

Covid-19: L'autre côté de la médaille!

Les divers aspects positifs issus du confinement lié à la pandémie de la COVID-19 au Québec.

Nancy Brassard, D.Ba, MA.ed.MEV, CRHA

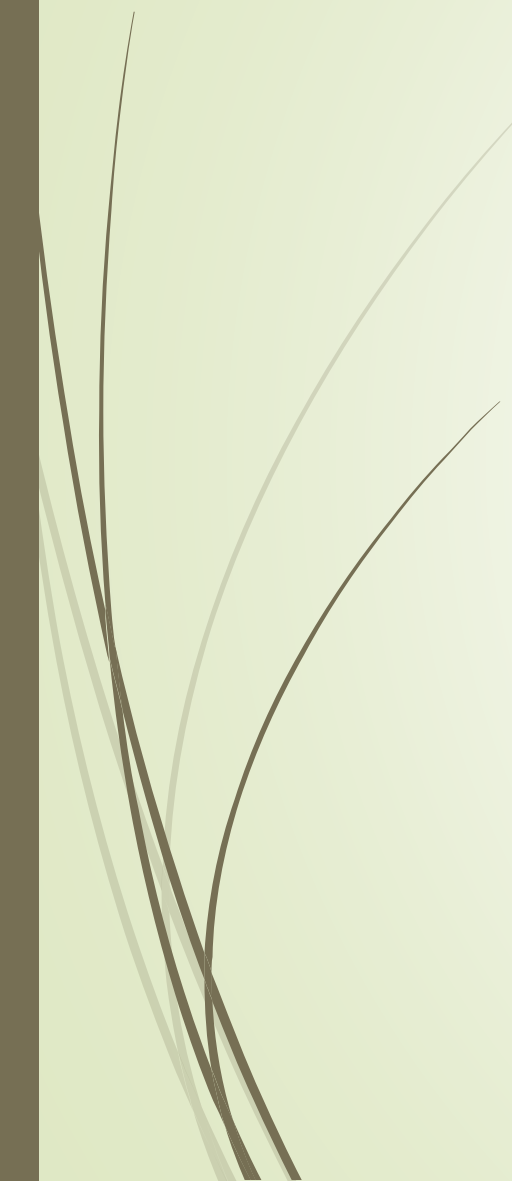


Si je vous pose les questions suivantes :

1. Quelle était votre situation avant la période de confinement?
2. Quelle est votre situation actuelle?
3. Pour vous, y a-t-il des retombées positives issues de ce confinement ou que ce confinement a générées?
4. En quoi cette période de confinement a-t-elle modifié vos habitudes ou fait en sorte que vous changerez, de manière positive, certains aspects de votre quotidien?
5. Si vous aviez une chose positive à ressortir de tout cela, en une phrase, que serait-elle?



Notre objectif

- Mettre en lumière le côté positif du confinement pour encourager les acteurs de la société à se mobiliser en vue de devenir plus résilients et innovateurs dans leurs pratiques pour contribuer au développement de la « nouvelle normalité » ou faire face à de nouvelles vagues ou crises.
- 

En théorie

Classe	Dommages humains	Dommages matériels
Incident	Aucun blessé	Moins de 0,3 M€
Accident	1 ou plusieurs blessés	Entre 0,3 M€ et 3 M€
Accident grave	1 à 9 morts	Entre 3 M€ et 30 M€
Accident très grave	10 à 99 morts	Entre 30 M€ et 300 M€
Catastrophe	100 à 999 morts	Entre 300 M€ et 3 000 M€
Catastrophe majeure	1 000 morts ou plus	3000 M€ ou plus

Source : tiré de Frealle, 2018.



Les aspects positifs : des visions diversifiées

- 30 personnes par le biais d'entrevues formelles
 - Ceux en situation de travail;
 - Personnes vivant seules;
 - Personnes en couple;
 - Personnes de 70 ans et plus;
 - De parents;
 - D'un entrepreneur.



Constats

- ▶ Ils parlent des effets positifs en premier :
 - ▶ Obligation de changer leurs habitudes de vie de manière drastique;
 - ▶ Restriction dans les déplacements et dans les contacts avec les amis et la famille, la réorganisation improvisée du travail;
 - ▶ Gestion et protection des enfants et des proches âgés.

Les effets positifs

➤ Au début de la pandémie :

1. L'isolement aurait contribué au retour du plaisir de cuisiner et d'avoir un environnement de vie propre :

➤ *« Ma maison n'a jamais été aussi propre et organisée. Cela aussi fait du bien au moral. Mon frigo est garni de petits plats colorés et variés, plus de restos, plus de repas sautés. Je m'en porte mieux. »*

Les effets positifs

2. Il semble que le confinement a contribué à rééquilibrer la vie de certains :
 - *« On est plus centré sur soi-même et on est davantage à l'écoute. »*
 - *« Je mange mieux, dors mieux, et fais plus d'exercice physique. »*
 - *« Pour moi le confinement c'est merveilleux! »*



Les effets positifs

3. Finalement, l'isolement a aussi eu un effet sur le gain d'énergie :
 - *« Voilà, malgré tout, j'ai l'impression d'être plus zen et reposée. »*

Les effets positifs

Un effet positif sur la gestion financière et une reconsidération du rapport à la consommation.

