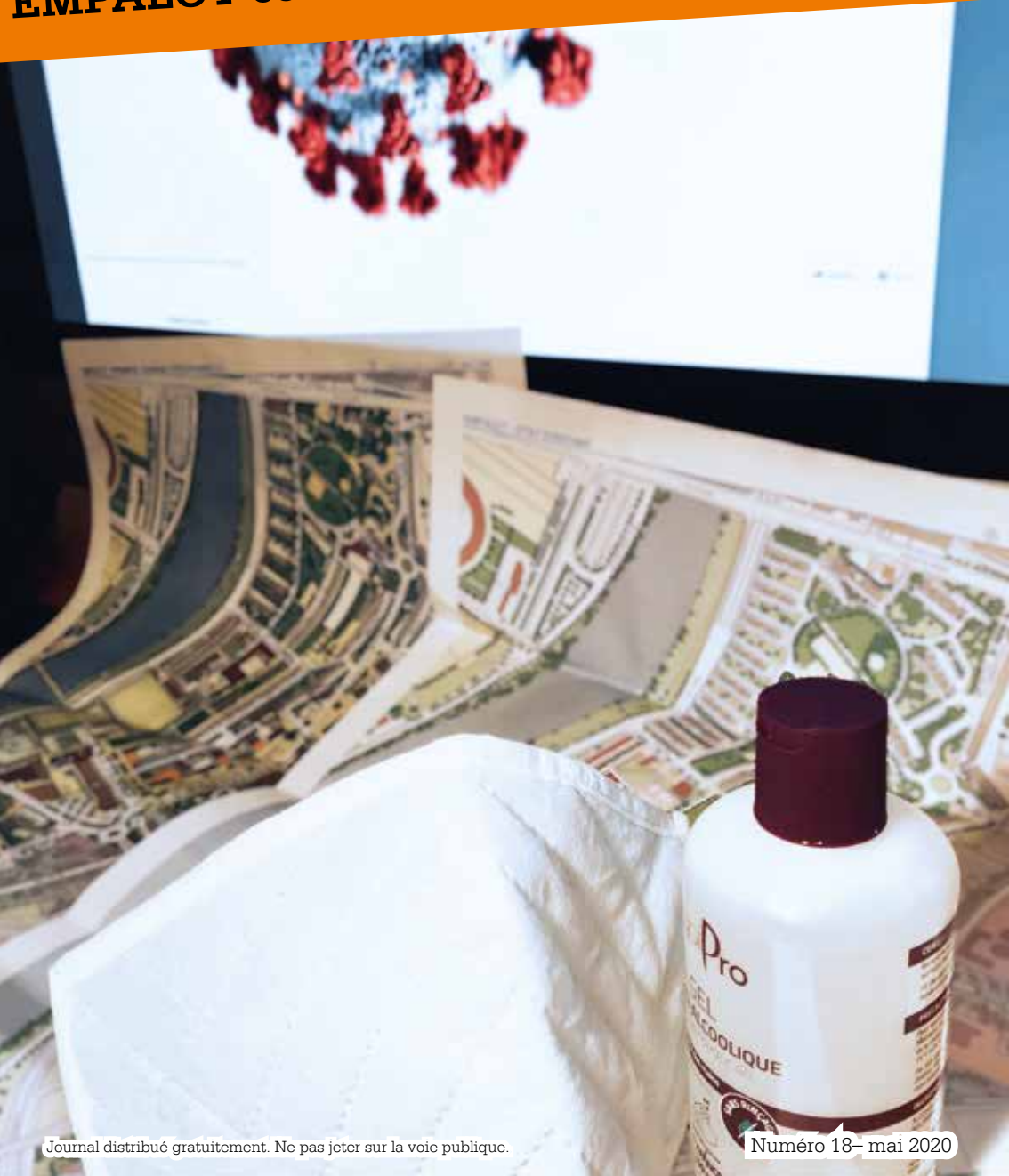


les Coursives d'Empalot

Vie d'un quartier
dans la ville

EMPALOT contre le COVID



L'édito

La France a durement été touchée par le coronavirus et les Français ont été soumis à un confinement strict de 8 semaines.. Le pays a dû faire face à une des crises sanitaires les plus graves de son histoire récente et certains territoires ont été plus vulnérables que d'autre. Nos quartiers sont en première ligne, particulièrement exposés au développement de ce virus. Faut-il rappeler qu'un ouvrier a une espérance de vie huit ans moins grande qu'un cadre supérieur ? Tous les publics n'ont pas la même capacité individuelle à se prémunir face à la maladie.

