



# UNE JOURNÉE DE CONFINEMENT AVEC CAROLINE GUERRIER

## PEUX-TU TE PRÉSENTER EN QUELQUES MOTS ?

Je suis Directrice Rive Gauche, j'ai donc en charge nos équipes commerciales mais aussi certains de nos partenariats et le développement de l'agence.

## COMMENT VIS-TU CE CONFINEMENT PROFESSIONNELLEMENT ?

La plus grande partie de notre travail a lieu sur le terrain. Elle nécessite la présence et le contact. Grâce à ce confinement, on apprend à travailler et interagir autrement, et ce toutes générations confondues. C'est très intéressant.

## ET PERSONNELLEMENT ?

Un moment suspendu dans le temps où l'on revient à l'essentiel. Je suis confinée avec mes deux filles (11 ans et 14 ans) et je les redécouvre, je les vois ÊTRE. C'est un vrai plaisir. Évidemment, comme tout le monde, certains jours peuvent être plus difficiles que d'autres. Même dans le plus bel endroit du monde, l'obligation d'y rester, peut faire se sentir enfermé, emprisonné. Il n'y a pas d'autre choix que d'accepter. Aussi, pour le vivre au mieux, il faut lâcher prise et cultiver le positif de la situation.



## QUELS SONT TES RITUELS DE CONFINEMENT ?

Courir tous les matins avec mon chien autour du jardin du Luxembourg, puis méditer grâce à l'application Méditopia. Ça me fait un bien fou. Ça me permet de rester zen. Profiter de cette nature qui reprend ses droits et que j'ai la chance de voir de mes fenêtres. On sent vraiment l'odeur de la végétation ! C'est magique ! Voir la garde républicaine qui passe tous les jours devant chez moi avec ses chevaux. On n'entend plus les moteurs des voitures mais les fers, un voyage dans le temps ! Prendre le temps de cuisiner quotidiennement pour mes filles. Je suis plutôt bio. Le plus souvent, les menus sont à base de légumes sautés, quinoa, boulgour, lentilles, curry... des bons petits plats de nanas ! Et grande découverte : elles adorent !

Applaudir tous les soirs à 20h avec mes enfants. J'aime ce moment de solidarité. Écouter mon voisin qui fait "concert public" (de vieux classiques de variété) tous les soirs à 19h. Ça donne une ambiance village. Les gens s'ouvrent, se parlent plus facilement. L'isolement rapproche finalement.





## QUEL SERA, SELON TOI, L'IMPACT DU COVID SUR L'IMPORTANCE DU CHOIX D'UN LIEU DE VIE ?

Cette pause forcée ne peut que faire réfléchir à l'essentiel, à ce qui fait du bien. Le lieu où l'on vit, les gens avec lesquels on vit (mais ça c'est une autre histoire). Se sentir bien chez soi est essentiel. Le bon endroit n'est pas forcément, le plus beau, le plus grand... c'est celui que l'on ressent et c'est très subjectif.

Pour ma part, j'ai toujours choisi mes lieux de vie en me posant cette question : "En cas de déprime, de temps épouvantable, est-ce que je serais bien ici ?". À partir de maintenant, j'ajouterais à la liste "en cas de confinement" !

## DANS QUEL LIEU SOUHAITERAIS-TU ÊTRE CONFINÉE ?

À la montagne ! Mon élément préféré, le seul qui me ressente vraiment !



## QUELQUES RECOMMANDATIONS DE DIVERTISSEMENT/CONFINEMENT ?

### Lecture

Je commence *La Terre inhabitable* - David Wallace-Wells sinon *Ikigai* d'Hector Garcia et Francesc Miralles, *Le pèlerin de Compostelle* de Paul Coelho... Mes lectures suivent généralement mon état d'esprit.

### Musique

Pharrell Williams avec *Happy*, la musique cheer up spécial confinement et David Bowie que j'écoute en boucle en ce moment, de *Space Oddity* à *China Girl*.

### Films

J'en regarde peu actuellement mais j'adore revoir les grands Louis de Funès avec mes filles. On est accros ! On connaît les dialogues par cœur !

### Jeux de société

*Triomino*, *Time's Up*, *baccalauréat*, *cranium*, etc. c'est notre "rituel apéro" !