- *« On dépense moins. » « On se doit de revoir notre relation à la consommation. On consommait beaucoup et pas nécessairement pour les bonnes raisons. On consomme moins et on est tout aussi heureux. »*

De plus, il semble y avoir une réflexion portant sur les valeurs fondamentales et les besoins essentiels :


- *« On se refonde sur les valeurs et besoins de base qu'on avait peut-être oubliés ou mis de côté. »*

Enfin, la transformation de certains services alimentaires en service à domicile et en ligne a été positive :

- *« On découvre avec joie l'épicerie en ligne et de bons restos qui livrent. » « C'est d'autant plus accessible pour les familles nombreuses de pouvoir manger ces plats gastronomiques à domicile. »*

Tableau 2 : Catégorisation des éléments


Éléments positifs marquants	Citations
Merveilleux	« Le confinement c'est merveilleux! »
Santé	« Ce confinement m'a sauvé la vie, j'étais épuisée, fatiguée et je me suis remise pendant cette période. »
Économie	« Même si j'ai moins de salaire, j'ai plus d'argent en bout de ligne. »
Rapprochement	« Je me sens plus proche de ma famille. » « Ça nous rapproche de l'autre et de notre entourage malgré la distance. »
Conscience	« On est plus conscient de la chance qu'on a de notre liberté. » « En raison de notre âge, les autres voient notre vulnérabilité alors que l'on me voyait comme une force de la nature, un invincible. » « La façon dont on voit qu'ils prennent en main la gestion des CHSLD et autres résidences pour personnes âgées me permet de croire que quand ce sera mon tour, je serai mieux traité. Cet aspect me stressait et ne me stresse plus. »



En résumé, le confinement aurait permis une forme de réappropriation du temps et de soi, une adaptation à la transformation du travail, de la vie en solo, en couple ou en famille, puis un certain rééquilibrage des habitudes et des besoins de la vie quotidienne.



Des solutions, des idées et
des actions possibles pour la
nouvelle normalité...



Constats positifs	Idées et actions possibles pour la nouvelle normalité
Le rapport à la consommation et à la gestion financière : On consomme moins, différemment et on économise.	Soutenir les compétences en gestion financière personnelle et fournir des outils. Réfléchir au rapport à la consommation des biens essentiels.
Transformation du lien avec l'alimentation : cuisiner davantage seul ou en couple, découvrir des recettes, recevoir les vivres à domicile par livraison, ainsi que des services comme la boulangerie ou les restaurants.	Soutenir la transformation des entreprises de services alimentaires vers un service à domicile (p. ex. : le laitier à une certaine époque). Il pourrait y avoir un impact également sur l'environnement (p. ex. : réutilisation de contenant, réduction de déplacement).
Réappropriation du temps, il n'y a plus de course contre la montre : il semble que le temps est retrouvé et un nouvel équilibre se crée avec le travail, la famille et soi-même.	Soutenir les mesures de conciliation travail-famille et favoriser une plus grande banque de congés pour les travailleurs pour des besoins familiaux ou de maladies.

Constats positifs

Idées et actions possibles pour la nouvelle normalité

Augmentation des déplacements actifs, environnement plus sécuritaire et sain : il y a une réduction de l'utilisation des véhicules et l'augmentation de déplacements actifs de proximité (p. ex. : vélo, marche...)

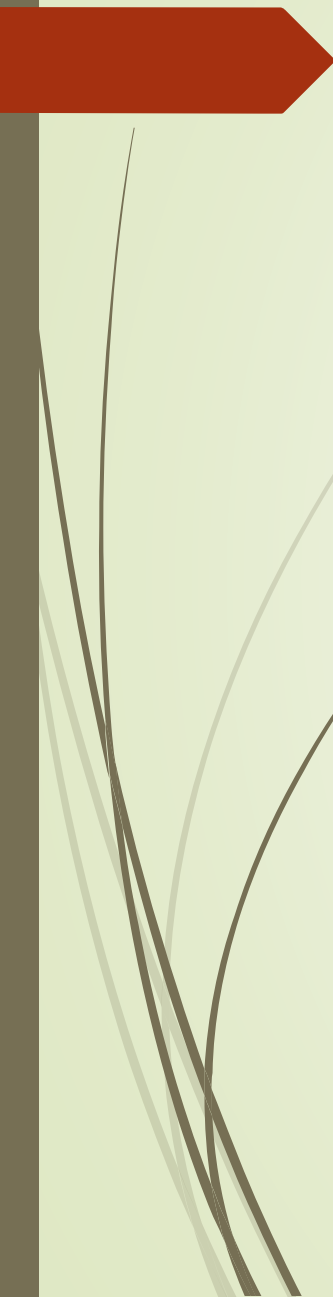
Encourager la mise en place de mesures pour réduire le nombre de véhicules en circulation (p. ex. : transport collectif municipal, réduction de vitesse sur les boulevards...) ou favoriser la sécurité et valoriser les déplacements actifs.