Un virus ne fait pas de distinction de classe c'est vrai, mais une épidémie si !

C'est pour cela que toute l'équipe des Coursives s'est mobilisée pour vous informer : chiffres officiels, annonces, mesures prises, situation, initiatives, reportages, témoignages... En créant pendant la pandémie «Le CoursivesBlog », votre journal s'est basé sur la réalité et le quotidien du quartier, du terrain car il nous semblait important d'accompagner les habitant-es d'Empalot dans cette épreuve difficile. Ce numéro revient notamment sur cette période particulière.

Bonne lecture

La citation

“Toute maladie peut-être soignée, mais la sottise est incurable”.

Proverbe marocain.

Le sommaire

les brèves	3-4
le thème du mois	5-15
Empalot face au Covid	10
Créatifs et Solidaires	8 - 9

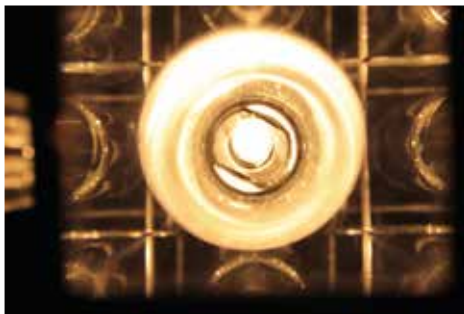
À noter

Bons Solidaires

Le Département a créé un dispositif d'aide d'urgence, sous la forme de chèques de paiement, pour les achats de denrées alimentaires et de produits d'hygiène de première nécessité, à destination des foyers haut-garonnais en situation de précarité accentuée par le contexte d'état d'urgence sanitaire. Ce dispositif concerne les familles qui bénéficient d'une aide départementale pour la restauration scolaire de leur enfant en collège, ainsi qu'aux familles et personnes isolées en situation de grande précarité. L'enveloppe financière de ce nouveau dispositif est estimée à 2 M€. **Infos : www.haute-garonne.fr/**

La Mairie de Toulouse va adresser des bons alimentaires aux familles les plus modestes dont les enfants fréquentent la restauration scolaire. En complément, la Caf de la Haute-Garonne a été sollicitée afin de cibler les foyers des Toulousains exclus d'un certain nombre de dispositifs de soutien pour que la mairie puisse les accompagner par une aide financière d'urgence.

Merci Charlotte



Il y a ces personnes anonymes, qu'on n'applaudit pas le soir à 20h, à qui on ne rend jamais hommage, et qui pourtant au quotidien remplissent un certain vide et ce parfois au péril de leur vie. Pendant chaque drame et chaque événement tragique, des héros anonymes risquent leur vie pour sauver celles des autres. Ces hommes et ces femmes interviennent dans l'urgence et agissent par altruisme pour

aider les autres. C'est le cas de Charlotte, maman d'un bébé de 16 mois, qui par élan de solidarité a aidé sa voisine au 27 rue de Menton dans le quartier d'Empalot. Cette jeune maman arrivée en décembre dans le quartier a aidé quotidiennement, Nicole 71 ans isolée dans son appartement malade et handicapée pour qui, le seul lien, extérieur qu'elle a eu, fut un coup de fil de la responsable PASS pour savoir si elle allait bien en début de confinement, puis plus rien. Charlotte a donc fait les courses durant les deux mois de confinement et pris des nouvelles de sa voisine âgée qui a fabriqué des masques pour elle, de peur qu'elle se mette en danger. Nicole a joint la rédaction des Coursives pour rendre un vibrant hommage à sa voisine, la remercier chaleureusement et par la même occasion remercier tous ces anonymes qui ont aidé sans compter... ■

Créatifs et Solidaires



Les initiatives se multiplient dans toute la France pour adoucir le confinement et construire ensemble une mémoire créative de cette période. En ces temps bouleversés, il est donc important de témoigner et de continuer à créer, à produire et à nourrir notre richesse artistique et culturelle. Et c'est dans ce cadre que des acteur·rice·s d'Empalot, et à l'initiative du Centre Social, viennent de lancer un projet. Il s'agit d'un appel à expression pour les habitants d'Empalot, de tous âges, seuls ou en famille, sur le thème «Même confinés, on reste créatifs et solidaires». Le principe est



simple, les habitants ont la possibilité soit de déposer leurs productions de tout type (dessin, texte, poème, photo, courte vidéo, chanson, recette de cuisine, initiatives solidaires... selon les envies!) sur une adresse mail créée pour l'occasion : empalotdefi@laposte.net ou de déposer son oeuvre en format non numérique à la fin du confinement à la Brique Rouge/MJCou à la Maison Jean Moulin (Centre Social). Le résultat sera une ou plusieurs expositions dans les semaines à venir ! Alors à vous de jouer ! Quelques contributions P°8 et 9. ■

