



LE TRAIT d'UNION 974

ASSOCIATION DES MEMBRES DE L'ORDRE
DES



**TDU Spécial
Confinement974**

Le mot de la Présidente

**Chers amis adhérents et
sympathisants de l'AMOPA-Réunion,**

Créé en 2015, notre Bulletin « Le Trait d'Union 974 » a déjà 5 ans ... mais en ce mois d'avril 2020, nous souhaiterions qu'il mérite pleinement son nom !

En effet, pour contribuer à faire face à la tourmente actuelle, nous vous proposons de vous ouvrir les colonnes du TDU974, de faire de notre Bulletin un outil de liaison entre nous, un outil inter-actif... nourri de ce que vous voudrez y mettre : des textes de type informatif, des jeux, de l'humour... que ce

« TDU Spécial Confinement974 »

devienne le reflet de vos expériences, fâcheuses, drôles, de votre ressenti, désemparé, résistant...

Le mot d'ordre est le partage... Le seul cadre étant celui de notre déontologie : devoir de réserve, devoir de respect de la sensibilité de chacun.

Quant au rythme de parution de ce Bulletin spécial ? une fois par semaine...

L'envoi à nos 202 adhérents se fera bien évidemment par courriel !

A vos claviers, chers amis !

Bien cordialement à tous,

Christiane André

PS. Merci de nous faire parvenir vos participations à l'adresse :

Jean Yves MORAU (jymorau@gmail.com)



Et protégez vous !

Sommaire

- 1- Texte de Moustapha Dahleb écrivain Malien
- 2 - Des liens utiles
- 3 - Le confinement ? si on en riait un peu !
- 4 - « Aujourd'hui » texte de Denis Baillif



**RESTEZ
CHEZ
VOUS !**



Moustapha Dahleb

la plus belle plume tchadienne, a écrit :

L'HUMANITÉ ÉBRANLÉE

ET

LA SOCIÉTÉ EFFONDREE PAR UN PETIT MACHIN.

Un petit machin microscopique appelé coronavirus bouleverse la planète. Quelque chose d'invisible est venu pour faire sa loi. Il remet tout en question et chamboule l'ordre établi. Tout se remet en place, autrement, différemment.

Ce que les grandes puissances occidentales n'ont pu obtenir en Syrie, en Lybie, au Yemen, ...ce petit machin l'a obtenu (cessez-le-feu, trêve...).

Ce que l'armée algérienne n'a pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (le Hirak à pris fin).

Ce que les opposants politiques n'ont pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (report des échéances électorales. ..).

Ce que les entreprises n'ont pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (remise d'impôts, exonérations, crédits à taux zéro, fonds d'investissement, baisse des cours des matières premières stratégiques. ..).

Ce que les gilets jaunes et les syndicats n'ont pu obtenir, ce petit machin l'a obtenu (baisse de prix à la pompe, protection sociale renforcée...).

Soudain, on observe dans le monde occidental le carburant a baissé, la pollution a baissé, les gens ont commencé à avoir du temps, tellement de temps qu'ils ne savent même pas quoi en faire. Les parents apprennent à connaître leurs enfants, les enfants apprennent à rester en famille, le travail n'est plus une priorité, les voyages et les loisirs ne sont plus la norme d'une vie réussie.

Soudain, en silence, nous nous retournons en nous-mêmes et comprenons la valeur des mots solidarité et vulnérabilité.

Soudain, nous réalisons que nous sommes tous embarqués dans le même bateau, riches et pauvres. Nous réalisons que nous avons dévalisé ensemble les étagères des magasins et constatons ensemble que les hôpitaux sont pleins et que l'argent n'a aucune importance. Que nous avons tous la même identité humaine face au coronavirus.

Nous réalisons que dans les garages, les voitures haut de gamme sont arrêtées juste parce que personne ne peut sortir.

Quelques jours seulement ont suffi à l'univers pour établir l'égalité sociale qui était impossible à imaginer.

