

Coronavirus : faire du sport pendant le confinement

Fait du jour

Extrait du *Journal en Français Facile* du 22 mars 2020

Frédéric Suteau :

Et puis partons en Irlande où la population n'est pas encore confinée officiellement. Le chef du service de santé estime qu'il n'est pas encore nécessaire de contraindre les Irlandais.

Julien Coquelle-Roëhm :

Mais dans les faits, la plupart des commerces et des lieux publics ont fermé et ils sont incités à rester à la maison. Pour rendre le quotidien moins solitaire, certains organisent des séances de sport dans leur rue.

Reportage Émeline Vin.

Émeline Vin :

[Musique pop]

Les haut-parleurs sont branchés, comme tous les jours, c'est Mariam Ribon qui dirige l'échauffement.

Mariam Ribon [avec traduction] :

C'est une initiative d'une des voisines. Certains ont dit : il nous fait quelqu'un pour montrer quoi faire. Je suis prof de danse alors je me suis dit : je peux faire ça. Ça met du baume au cœur.

Émeline Vin :

L'idée a été lancée sur le groupe WhatsApp des voisins dès le début du confinement partiel. Breda habite la rue depuis 20 ans. Elle participe tous les jours.

Breda [avec traduction] :

C'est dur de se motiver tout seul, de se bouger. Et puis tous ces voisins, je n'en connaissais pas la moitié jusqu'à maintenant. On était tous toujours au boulot, on n'a jamais vraiment parlé.

Émeline Vin :

Se parler et bouger oui, mais en gardant ses distances.

Brida [avec traduction] :

On s'est arrangés pour que chacun reste devant sa maison et on s'entraîne de là. Bon, c'est moins évident quand on fait des pas chassés, mais on y arrive.

Émeline Vin :

Ces séances de 30 à 45 minutes défoulent Maxime qui en profite pour faire un peu de skateboard.

Maxime [avec traduction] :

Je suis en première alors je révise tout le temps. Ça fait du bien de prendre des pauses de toute cette ambiance de temps en temps, surtout qu'on ne peut plus aller au parc faire un foot entre copains. C'est cool qu'on ait ça là.

Émeline Vin :

Les séances se tiennent tous les jours au cours du déjeuner pour ne pas déranger les télétravailleurs du quartier. Émeline Vin, Dublin, RFI.