Balcons fleuris



La ville a longtemps éloigné la nature, mais l'engouement de nombreux habitants pour installer et cultiver des jardins partagés en pied d'immeuble témoigne d'un besoin profond d'un retour à la nature. Les communes végétalisent des toits ou des murs, favorisent les initiatives citoyennes sur ce sujet, changent leurs modes d'entretien des espaces verts... Toutes ces actions encouragent un investissement plus large, une véritable appropriation des espaces publics et des enjeux de préservation de la biodiversité, y compris en milieu ur-

bain. Et la Régie de quartier d'Empalot n'est pas en reste, outre ses activités habituelles sur différents secteurs tel entretien des espaces verts, de nettoyage de parties communes, elle propose également de distribuer des plantes fleuries, des plantes aromatiques, des balconnières, des gobelets biodégradables et du terreau à tout petit prix 2 ou 5€ afin de fleurir vos balcons. La vente se fera le vendredi 5 juin à partir de 10h au 14 place André Daste au Rez-de-chaussée. ■

Pas de fête



La fête de quartier d'Empalot organisée sous l'égide du collectif Hasur-E, prévue du 8 au 13 juin 2020, n'aura finalement pas lieu cette année. L'épidémie, les précautions qui en découlent et les mesures gouvernementales obligent les organisateurs à l'annuler sans possibilité de la reporter. Tous les bénévoles de la fête de quartier vous donnent donc rendez vous l'année prochaine. ■

Le coup de ♥ de la Médiathèque



Azul : Les vitraux de Sintra - Micheal Kiesling - Illustrations de Chris Quilliams. Éditions Next Move Games | 2019

Après avoir embelli le Palais-Royal d'Evora dans le premier Azul, partez découvrir une nouvelle aventure au cœur du Portugal, afin de décorer les fenêtres de la chapelle du Pa-

lais-Royal de Sintra. Vous devez choisir judicieusement des panneaux de verre que vous positionnez sur votre plateau. Attention, ne gaspillez pas ces précieuses ressources : elles vous seront utiles jusqu'à la fin du jeu ! Méfiez-vous également de vos adversaires, qui peuvent vous bloquer ou vous freiner durant la partie. Parviendrez-vous à créer les plus beaux vitraux du pays ? C'est l'occasion pour vous de mettre en avant vos talents de vitrier. Un véritable chef-d'œuvre ludique vous attend ! Hélène ■

Empalot face au virus

Retour sur 8 semaines d'isolement.



Avenue Jean Moulin au premier jour de confinement.

Qu'est-ce que le Coronavirus COVID-19 ?

Les coronavirus sont une grande famille de virus, qui provoquent des maladies allant d'un simple rhume (certains virus saisonniers sont des Coronavirus) à des pathologies plus sévères comme le MERS-COV ou le SRAS. Le virus identifié en janvier 2020 en Chine est un nouveau Coronavirus, nommé SARS-CoV-2. La maladie provoquée par ce coronavirus a été nommée COVID-19 par l'Organisation mondiale de la Santé - OMS. Depuis le 11 mars 2020, l'OMS qualifie la situation mondiale du COVID-19 de pandémie ; c'est-à-dire que l'épidémie est désormais mondiale. Les symptômes principaux sont la fièvre ou la sensation de fièvre et la toux. La perte brutale de l'odorat, sans obstruction nasale et disparition totale du goût sont également des symptômes qui ont été observés chez les malades. Chez les personnes développant des formes plus graves, on retrouve des difficultés respiratoires, pouvant mener jusqu'à une hospitalisation en réanimation et/ou au décès.

Sommes-nous tous égaux face au virus ?

Là-dessus pas de doutes, personne n'est à l'abri, c'est pour cela qu'il faut poursuivre strictement

les gestes barrières, le port du masque, etc... Le Covid-19 peut donc infecter n'importe qui sur le globe sans distinction sociale ou ethnique. Mais derrière cette pandémie se cachent de nombreuses injustices: sociales, territoriales, en matière de logement, l'accès au télétravail, accès à la continuité scolaire pour les enfants... L'épidémie et le confinement mettant aujourd'hui en lumière ces inégalités flagrantes obligeant de plus en plus d'associations de terrain à faire remonter ces inégalités qu'elles constatent au quotidien et surtout à y faire face.

