Initiative de recherche scientifique et de documentation « sur le vif » proposée par Pierrine Didier (anthropologue) et Laurent Gontier (artiste pluridisciplinaire). Pour nous contacter, pour toutes questions et pour vos retours : [recitsconfines@gmail.com](mailto:recitsconfines@gmail.com) ou sur [www.recitsconfines.net](http://www.recitsconfines.net)

****

##### « Récits Confinés »

##### Un projet de recherche scientifique participatif

**- Votre carnet à remplir -**

**Mars 2020**

*L’être humain est un animal social… Mais alors, comment vit-on cet épisode de confinement dû à la lutte contre la propagation du COVID-19 ? Comment gardons-nous le lien social ? Quelles nouvelles habitudes adoptons-nous ? Quels sont les changements dans notre quotidien ? Comment ça va chez vous, chez nous ?*

*Nous vous proposons un modèle de carnet de confinement, afin de recueillir, de façon ludique et régulière, sur le temps que durera cette situation, les expériences de chacun, ceux qui subissent, ceux qui mettent à profit (pour faire quoi ?), ceux qui ne changent rien ou presque…*

*Si justement vous n’êtes pas écrivain, journaliste, ou instagrameur, on aimerait quand même entendre votre voix ou lire vos mots !*

*Nous vous proposons 3 parties à remplir :*

* L’état initial*. Vous le remplissez une fois pour nous décrire votre lieu de confinement, les personnes qui sont avec vous, l’état de vos vivres quand tout a commencé…*
* Les variables journalières *avec des cases à cocher quotidiennement.*
* Le bilan de la semaine, *expliquez-nous vos expériences de sorties, les nouveaux liens sociaux que vous avez créés, si vous vous lavez plus les mains que d’habitude…*

*Un espace à la fin du document vous permettra de faire de l’expression libre, racontez-nous ce que vous voulez en rapport avec votre confinement. Si vous préférez faire des réponses* ***audio, vidéo ou dessinées****, c’est aussi possible !*

*L’objectif de notre démarche scientifique « sur le vif » permettra :*

*- de collecter les informations et les détails qui semblent aujourd’hui dérisoires en sensibilisant à leur importance dans l’analyse des comportements sociaux.*

*- de comprendre, d’un point de vue sociologique et anthropologique, les petites ou les grandes modifications qui interviennent au jour le jour pendant le confinement.*

\*\*

**Protection des données :**

*Votre participation est bénévole et volontaire. Vous pouvez arrêter votre participation à tout moment.*

*Les données récoltées dans ce projet seront uniquement utilisées à des fins de recherches scientifique et ne seront en aucun cas publiées sur les réseaux sociaux.*

*Toutes les données récoltées dans le cadre de cette recherche resteront strictement confidentielles et pourront faire l’objet de publication scientifique en respectant l’anonymat des participant.e.s. Les données feront l’objet d’un traitement par les deux promoteurs de l’étude en conformité avec la législation de la loi 78-17 du 6 janvier 1978 relative à l’informatique, aux fichiers et aux libertés de la loi subséquente qui l’ont modifiée. A tout moment, vous pouvez exercer auprès des responsables de la recherche, le droit d’accès prévu par la loi informatique et liberté modifiée par la loi n° 94-548 du 1er juillet 1994 (40) ainsi que votre droit de rectification (article 36). La récolte et le stockage des données est en conformité avec le règlement européen RGPD.*

\*\*

**Petite précision avant de commencer :**

Ce document comporte de quoi remplir **une semaine de carnet de confinement**. Pour la semaine suivante, téléchargez et remplissez un autre document sur [www.recitsconfines.net](http://www.recitsconfines.net) ou écrivez-nous à [recitsconfines@gmail.com](mailto:recitsconfines@gmail.com) et nous vous l’enverrons.

Si vous voulez vous exprimez autrement que par écrit, envoyez-nous **vos réponses audio, vidéo ou dessinées** à [recitsconfines@gmail.com](mailto:recitsconfines@gmail.com) (*Aucun document personnel ne sera exploité sur les réseaux sociaux ou en dehors d’un contexte purement scientifique. Pour plus d’infos sur les données de confidentialité revoir ci-dessus*).

Vous n’avez pas envie d’écrire mais vous souhaitez quand même témoigner de votre expérience ? Envoyez un mail à [recitsconfines@gmail.com](mailto:recitsconfines@gmail.com). Vous serez contacté par la chercheuse anthropologue pour la réalisation d’un **entretien par téléphone ou par skype**.

