

DES SOLIDARITÉS NOUVELLES

Alors que le pays est presque à l'arrêt, des Français s'organisent pour aider, se soutenir...

BRAVO AUX PROFESSIONNELS

Aujourd'hui, les Français voient les professionnels de santé comme des héros. Ils risquent leurs vies pour sauver les nôtres, travaillent toujours plus malgré la fatigue, le manque de masques, de matériel... Pour les remercier, un appel a été lancé sur internet. À 20 h, tout le monde est invité, à sa fenêtre ou sur son balcon, à applaudir les professionnels de santé. À Paris, Mulhouse, Marseille, des « *bravo !* » et des « *merci !* » sont ainsi criés chaque soir, dans un moment d'émotion !

DES REPAS OFFERTS

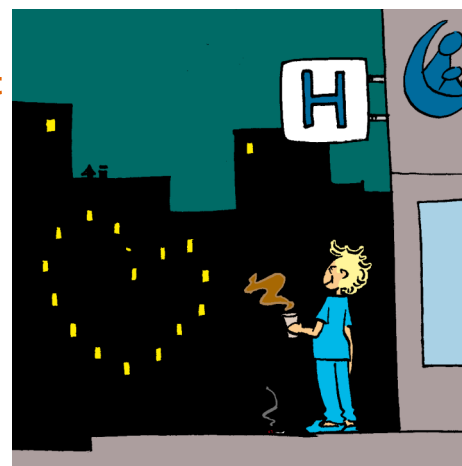
À Agen, le restaurant l'Indé, comme tous les autres, a fermé lundi. Pour ne pas jeter ses aliments, le propriétaire prépare gratuitement des plateaux repas pour les personnels des hôpitaux,

les infirmiers, les ambulanciers et les pompiers. D'autres commerçants (boulangers, fromagers...) l'ont rejoint pour l'aider.

Dans différentes villes, de nombreux restaurateurs offrent leurs aliments à la Banque alimentaire, aux Restos du Cœur... Ces associations ont lancé un appel aux jeunes bénévoles pour pouvoir continuer à aider les plus fragiles.

GARDE D'ENFANTS

Pour ceux qui ont l'obligation de travailler, comme les professionnels de santé, les vendeurs, les postiers... il est parfois difficile d'organiser la garde des enfants. Sur internet, de nombreuses personnes se proposent pour les accueillir, les occuper et leur donner des cours. D'autres partagent leurs conseils pour amuser les enfants (bricolage, yoga,



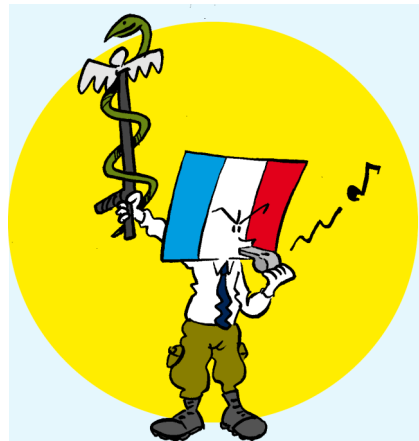
histoires à écouter sur internet...).

COURSES

Des supermarchés proposent des heures réservées aux personnes âgées. Dans les immeubles, des affiches apparaissent : « *Si vous faites partie des personnes fragiles, je peux faire les courses pour vous* ». Certains veulent croire que cette crise va nous changer, nous aider à comprendre ce qui est important dans nos vies et faire naître des solidarités.

UNE LOI POUR L'URGENCE

Ces jeudi et vendredi, les députés et sénateurs, en petit nombre, devaient étudier un projet de loi pour donner tous les pouvoirs au gouvernement. Hier, les ministres ont jugé que la situation était grave pour la santé des Français et qu'il fallait prendre des décisions urgentes : ils souhaitent mettre en place l'État d'urgence sanitaire. Cela permet au gouvernement de prendre des décisions sans vote des députés et des sénateurs. Il peut, par exemple, limiter la liberté de se déplacer, de se réunir, obliger des entreprises à changer leur activité pour lutter contre le coronavirus (par exemple : fabriquer des masques...). Le projet de loi prévoit aussi de soutenir les entreprises, d'augmenter la durée des aides aux personnes handicapées, aux personnes âgées, en situation de pauvreté... pour qu'il n'y ait pas d'arrêt.



Ce sera plus long

Mercredi, 3 226 malades du coronavirus étaient à l'hôpital, dont 931 dans un état grave.

264 personnes sont décédées. Les chiffres augmentent très vite. La directrice générale de Santé Publique France pense qu'il faudra attendre entre 2 et 4 semaines pour commencer à voir un changement, c'est-à-dire pour qu'il y ait moins de personnes touchées. Il faudra sûrement que les Français restent plus que 15 jours à la maison.



Sport à la maison, beaux gestes

Beaucoup de sportifs ont fait le choix de la solidarité. Certains proposent des vidéos sur internet pour faire du sport à la maison, seul ou en famille. Ils donnent des conseils d'exercices, des pas de danse... Des supporters de foot ont utilisé leurs banderoles (longs morceaux de tissus) pour écrire des messages au personnel hospitalier. À l'hôpital La Pitié-Salpêtrière, ils ont ainsi affiché : « *Trop souvent oubliés. Héros de notre société. Merci au personnel hospitalier.* » Le footballeur Paul Pogba a lancé un appel aux dons, avec l'Unicef, pour acheter du matériel médical. Il a lui-même donné 30 000 €.