Ce fut le cas notamment sur l'accès à l'eau courante pour certains, l'alimentation, pour permettre à des familles isolées ou en forte précarité de réussir à manger tous les jours. Car si certains connaissaient déjà des fins de mois difficiles, la crise sanitaire et le confinement ont mis en difficulté les ménages à faibles revenus, les faisant basculer parfois brutalement de la précarité à la pauvreté. Pour de nombreux enfants par exemple, le repas à la cantine pris le midi à l'école était le seul repas «équilibré» de la journée. À partir du moment où il n'a plus été là, cela a commencé à poser de sérieux problèmes. Des associations sur le quartier d'Empalot ont durant ces 2 mois de confinement distribué des colis alimentaires aux plus démunis face à une situation difficile, l'association Karavan d'Empalot en partenariat avec d'autres associations des quartiers de Bagatelle et du Mirail avec la générosité de commerçants donateurs furent des relais auprès de certaines familles. L'épidémie a donc rendu visibles aujourd'hui des inégalités déjà existantes et les a amplifiées car nous avons vécu une période de restrictions de nos mouvements.



Le confinement a accentué par exemple les inégalités de conditions de vie à domicile. Avant les mesures de quarantaine décidées par le gouvernement, mi-mars, certains ont préféré fuir Toulouse pour rejoindre des résidences secondaires, à la montagne, à la mer ou à la campagne, au risque d'ailleurs d'être des porteurs et propagateurs du virus. D'autres sont restés, dans des logements parfois modestes. Dans un quartier comme Empalot où la part de logements collectifs est de 97,3% avec un taux de bas revenus déclarés autour 65,6% selon l'agence nationale de la cohésion des territoires (Estimations démographiques en 2015) avec des appartements trop petits (33,8 % sont des logements d'une ou deux pièces) voir mal isolés ... donc tous les bruits du quotidien que l'on entendait pas se sont révélés et pour beaucoup après huit semaines de confinement cela est devenu insupportable surtout si les logements accueillent des familles nombreuses. Selon l'Insee 8% des Français sont en surpeuplement au sein de leur logement (source Insee 2017) et le chiffre s'élève à 18% chez les ménages les plus modestes.

L'exposition au risque de contamination au travail fut également une autre forme d'inégalité. Que ce soit dans la sécurité, les agents de nettoyage, la collecte d'ordures ménagères, sur les chantiers, dans les maisons de retraite, l'aide à domicile, à la Poste, les supermarchés, à l'usine ou dans les hôpitaux,

de nombreuses personnes ont continué d'assurer les services de premières nécessités, parfois au péril de leur santé et de leur vie. De nombreux syndicats ont d'ailleurs alerté sur la montée d'un « sentiment d'inégalité ». Là encore, le coronavirus n'a fait que mettre en évidence une distinction déjà bien connue. Si le télétravail est une possibilité pour les salariés qualifiés (60,6 % l'ont déjà pratiqué selon une enquête de la Dares de novembre 2019), il est marginal ou inexistant chez les employés (1,4 %) ou les ouvriers (0,2 %). Dans le quartier d'Empalot, 37,2 % sont des employés actifs, 32,9 % des actifs ouvriers et 31,5 % sont à temps partiel selon l'agence nationale de la cohésion des territoires (Estimations démographiques en 2015). Autant dire qu'ils n'ont pas beaucoup cette chance d'être en télétravail.

Mais là où le coronavirus a creusé un énorme fossé social de manière plus indirecte, c'est au niveau scolaire. Car après la fermeture des écoles le 16 mars dernier, des dispositifs ont été mis en place pour assurer la continuité pédagogique à domicile. Les collèges avaient proposé notamment de fournir, pour certaines familles sans ordinateurs, des tablettes. Ce fut une des difficultés majeures pour les familles avec enfants et notamment les familles monoparentales qui sont nombreuses dans les quartiers populaires. Parmi ces femmes seules, beaucoup travaillaient, ce sont elles que nous retrouvons bien souvent derrière



