journée, c'est certain ! On supprime la sieste ! on veut retrouver des soirées réparatrices... Un miracle se produit. Mon fils parvient à s'occuper plusieurs heures seul. Bon d'accord, des petites incursions dans mon intimité de travail viennent de temps en temps troubler mon isolement... Mais on ne peut pas demander la lune à un enfant de 4 ans. Je suis très fier de lui. Devant cette réussite inespérée, je pousse la revisite du rythme encore plus loin ! Et si je prévoyais des séances de sport ? La gourmandise des jours passés et la promesse des chocolats à venir ne sont pas pour rien dans cette nouvelle résolution... Miracle à nouveau ! Les séances sont mêmes journalières. Et mon fils</p>

y participe (10 minutes sur 50 : c'est lassant les squats, les planches, les abdos, etc.)

Je commence à être infidèle à Anne-Sophie Lapix. Je me lasse véritablement des éditions spéciales coronavirus où l'on n'apprend finalement pas grand-chose de plus, où l'on revient sur des choses que l'on tenait pour acquises et que l'on clamait haut et fort, etc. Mais je renoue avec la communication verbale (ancestrale, moyenâgeuse tant elle se faisait technologique depuis 3 semaines !). Oui, je parle à mes voisins que je croise désormais beaucoup plus souvent dans les couloirs, dans la cour. Je crois même que nous sommes tous à l'affût du moindre bruit dans les espaces communs pour prendre l'air et en profiter pour discuter avec un être extérieur au domicile. Rencontre du 3^e type...
Relâchement du confinement ? Peut-être oui... Mais nous tentons de respecter les gestes barrière. De l'inconscience au prix d'un lien social retrouvé et d'une santé mentale préservée ?

11 avril, deuxième sortie. Courses alimentaires mais cette fois avec un objectif tout particulier : le repas de Pâques !

Le pied est moins assuré sur le trottoir cette fois... En rade d'autorisation de sortie papier (ma compagne les a dévorées), je tente la version Smartphone sans trop savoir si elle est valable ou non... La clarté du gouvernement ne m'a pas sauté aux yeux sur ce sujet-là non plus ! 4 rues et 900 mètres... L'exploit du 25 mars n'est pas réitéré... On dénote ma fébrilité ! Ce qui n'a pas empêché que la course soit fructueuse...

Le week-end de Pâques est réussi. Les sourires radieux en cette 4^e semaine de confinement. Même si l'ombre de l'annulation du voyage des vacances d'été plane. Encore cette mauvaise foi qui me dit que tout va bien se passer. Non pas la mauvaise foi, l'optimisme... *Candide ou l'optimisme dans Le meilleur des mondes*, tout un programme en somme !