La peur a envahi tout le monde. Elle a changé de camp. Elle a quitté les pauvres pour aller habiter les riches et les puissants. Elle leur a rappelé leur humanité et leur a révélé leur humanisme.

Puisse cela servir à réaliser la vulnérabilité des êtres humains qui cherchent à aller habiter sur la planète mars et qui se croient forts pour clôner des êtres humains pour espérer vivre éternellement.

Puisse cela servir à réaliser la limite de l'intelligence humaine face à la force du ciel.

Il a suffi de quelques jours pour que la certitude devienne incertitude, que la force devienne faiblesse, que le pouvoir devienne solidarité et concertation.

Il a suffi de quelques jours pour que l'humanité prenne conscience qu'elle n'est que souffle et poussière.

Qui sommes-nous ? Que valons-nous ? Que pouvons-nous face à ce coronavirus ?

Rendons-nous à l'évidence en attendant la providence.

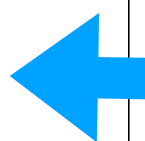
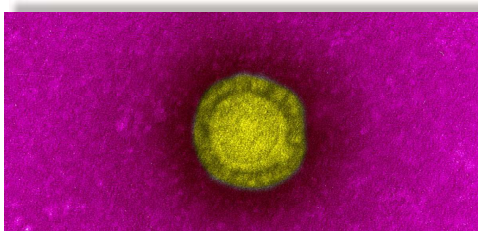
Interrogeons notre "humanité" dans cette "mondialité" à l'épreuve du coronavirus.

Restons chez nous et méditons sur cette pandémie.

Aimons-nous vivants !

Un texte qui révèle, également, une lueur d'espoir

Source : afrik.com



Le voilà ce « petit machin » !
il fait environ 100 nm
cad 100 / 1000 000 000 de m

Vous cherchez à vous occuper pendant le confinement ?

Vous trouverez en dessous les liens vous permettant de surfer intelligemment sur le net :

MUSEE

-10 musées en lignes gratuitement : <https://quatremille.be/10-musees-en-ligne-a-visiter-depuis-chez-vous-gratuitement/> + [Le musée d'Orsay](#) à Paris

-7 visuelle virtuelle des musées du Vatican : <http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/it/collezioni/musei/tour-virtuali-elenco.1.html>

-Les amateurs d'arts visuels ne sont pas en reste, car le Musée virtuel permet de visiter pas moins de 600 expositions de nombreux musées au Canada, incluant le Musée des beaux-arts de Montréal ou la MacKenzie Art Gallery. [> Consultez le site du Musée virtuel](#)

OPERA / DANSE

-L'Opéra de Paris met en ligne gratuitement ses spectacles : à partir du 17 mars à 19h30, l'Opéra de Paris mettra en accès libre et gratuitement plusieurs spectacles issus des archives de l'institution. Concrètement, pendant six jours, l'internaute pourra visionner une représentation disponible sur [le site Internet de l'Opéra](#) et celui de [Culturebox](#). À la fin de ce délai, cette production sera remplacée par une autre et ainsi de suite jusqu'en mai. L'opéra Manon de Jules Massenet ouvre le bal, avec une mise en scène de Vincent Huguet. Voici le programme des opéras qui suivront :

oDu 17 au 22/03: Manon

oDu 23 au 29/03: Don Giovanni (2019)

oDu 30 au 05/04: Le Lac des cygnes (2019)

oDu 06 au 12/04: Le Barbier de Séville (2014)

oDu 13 au 19/04: Soirée Robbins (2018)

oDu 20 au 26/04: Les contes d'Hoffmann (2016)

oDu 27 au 03/05: Carmen (2017)

oEt du 17/03 au 03/05: le cycle des symphonies de Tchaïkovski par l'Orchestre de l'Opéra de Paris dirigé par Philippe Jordan.