\*\*

*Un grand merci pour votre collaboration à la recherche dans cette période inédite que nous traversons actuellement !*

Pierrine Didier et Laurent Gontier

|  |  |
| --- | --- |
| Oui / Non | J’accepte librement et volontairement de participer au projet de recherche intitulé « Récits Confinés ». Je suis informé.e. qu’à tout moment, je peux interrompre ma participation dans cette étude, sans que cela me porte préjudice. J’ai été informé.e de la protection et de la confidentialité des informations et j’y consens. |

****

**Récit Confiné**

Si vous avez déjà complété votre état initial de confinement la semaine précédente, merci de ne renseigner que votre **code personnel et anonyme de participant :** ……………… **et de passer directement aux tableaux « les événements du jour »**

Carnet de confinement commencé le …../….. /2020 à ………………………………………………… suite aux dispositions de confinement prises le …./03/2020 dans le pays suivant : …………………………………….

Commune de résidence principale (code postal) : ……………………………

Nationalité : ……………………………

Activité professionnelle principale : ………………………………………………… et volume horaire travaillé par semaine en moyenne : …………………………

\*\*

Merci d’établir votre code personnel et anonyme de participant, pour le traitement des données, selon le modèle suivant :

1/ Votre sexe (**F**éminin / **M**asculin / **N**e souhaite pas le renseigner) :

2/ Deux premières lettres de votre prénom :

3/ Dernière lettre de votre nom de famille :

4/ Jour de naissance :

5/ Deux derniers chiffres de votre année de naissance :

6/ La première lettre de votre ville de naissance :

Exemple : [**M**]asculin, [**MA**]rcel Dupon[**T**], né le [**02**]/07/20[**01**] à [**A**]ix-les-Bains : **MMAT0201A**

**Votre code : ……………………………**

\*\*

**Etat initial de confinement**

(à remplir une fois pour toute au début de l’expérience sauf si changement de lieu de confinement)

Décrivez-nous votre **espace de confinement** (type, surface, état du logement, environnement extérieur, chez qui ?…) (si vous préférez dessiner pas de problème ! envoyez le tout à [recitsconfines@gmail.com](mailto:recitsconfines@gmail.com))

**Personne.s confiné.e.s** avec vous (nombre, type de relation, âge)

**Moral initial** (entourez ou surlignez…) : 1 (bas) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (excellent)

**Provisions initiales** faites pour : **……… jours ou ……… semaines**

Vous avez fait des **stocks** ? Si oui de quoi en priorité :

# Les événements du jour (à remplir chaque jour)

**Semaine de confinement n°4**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Date du jour / mois / année | *Exemple*  *06/04/20* | **Lundi**  **06/04/20** | **Mardi**  **07/04/20** | **Mercredi**  **08/04/20** | **Jeudi**  **09/04/20** | **Vendredi**  **10/04/20** | **Samedi**  **11/04/20** | **Dimanche**  **12/04/20** |
| Jour de confinement n° | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Météo du jour  (soleil, nuages, pluie, orages) | soleil |  |  |  |  |  |  |  |
| Etats des vivres  1 (quasi rien) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (beaucoup) | 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| Nombres de collations dans la journée (1, 2, 3, 4, etc.) | 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| Niveau du moral du jour  1 (bas) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (excellent) | 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| Etat de santé physique  1 (mauvais) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (excellent) | 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| Hygiène du corps  1 (mauvaise) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (excellente) | 9 |  |  |  |  |  |  |  |
| Etat des relations avec les co-confiné.e.s  1 (mauvaises) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (excellentes) | (non concerné) |  |  |  |  |  |  |  |

# Les événements du jour (à remplir chaque jour)

**Semaine de confinement n°4**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Date du jour / mois / année | *Exemple*  *06/04/20* | **Lundi**  **06/04/20** | **Mardi**  **07/04/20** | **Mercredi**  **08/04/20** | **Jeudi**  **09/04/20** | **Vendredi**  **10/04/20** | **Samedi**  **11/04/20** | **Dimanche**  **12/04/20** |
| **Je m’inquiète** pour ma santé personnelle | *Non* |  |  |  |  |  |  |  |
| … pour la santé de mes proches | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
| … pour mes conditions financières | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
| … pour la situation sanitaire globale | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Consommation d’alcool  (0 : aucune ; + : en augmentation ;  = : stable ; - : en diminution) | *+* |  |  |  |  |  |  |  |
| Consommation de tabac | *0* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Etat du sommeil  (+ : bon ; // : moyen ; - : mauvais) | *//* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nombre de sorties | *2* |  |  |  |  |  |  |  |
| Sortie pour faire du sport | *Non* |  |  |  |  |  |  |  |
| Sortie pour achat de nourriture | *Non* |  |  |  |  |  |  |  |
| Sortie pour promener le chien | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
| Sortie pour le travail | *Non* |  |  |  |  |  |  |  |
| Sortie pour d’autres raisons (précisez) | *Balade* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Livraison de nourriture à domicile | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Routine quotidienne (douche, habillement…) | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nombre d’heures de travail | *3* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ecole / devoirs des enfants | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nettoyage ou bricolage (autres qu’habituels) | *Oui* |  |  |  |  |  |  |  |

# Les événements de la semaine 4 *(à remplir à la fin de la semaine ou lorsque vous le souhaitez pendant la semaine)*

**1/ Routine - semaine 4**

Que pensez-vous de votre périmètre de confinement? *(Vous l’aimez, le détestez, trop petit, suffisant, etc.)*

Quelles sont les pièces de votre logement que vous avez fréquentées cette semaine?