UN RESTAURANT SOLIDAIRE POUR TOUS

Depuis 2010, l'association Stand'Up, à Agen, dans le Lot-et-Garonne, lutte contre la solitude et l'exclusion (quand une personne est mise de côté et se retrouve seule). Pour agir, elle propose des activités ouvertes à tous. Et depuis 2018, elle a créé le « Hang'Art », un restaurant solidaire pour manger de bonnes choses et se rencontrer.

L'ASSOCIATION

Élodie Sauvage-Férezin, présidente de l'[association Stand'Up](#) explique : « *La solitude ne touche pas que les gens en situation de précarité (pauvreté). Ça peut toucher tout le monde, à n'importe quel moment de sa vie.* » C'est pour cette raison que l'association propose des activités ouvertes à tous. Par exemple, depuis plusieurs années, elle organise des Noëls solidaires pour que personne ne soit seul à cette période et pour que tout le monde puisse manger un bon repas de fête. Tous les mois, Stand'Up propose aussi des ateliers : cuisine pour les enfants, percussions, apprentissage du jeu d'échecs, petits-déjeuners solidaires, soirées karaoké, création de bijoux, jeux pour les personnes âgées... Il y en a pour tous les goûts, tous les âges et pour toutes les envies ! L'association a aussi mis en place

un frigo solidaire. Les restaurants ou des personnes peuvent le remplir de nourriture pour celles et ceux qui ont peu d'argent.

LE RESTAURANT

En 2018, l'association a créé le restaurant solidaire [Hang'Art](#). C'est un lieu, lui aussi ouvert à tous, qui permet de manger des plats pas très chers. Les personnes en difficulté payent leur menu (entrée, plat, dessert) à prix libre (elles donnent ce qu'elles veulent). Les autres clients payent environ 10 à 15 € pour ce même menu. C'est grâce à la générosité de ceux qui en ont les moyens que le restaurant peut fonctionner. Là aussi, des activités sont proposées pour permettre aux personnes de se rencontrer et de passer de bons moments ensemble. « *Au Hang'Art, il y a de la vie du matin au soir. L'idée c'est que, grâce aux activités, on puisse avoir tout le monde réuni autour des tables,*



sans que l'argent ou le handicap soient un frein. »

Le Hang'Art permet de lutter contre le gaspillage alimentaire. Il récupère les produits non vendus de supermarchés ou d'épiceries. Le restaurant propose aussi des recettes pour éviter de gaspiller de la nourriture.

Comme les autres restaurants, Hang'Art est actuellement fermé. Mais il continue de faire fonctionner son frigo solidaire.



DENTS ET SANTÉ

Le 20 mars, c'est la Journée mondiale de la santé des dents et de la bouche. Y faire attention est très important pour toute la santé du corps...

L'IMPORTANCE DE NETTOYER SES DENTS

Faire attention à ses dents et à sa bouche permet d'éviter des problèmes. Les enfants et les adultes prennent des risques s'ils ne se lavent pas ou peu les dents. Les caries sont une maladie qui attaque les dents, les gencives (ce qui tient les dents) et une partie de la bouche. Mal s'occuper de ses dents peut créer d'autres maladies, car elles sont en lien avec le reste du corps. Il faut penser à se brosser les dents après chaque repas. Si ce n'est pas possible, il est conseillé de rincer sa bouche et de mâcher un chewing-gum sans sucre. Il est aussi conseillé de voir un dentiste une fois par an (cela peut être plus selon chaque personne et sa santé...).

ÉVITER LES ALIMENTS TRÈS SUCRÉS

La nourriture peut aussi être bonne ou mauvaise pour la santé des dents. Il est conseillé de ne pas manger trop d'aliments sucrés (bonbons, gâteaux sucrés, sodas...). En fin de repas, il est préférable de prendre des produits laitiers, car ils protègent les dents.

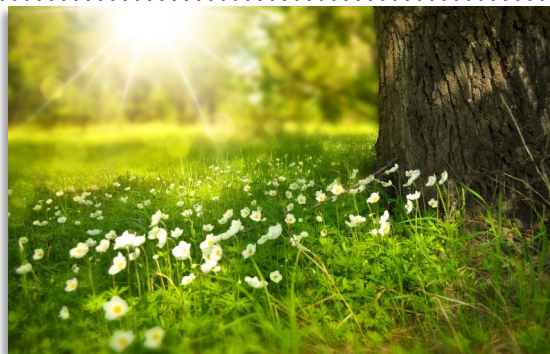


Un peu de musique

En Italie aussi, les habitants doivent rester chez eux, alors un DJ de Palerme a eu une idée pour faire du bien à

ses voisins. Il s'est mis sur le balcon de son appartement pour proposer de la musique pendant une heure. Les voisins, eux aussi sur leur balcon, ont chanté et dansé. Une heure de détente qui a été filmée et vue plus de 6 millions de fois sur Facebook.

EN IMAGE



À partir de vendredi, c'est le printemps. Les fleurs et autres plantes reviennent. Attention aux allergies au pollen qui font leur retour elles aussi !