oMetropolitan Opera de [New-York](#) qui diffuse gratuitement les archives de ses spectacles en ligne. En effet, plusieurs spectacles d'opéra seront diffusés en streaming gratuit sur [le site de l'établissement](#)

o [Les Six concertos brandebourgeois \(The six Brandenburg Concertos\)](#), œuvre de danse contemporaine magistrale, chorégraphie de Anne Teresa De Keersmaeker sous la direction de Louise Narboni, enregistrée en mars dernier

o Vous pouvez aussi faire un petit tour depuis votre canapé jusqu'en Belgique pour vivre le [Macbeth Underworld](#) une production de Pascal Dusapin dirigé par Thomas Jolly à l'Opéra La Monnaie de Bruxelles

MUSIQUE

-Pour profiter des anciens concerts de la Philharmonie de Paris, vous pouvez les retrouver sur [PhilharmonieLive](#).

-Le [Philharmonique de Berlin](#), le plus prestigieux orchestre du monde, avait ouvert le bal en donnant libre accès pendant un mois à son « Digital Concert Hall », généralement payant.

-[France Musique](#) reste présente sur le web et vous pouvez compter sur sa plateforme de concerts : une sélection de concerts en haute définition, joués à l'Auditorium de la Maison de la radio et dans les plus grandes salles de concert, avec l'Orchestre philharmonique de Radio France, l'Orchestre National de France, ainsi que de nombreux orchestres et solistes internationaux.

-Des groupes comme Tryo ou Ultra Vomit ont maintenu leur concert dans une salle vide pour le diffuser en direct. Vous pouvez notamment les retrouver sur YouTube.

-Laurent Garnier, Le DJ français, connu pour ses mixes au long cours, veut aider les Français à se changer les idées : il a posté un mix de [7 heures de musique sur Soundcloud](#) enregistré en novembre dernier à Tokyo.

-un peu plus rock, dès aujourd'hui vous aurez accès GRATUITEMENT à l'ensemble des stations de la chaîne [Radio Perfecto \(Radio Perfecto LIVE, Radio Perfecto BLUES, Radio Perfecto CULT, Radio Perfecto ROCK\)](#) qui diffusera tous les soirs dès 21 heures un concert dans son intégralité.

-Du côté des arts de la scène, plusieurs chanteurs et humoristes ont décidé d'enregistrer leurs prestations et de les diffuser sur diverses plateformes comme Facebook ou YouTube. C'est le cas de Kevin Parent, Mehdi Cayenne, Florence K et Étienne Dano. Des *drag-queens* de Montréal essaient actuellement d'organiser un cabaret virtuel mardi soir (*Virtual Drag Show*).

CIRQUE

-Le collectif de cirque de Québec rend disponible gratuitement l'intégrale de son spectacle *Féria-L'attraction* présenté par la Ville de Québec l'été dernier à la place Jean-Béliveau. > [Visionnez la captation](#)

FILM / TELE / CINEMA

-Entre autre,..... bouquet Canal + en clair gratuitement

-L'INA offre trois mois d'abonnement gratuit (Madelen, l'offre SVOD de l'INA, sera lancée dès le mercredi 18 mars, avec trois mois d'abonnement gratuit. Vous pourrez ainsi avoir accès au large catalogue vidéo d'archives et revoir, à votre guise, certains moments cultes de la télévision.)

-Pour ce qui est du cinéma, [rendez-vous sur Open Culture](#), qui propose plus de 1000 films en accès libre dont de nombreux classiques du cinéma, mais aussi des films plus récents comme *Blade Runner 2049*

-Sur France 5 et France 5, programme éducatif de 11h à 12h Lumni (8/12 ans) (ou site Lumni : <https://www.lumni.fr/>)

-**Arte** met également en place une plateforme baptisée Educ'Arte, visant à délivrer gratuitement des ressources pédagogiques aux enseignants et aux élèves

-Bien entendu, sur le [site de La Cinémathèque](#) sachez que vous pouvez d'ores et déjà retrouver plus de 800 masterclass, essais et conférences en vidéo, plus de 500 articles sur leurs collections et programmations, ainsi qu'une cinquantaine de sites web créés par leurs équipes.