Comment avez-vous adapté votre activité professionnelle ? (*Inchangé je travaille toujours à l’extérieur, télétravail, chômage partiel, chômage technique, licenciement suite au confinement…*).

Avez-vous adopté de nouvelles habitudes? Lesquelles? (*Changement d’horaires, relâche de toutes contraintes ou au contraire imposition d’une routine stricte, racontez-nous*)

Avez-vous eu des frustrations sur des choses que vous auriez voulu faire? Lesquelles?

Avez-vous fait des choses que vous ne preniez habituellement plus le temps de faire ? (*Des travaux, des activités artistiques, culturelles…*)

Avez-vous appris des compétences, commencé un apprentissage quelconque?

**2/ Alimentation - semaine 4**

Avez-vous modifié vos habitudes de consommation alimentaire ? *(Vous mangez plus ou moins que d’habitude, vous faites des réserves, vous avez peur de manquer…)*

A cause des restrictions, avez-vous changé de lieux d’approvisionnement en nourriture? Si oui en quoi? (*Plus de livraison, choix de commerces de proximité...*)

Avez-vous modifié vos habitudes de consommation d’alcool, de tabac, de drogues, par rapport à vos consommations habituelles? Pourquoi?

**3/ Entretien du corps - semaine 4**

Décrivez-nous vos activités physiques *(aucune / danse, footing, gymnastique...)*

Comment vous êtes-vous habillés cette semaine ? *(Comme d’habitude ou avez-vous adopté le pyjama à la journée ?)*

Avez-vous fait vos rituels quotidiens lorsque vous vous préparez le matin *(maquillage, parfum, coiffure, etc.)*

**4/ Hygiène et santé - semaine 4**

Avez-vous eu besoin de consultation médicale ou de prises de médicaments (pour vous ou votre entourage) cette semaine ? Si oui, qu’avez-vous fait ? *(Prise de rdv médical, vous vous êtes soigné seul.e avec les remèdes que vous aviez chez vous, achat à la pharmacie, attente que ça passe…)*

Adoptez-vous de nouveaux réflexes par rapport à l’hygiène chez vous ? *(vous laver fréquemment les mains, penser au virus, désinfecter, ne pas toucher les poignées, utiliser ses coudes…)*

Enseignez-vous à vos enfants des conseils relatifs à l’hygiène? Si oui lesquels?

En profitez-vous pour faire plus de ménage que d’habitude? Si oui lequel?

**5/ A l’extérieur - semaine 4**

Si vous êtes sorti de votre périmètre de confinement, racontez-nous votre expérience

Quel moyen de transport avez-vous utilisé? (*A pieds, vélo, voiture, transport en commun, etc.*)

Êtes-vous sorti pour un autre motif que celui qui figure sur l’attestation du gouvernement? Si oui lequel et pourquoi?

Qu’avez-vous remarqué dans vos rapports avec les personnes croisées à l’extérieur? (*Méfiance, connivence, respect ou non des distances, angoisse constante, sentiment de liberté…*)

Qu’avez-vous pensé de votre sortie ? (*Aisée, difficile, angoisse avant de sortir, contrôles policiers, sentiment de liberté…*)

**6/ A l’intérieur - semaine 4**

Avez-vous changé vos habitudes de consommation de la culture et des médias cette semaine ? *(TV, films, radio, lecture, jeux vidéos, autres ?)* Si oui en quoi? *(Plus ou moins de consommation? nouvelles consommations ?)*

Avez-vous pris ou repris contact avec des personnes éloignées ? Si oui lesquelles, si non pourquoi ?

Avez-vous adopté des nouvelles formes d’interaction social *(comme les discussions sur whatsapp, les appels vidéos, les apéro-skype, les discussions avec ses voisins par la fenêtre…)* Racontez-nous :

Avez-vous vu se mettre en place des solidarités dans votre entourage / voisinage ? Lesquelles?

**Expression libre - semaine 4**

Racontez-nous des nouvelles habitudes, des adaptations dues au confinement auxquelles nous n’aurions pas pensé ou que vous avez envie de partager :