les caisses dans les supermarchés. C'est très difficile de faire école dans ces conditions. Plusieurs associations ont rappelé que là aussi les inégalités demeurent, liées à la possibilité d'accompagnement parental, au cadre de vie, ou encore à l'accès à Internet, aux copies; à savoir que 38% des personnes ayant des revenus inférieurs à 900 €/mois et 18% pour les 70 ans et plus sont équipés en Internet à domicile alors que la moyenne est de 67% pour l'ensemble des Français selon les sources gouvernementales. Aujourd'hui le numérique, à la fois outil et compétence-clé, reconnu comme tel par le traité de Lisbonne en 2007, est une pratique essentielle de l'insertion sociale et de lutte contre l'exclusion avec notamment un apprentissage de la langue, un accès à la culture, à l'expression citoyenne, à l'emploi, etc, mais nous ne sommes pas égaux face à cet outil. De la fracture numérique, nous sommes passés à « l'illectronisme sous Covid ». Au risque d'accroître encore l'écart entre les élèves et les familles durant cette période, Abdallah Slamnia de l'association Aifomej accompagnant les enfants dans les CLAE, le soutien scolaire etc...et la présidente de l'association Karavan, Bahia Benhamid, ont dressé un constat alarmant au travers de leurs témoignages.

Pour Abdallah : « L'aide administrative se traduit actuellement principalement par les demandes de pouvoir éditer comme les « attestations de déplacement dérogatoire » pour les personnes qui n'ont pas accès aux outils informatiques, qui ne maîtrisent pas ces outils et surtout pour celles qui ne maîtrisent pas l'écriture . Sachant que sortir pour trouver ce précieux « sésame » n'est pas un motif de déplacement ! » Des solidarités se mettent en place, il faut être vigilant à n'oublier personne. Pour pallier aux difficultés rencontrées par certaines familles, pour la mise en place dématérialisée du travail scolaire à la maison (manque de matériel informatique, de

connexion Internet, pas de maîtrise des outils), des solutions sont en cours de mise en place avec les partenaires (établissements scolaires, rectorat, bénévoles, institutions). **Témoignages Abdallah Slamnia – Aifomej à retrouver sur :** www.youtube.com/watch?v=j3GuaQVXmok



L'association Karavan complète ce travail et **Bahia Benhamid** rappelle que : « rien ne marche sur les quartiers, la fracture numérique qu'on dénonce depuis deux ans se met en place. On ferme les écoles et les élèves peuvent suivre les cours sur des sites, les familles, qui n'ont pas d'ordinateur, vont chercher des copies des cours aux écoles et collègues, après on annonce un confinement plus de copies ... On annonce un confinement et des sorties avec autorisation, il y a ceux qui n'ont pas accès à Internet, pas d'ordinateurs, ceux qui n'ont pas d'imprimante puis ceux qui ne savent pas écrire. Comment faire ? Karavan a imprimé plus de 120 copies scolaires et environ 200 copies d'autorisations car il en faut une par jour et par sortie . Et on ose dire sur les médias que le confinement n'est pas respecté dans les quartiers. Beaucoup de personnes seules hors circuit ont peur de sortir pour s'acheter à manger... ». **Témoignages de Bahia Benhamid – Karavan à retrouver sur :** www.youtube.com/watch?v=mymTMIYcbRA



Joëlle - VIRUS CODEVI 19

Mesdames, Messieurs,

On dit que je suis né en Chine en septembre 2019 d'autres parlent de décembre 2019 à WUHAN (capitale de la province du HUBEI).

Comme je suis un tout petit animal invisible, j'ai pu profiter sans être trop inquiet à ma naissance par les humains qui vivent dans cette région pour m'alimenter à souhait. Franchement on m'a sous-estimé.

Cela m'a vraiment vexé. Alors je me suis vengé. J'ai tué plein de personnes tellement que l'on a dû en hospitaliser beaucoup. Je ne donnerai pas de chiffre car je ne sais pas compter.

Et, comme mon appétit est insatiable je me suis servi du corps des humains pour voyager dans d'autres pays moyennant l'avion. Comme c'est pratique un avion ! Et, depuis on a baptisée la maladie que je répands pandémie. On m'a même accusé de faire une guerre sournoise car on ne peut pas me voir évoluer. J'ai contaminé plein de monde. J'élimine mes « ennemis » comme un



LIBRE COMME L'AIR - ANONYME

aérosol que l'on utilise pour éliminer les insectes. Alors, branle-bas de combat. Tout le monde confiné. Des hommes et des femmes masqués ; des autorisations de sortie (une heure pas plus) ; plus d'école, plus de fête, plus de spectacles (cinéma, théâtre, concert) commerces fermés sauf ceux qui vendent les produits dit nécessaires à la population même les cigarettes ; sauf les masques qui manquent même au personnel soignant ; quelle pagaille !

Beaucoup de discours politiques, de conseils valables ou pas Et, j'ai tout de même permis que l'on reconnaisse le travail des petites mains, je dirai des fourmis, du personnel soignant, on fait appel aux associations car les gouvernements qui se succèdent ont pris l'initiative de diminuer les postes de fonctionnaires etc.... On fait la manche aux plus démunis que l'on avait oubliés.