-Sur la Cinémathèque de Bretagne, on peut voir des films gratuitement.

<https://www.cinematheque-bretagne.bzh>

-L'Office national du film (ONF) continue pour sa part d'alimenter son offre de films gratuits, essentiellement des courts métrages et des documentaires. Un catalogue impressionnant de 4000 films en ligne, incluant une section animation pour enfants.> [Consultez le site de l'ONF](#)

-Des fictions et des documentaires seront également diffusés sur La Fabrique pour une période de 10 jours.> [Consultez le site de La Fabrique](#)

LECTURE

-La plateforme [Edition999](#) permet d'accéder à de nombreux livres et publications 100 % gratuits

-Sur [Ebooks gratuits](#), vous trouverez aussi de nombreux livres qui sont tombés dans le domaine public.

- [Les éditions Lapin](#) mettent gratuitement à disposition de nombreuses bandes dessinées en ligne.

- Plusieurs sites sont spécialisés dans les livres audio, à écouter gratuitement : c'est le cas de [Bibliboom](#) ou [Littérature Audio](#).

-Pensez aussi aux podcasts ! Rendez-vous sur [Binge Audio](#) ou [Les Nouvelles Écoutes](#) pour découvrir plein d'émissions passionnantes

-Pour les plus jeunes, ou vous mêmes, France Culture propose des heures de lecture des grands [chefs-d'oeuvre de la littérature jeunesse](#), l'occasion de retrouver Jack et le haricot magique, Nils Holgersson, Tom Sawyer ou le Livre de la jungle...

-Vous souhaitez découvrir ou redécouvrir des classiques de la littérature française ou vous avez tout simplement besoin de remplir votre liseuse électronique de livres numériques ? Vous pouvez télécharger - gratuitement - des centaines de livres numériques sur le [site ActuaLitté](#)

-Manga gratuit proposé par des éditeurs japonais : <https://www.idboox.com/infos-ebooks/coronavirus-japon-des-editeurs-proposent-des-ebooks-mangas-gratuitement/>

-Manuels scolaires gratuits : <https://dailygeekshow.com/biblio-manuel-confinement/>

-Enfin, Ariane Gauthier, alias Ari Cui Cui, lira tous les jours des contes aux enfants à 10 h au cours des prochaines semaines. > [Consultez la chaîne YouTube](#)

PODCAST

-[France-Culture](#)

-<http://www.topito.com/top-podcast-radio-en-mieux>

CODE DE LA ROUTE

-[Le site Codecliv](#) propose ainsi un **accès gratuit aux personnes confinées souhaitant tout de même réviser leur examen du code de la route** depuis chez eux. Du 17 au 31 mars, les personnes intéressées devront simplement s'inscrire sur le site internet de l'entreprise, et auront ainsi accès aux ressources comme les quiz et cours en ligne, sans condition ni restriction.

SPORT

-Top Body challenge en PJ.

-l'Appart Fitness et LESMILLS vous proposent pas moins de [95 cours en vidéo](#) dans 8 styles d'entraînements différents et complémentaires, à suivre à la maison ! **Dance, Hiit, Cardio, Renforcement, Zen**, on en passe et des meilleurs, de quoi bien **bouger, danser et transpirer** sans sortir de chez soi !

-youtube est ton ami, des idées : yoga : https://www.youtube.com/watch?v=RzryzgjVQA&feature=emb_title, fitness à la maison : https://www.youtube.com/watch?v=s_sv7zMobK8,

-appli gratuite : 7 minutes workout, Yoga au quotidien, 30 days squats challenge, Fizzup, 8fit,

CARTE POSTALE

-avec l'appli Fizzer : une carte postale gratuite par jour (avec un code)

JEU EN LIGNE (parce qu'on n'a pas fait le stock papier)

-Sudoku : <https://www.e-sudoku.fr/jouer-sudoku-solo.php>

-Mots croisés : <https://www.20minutes.fr/services/mots-croises> (mais aussi sur LCI, n'tore temps, etc.)