Un facilitateur de l'équilibre personnel : il y a un meilleur espace-temps pour prendre soin de sa santé physique et mentale tout en conjuguant avec le travail en ligne.

Encourager la mise en place d'horaires de travail en lien avec le rythme de travail et la conciliation plutôt que sur le présentisme physique (le cas échéant).

La création de liens communautaires et familiaux plus serrés, ainsi que les rapprochements virtuels des amitiés. Moment de réorganisation et de classement de l'environnement physique.

Rétablir la fermeture des commerces le dimanche afin de rapprocher les familles et développer les liens communautaires.



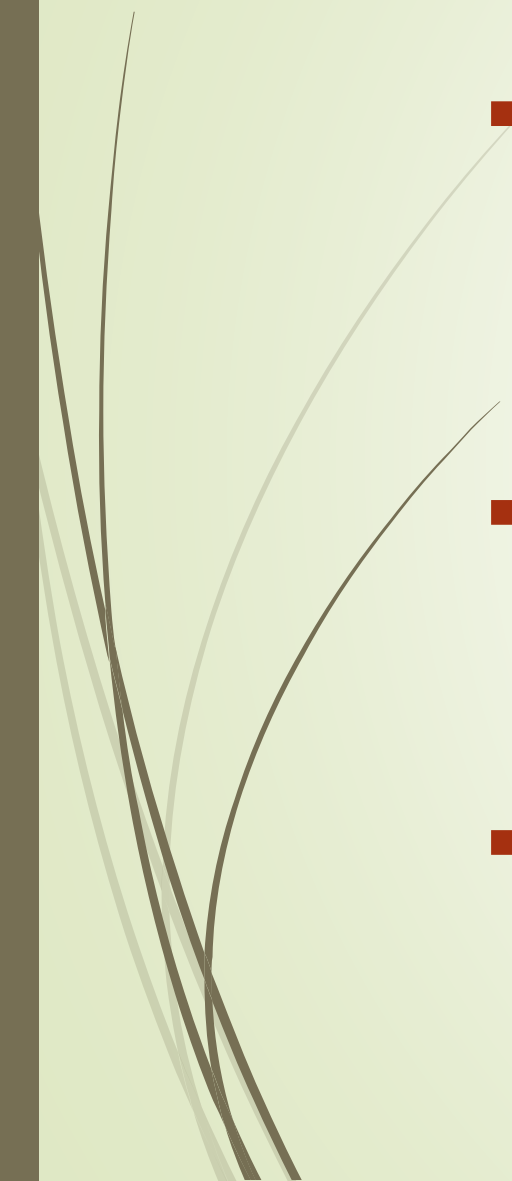
Constats positifs	Idées et actions possibles pour la nouvelle normalité
Moment de réflexion personnelle ou d'affaires, et un état de survivance.	Soutenir les entreprises vers une transformation de leur pratique. Soutenir une transition de carrière pour les gens ayant perdu leur emploi et valoriser la formation en continu.
Différentes formes de résilience et recul par rapport à la situation : par exemple, l'humour. Apprendre à se réorganiser ou s'organiser.	Développer une forme de gestion publique orientée vers le « caring » et la bienveillance envers la population.
Développement de compétences familiales et technologiques, et décloisonnement des mondes (p. ex. : présence des enfants en séance de vidéoconférence)	Soutenir les besoins des individus pour s'adapter (p. ex. : éducation des enfants, utilisation technologique...).

Constats généraux

- Selon Therrien et Valiquette-L'Heureux (2012), une organisation vivant une crise devrait « en tirer des leçons et reconnaître les faiblesses qui l'ont menée à vivre cette crise ou à être incapable de la gérer efficacement. »
- En tant que société, la crise a généré une prise de conscience de la faiblesse de certaines de nos structures (Altintas et Royer, 2009).



Constats généraux

- La pandémie a également permis à plusieurs personnes, voire à l'ensemble de la population, d'entamer une réflexion sur leur mode de vie ou leur manière de réagir à une crise.
 - La crise a mis en exergue les faiblesses dans notre organisation individuelle notamment familiale ou professionnelle.
 - Elle a également mis en lumière une forme de réappropriation de soi.
- 



En somme...

Les individus ont observé des changements positifs quant à :

- leur rapport à la consommation;
- leur comportement alimentaire;
- leur rapport au temps;
- leur mobilité;
- leur équilibre personnel;
- leurs liens communautaires;
- leur capacité de résilience;
- leur littératie numérique.



Conclusion

En date du 28 mai dernier, François Legault, premier ministre du Québec, lors de sa conférence de presse quotidienne a évoqué le fait que la pandémie actuelle a eu un effet positif majeur, soit celui de nous forcer à accélérer la modernisation de nos façons de faire dans la fonction publique.

En ce sens, l'administration publique a passé rapidement vers les technologies virtuelles pour permettre la continuité de la prestation des services.

Merci de votre attention!