La solidarité redemarre ! Jusqu'à quand ?

Et bien entendu la nature reprend sa place. On a vu des cerfs circuler en plein centre-ville, les canards se promènent dans la rue, même un requin a eu la curiosité de visiter le port de Brest. Les oiseaux rechantent.

Le proverbe « quand le chat n'est pas là, les souris dansent » Cela se concrétise.

Laissons-les profiter encore un peu.

Mais comme je ne suis qu'une petite virgule dans ce monde, je désire ne pas vous envahir trop longtemps.

Attention à votre façon de reprendre votre train de vie car il se pourrait qu'un de mes collègues se manifeste à nouveau.

VICTOIRE - SARA-LYNA

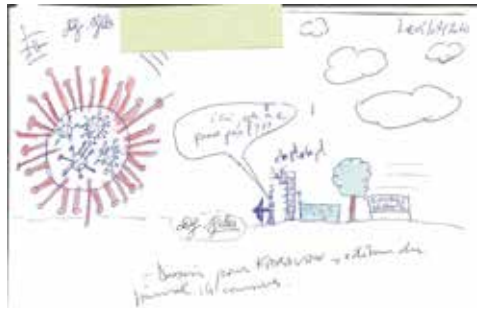




POUR PÂQUES - SOPHIE



CONFINÉS - MARION



Mei - Bulle

www.instagram.com/p/B-xobqenNwY/

Belle comme une rose
 Usant d'une si belle prose
 Libre comme
 L'air
 Evadé de ses chimères

Brûlante de pleines envies
 Urticantes amies
 L'heure est venue
 Les bras tendus
 Entends tu

Sors de ta bulle
 Rejoins moi
 Passe à mon doigt
 Cette bague de tulle



PASTEL - ANNIK



LIBERTÉ - RANIA



Santé

Chaque soir à 20 heures, nous applaudissons à nos fenêtres tout le corps médical, tous sans exception, service de nettoyage, brancardier-e-s, aides-soignant-e-s, infirmier-e-s, médecins, etc. Ce sont un peu plus de deux millions de soignant-e-s qui se sont battus chaque jour pour sauver des vies. Ils et elles ont souffert de la crise sanitaire qu'ils ont eu à endiguer, de leurs conditions de travail, du manque de moyens dont ils disposaient... Et si nous étions en guerre, comme l'a martelé le chef de l'État, ils et elles en étaient les soldats. .

Face à cette situation sans précédent, les professionnels de santé, les établissements sanitaires et médico-sociaux, avec le soutien des communes se sont mobilisés et ont fait face. Et pour les personnes présentant des symptômes, et avec « l'entrée en phase épidémique », l'Agence régionale de santé Occitanie avait invoqué la création « d'unités de soins de proximité » afin de recevoir tout patient présentant les symptômes du COVID-19 tout en évitant que ne se retrouvent dans la même salle d'attente, des personnes souffrant d'une angine et d'un coronavirus...

Sur le secteur d'Empalot c'est à la Maison des Associations Niel – 3 Place Guy Hersant, 31400 Toulouse que ce centre est ouvert tous les jours, de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h. Ce centre

opérationnel Covid-19 était là pour répondre aux appels et recevoir en consultations. Au même moment, beaucoup ont déserté les salles d'attentes des médecins de la Tour d'Aix de peur de contracter la maladie. Certains ont mis en suspens leurs traitements, leurs visites chez les médecins... Certes nous avons très peu de recul, mais nous savons que dans nos quartiers les indices de santé ne sont pas bons. Les proportions de gens avec un diabète de type 2 ou en situation de surpoids sont plus importantes que dans le reste de la ville, et donc des facteurs de risque pour le Covid-19.

Une toux anormale, un doute, la peur du virus. Les médecins généralistes et les infirmier-e-s sont les premiers vers qui le patient se tourne. Sur Empalot, tous ont bousculé leurs habitudes au fil de l'épidémie et ont mis tout en œuvre pour limiter les risques de contamination. En cette période de crise sanitaire, les infirmier-e-s, les médecins généralistes gèrent à la fois le tout-venant, les malades



de Covid-19, mais aussi le stress des patients. Pour **Pierre Gaetani**, infirmier au centre de soin d'Empalot: « C'est un peu irréel, il n'y a pas de malades, de cas avérés sur le quartier, en tout cas à ma connaissance. Au sein de l'équipe nous sommes 7 en tout, pas tous à plein temps. On intervient quotidiennement à 2 minimum voir 4, auprès d'une cinquantaine de personnes par jour. Après même si les gens sont agacés du confinement, tout le monde à l'air de prendre ça relativement calmement, un peu inquiet lié aux infos qui passent en boucle mais pas plus que ça. Les gens fragiles psychologiquement ont besoin d'être soutenus, d'être rassurés...».