-Coloriage : <https://www.justcolor.net/fr/>

MAIS AUSSI

Trier ses mails, trier ses vêtements, médicaments et autres affaires, cuisiner, jardiner, méditer, lire ses vieux bouquins (Harry Potter ???), dessiner, écrire, chanter, téléphoner, prévoir ses prochaines

vacances, changer ses meubles de position, prendre un bain, faire un masque, regarder des conférences TedX, jouer, refaire des puzzle, créer un album photo en ligne, rassembler ses recettes familiales, faire le ménage et la compta, faire sa lessive maison, s'inscrire à des Mooc, boire du thé, dormir, faire un karaoké, danser en famille...

Découvrir un nouveau talent !

D'autres liens sympas:

Si vous aimez votre île, vous allez aimer ce petit film :

<https://youtu.be/v9f6Hpl73Mc>

Si vous êtes amateur de belles photos régalez vous ici :

<https://mail.google.com/mail/u/0?ui=2&ik=7bff6dd2fe&attid=0.1&permmsgid=msg-f:1662660039997102929&th=1712f47f4a439b51&view=att&disp=safe>

Un petit clip vidéo sur le thème du confinement très bien réalisé :

<https://nam11.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DUE7rD93Qr78&data=02%7C01%7C%7C7e770bd529634849eb1408d7d3d998e4%7C84df9e7fe9f640afb435aaaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C637210803828255346&data=VNTYPcWLEhVAEV3xDeeEuoLSdwGHYKx3Y6kfeN3etWw%3D&reserved=0>

La vague arrive...



Le confinement ? Et si on en riait un peu !



Plusieurs parents sont en train de découvrir que le problème, ce n'est pas l'enseignant...

AUJOURD'HUI

- 1- Aujourd'hui, j'apprécie mon bonheur. Je peux en décider dans une large mesure, car le bonheur dépend de moi, non d'éléments extérieurs.
- 2-Aujourd'hui, j'accepte que tous mes désirs ne se réalisent pas. Je m'adapte aux exigences de mes proches, de mes activités, des circonstances.
- 3- Aujourd'hui, je prends soin de moi. Je soigne mon corps et l'entraîne sans excès, pour qu'il réponde à mes demandes.
- 4-Aujourd'hui j'enrichis mon esprit. J'évite de paresser. Je choisis des lectures qui demandent réflexion et développent mon esprit.
- 5-Aujourd'hui, j'exerce mon âme. Je rends discrètement service à quelqu'un. A titre d'exercice, j'accomplis deux tâches que je n'ai pas envie de faire.
- 6-Aujourd'hui, je suis aimable. Je soigne ma présentation. J'agis avec courtoisie. Je complimente volontiers, sans critiquer ni me plaindre.
- 7-Aujourd'hui, je m'efforce de vivre uniquement cette journée, sans essayer de résoudre tous mes problèmes à la fois.
- 8- Aujourd'hui, j'établis un emploi du temps précis. Quels que soient les changements, ce plan élimine les deux poisons que sont l'indécision et la précipitation.
- 9-Aujourd'hui, je m'isole dans le calme pendant une demi-heure pour me détendre. C'est l'occasion de méditer pour élargir la perspective de ma vie.
- 10 -Aujourd'hui, j'ai confiance. Je ne crains pas d'apprécier ce qui est beau, d'aimer ni de croire à l'amour de ceux que j'aime.

Emplissez-vous l'esprit de pensées de paix,
de courage, de santé et d'espoir.

Texte de Denis Gilbert BAILLIF, membre de l'AMOPA