[Le témoignage de Pierre Gaetani Liseo infirmier du Centre de Soins d'Empalot est à retrouver sur \[www.youtube.com/watch?v=xYIyCIUdM7o\]\(https://www.youtube.com/watch?v=xYIyCIUdM7o\)](https://www.youtube.com/watch?v=xYIyCIUdM7o)

Dans la tête et dans le corps

Solitude, ennui, inquiétude, stress, épuisement, anxiété... Chez chacun d'entre nous, le confinement a eu plus ou moins des répercussions psychologiques. Symptômes de stress post-traumatique, d'anxiété, de dépression, d'irritabilité, de confusion, de peurs, de colère, d'abus de médicaments ou de drogues, d'insomnies, de stigmatisations. Ce sont là les principaux méfaits potentiels d'une mise en confinement, mais qu'il est possible de surpasser en étant accompagné. En France, à l'annonce des mesures de confinement, le 16 mars dernier, plusieurs études ont également été lancées afin d'en analyser les effets psychologiques. Dans le contexte actuel, les gens sont donc



stressés dès qu'ils ressentent des symptômes physiques, la peur d'être contaminé mais de ne pas le savoir, d'être asymptomatique. L'ennui s'est fait ressentir, la frustration a augmenté, la solitude, l'isolement... Certains furent également très perturbés par le flux d'informations qui circulaient, certains ne comprenaient pas vraiment quel est l'objectif du confinement, tandis que d'autres souffraient de peu de transparence d'informations, de l'absence de protocole et de guides de conduites claires. Sans compter

l'augmentation significative des violences intrafamiliales poussant les autorités à communiquer et créer des dispositifs de crises. Pour faire face à ces sources d'angoisse et de dépression, des experts ont proposé diverses solutions. Parmi elles, la mise en place de numéros verts pour réduire l'isolement, de créer des groupes de paroles et de soutien en ligne sur le vécu d'expérience ou encore aider les familles à rester en contact.



Si l'expérience du confinement est vécue comme un cauchemar, les conséquences affecteront non seulement les individus à long terme mais aussi les systèmes de santé et les politiques publiques, mettent en garde les chercheurs. En effet, le stress ne s'arrête pas une fois les populations "déconfinées", ont-ils pu constater. Après une crise de ce genre, il faudra faire face aux conséquences des différents traumatismes qui perdureront après la crise. Des traumatismes mentaux mais également socio-économiques. De nombreuses personnes commencent à se retrouver prises à la gorge financièrement. Les travailleurs indépendants sont fragilisés et les individus qui étaient déjà dans une situation précaire avant le confinement le seront un peu plus après. D'autres auront du mal à reprendre le travail après un chômage partiel de peur de la contamination. Pour faire face "à cette souffrance psychique des enfants et des familles dans cette situation de catastrophe sanitaire", des pédopsychiatres,

psychologues et orthophonistes se sont mobilisés. Au CHU Toulouse (USPS et PASS, c'est ouvert en urgence une consultation psychologique et psychiatrique de dispensaire, sans rendez-vous, destinée tant aux « publics précaires ». Sur Empalot l'association Palabre a proposé un accompagnement psychologique par téléphone et en urgence. Une autre association d'Empalot, l'ASEER, a fait également des consultations téléphoniques avec une psychologue.

Pour **Sophie Motiron**, psychologue à l'association Palabre : « *La période est très anxiogène pour tout le monde et on imagine bien que pour des personnes qui sont plus vulnérables psychologiquement que socialement, dans une situation précaire, c'est très difficile à vivre. Forcément cela a un impact sur l'équilibre psychologique* ».

Entrevue Sophie Mothiron - Psychologue association Palabre : www.youtube.com/watch?v=fi2kTU0Nk9c

Isolé-e-s

Notre société, pousse-t-elle de façon excessive au cloisonnement des âges ? On peut tout de même se poser la question. Aujourd'hui, les enfants, les adultes, les seniors, chaque groupe a son monde dans lequel les autres ne pénètrent pratiquement jamais. Et cette forme de ségrégation est en partie responsable de l'isolement d'un très grand nombre de personnes, mais pas seulement. Deux groupes sociaux sont particulièrement touchés : les personnes âgées et les personnes socialement défavorisées, en particulier les titulaires de bas revenus et les non-diplômés. À l'isolement, s'ajoute souvent un mal-être, une vraie souffrance. Ainsi, une personne isolée sur quatre éprouve un sentiment de solitude ou d'ennui.

La solitude n'est pas l'isolement, ni l'inverse d'ailleurs. Ils sont cependant de la même



racine : la conscience que l'on peut avoir de soi et de notre place dans le monde.

Gilles : « *Le quotidien est tristounet...habituel... sans émotions.* »

Selon **Dominique Haas**, **Directrice du Centre d'information et de documentation des droits des femmes et des Familles 31** : « *globalement, on constate que les personnes sont de plus en plus en difficulté sociale, isolées ou pas. On s'aperçoit que sur le plan notamment des familles monoparentales, ce n'est pas un isolement ressenti, mais plutôt un isolement social. On rencontre des femmes, ce n'est pas une généralité, qui sont très peu en lien avec la vie sociale et professionnelle et qui ont par la suite des difficultés à se repérer dans une démarche d'insertion, une démarche d'accès à l'emploi. On s'aperçoit également que des personnes âgées nous sollicitent et nous révèlent un certain isolement. Il y a une souffrance grandissante dans les questionnements de femmes que nous recevons, une souffrance liée à des difficultés économiques. Il y a une certaine pression qui s'exerce sur les femmes que nous accueillons, une pression psychologique, une pression de l'emploi à tout prix ; ce qui fait qu'elles accèdent à des emplois où l'on ne s'épanouit pas forcément. Les situations de ces femmes sont compliquées, elles évoquent des souffrances psychiques. Par exemple, les*

cas de divorce, les couples sont confrontés à des problèmes de logement, il naît alors des problèmes dans les familles qui se séparent à cause de la cohabitation et faute de moyens”.

Andrée : “Le fait de ne rien faire, de ne pas sortir, c’est dur... je suis fatiguée et j’ai peur...”

Pour aider les personnes isolées, de nombreuses initiatives et actions se sont développées ces derniers temps, à cause ou grâce au confinement, pour maintenir un peu de lien. De cette manière, les personnes isolées en situation de fragilité personnelle ou sociale sont mises en relation par le biais du téléphone avec des associations de terrain qui connaissent déjà la situation fragile de certains. Il est bien sûr, important de laisser libre la parole. C’est un processus très efficace qui permet de retrouver la confiance. Génération Solidaires, Karavan, Aifomej, et les bonnes âmes du quartier d’Empalot ont fait le choix de venir en aide aux plus fragiles et aux plus isolés... Déposer des courses, parler au téléphone etc...

Christine : “Je ne vois plus mes petits enfants... Ça c’est dur”.

Témoignages Habitant-e-s Empalot

Andrée: www.youtube.com/watch?v=PQvnpA2Md64

Éric: www.youtube.com/watch?v=xZIV7MxvpAM

Gilles: www.youtube.com/watch?v=ObXceO14ZZ4

Christine: www.youtube.com/watch?v=jtjhCplPxXU

Solidarités de voisinage.

Les habitants ne le font pas au titre de leur conseil citoyen mais en tant que voisine, voisin. Ils ont fait les courses pour la personne âgée d’à côté. Le confinement a fait ressortir des solidarités de voisinage dans ces quartiers. Il y a plein d’initiatives lancées par des citoyens, des jeunes, des médecins, mais sans chapeau associatif. et c’est très bien, l’altruisme a pris le pas... Il faut donc redonner leurs lettres



de noblesse aux habitants des quartiers. Ne pas oublier comment ces gens-là ont vécu le confinement. Ils ne l’ont pas vécu dans une résidence secondaire, ils ne l’ont pas vécu dans une petite maison. Ils l’ont vécu vraiment difficilement et dignement, en travaillant, en continuant de prendre les transports en commun parce qu’eux n’ont pas le choix de prendre la voiture. C’est peut-être l’occasion de réexpliquer pourquoi il y a des quartiers comme ça, quels sont les gens qui y vivent et pourquoi ils y vivent. Ce sont des gens qui font partie intégrante de la société française et qui font aussi vivre notre économie.

11 mai

Cette date, que tous attendaient, ne correspondra pas au retour de la vie d’avant. Car il y avait un avant Covid19 et il y aura un après. Outre la question de la mise à disposition de masques et de gel hydro-alcoolique, la mise en application de la distanciation sociale et de l’ensemble des gestes barrières impliquant de repenser les détails de la vie quotidienne qui jusque là étaient anodins. La fameuse attestation de déplacement n’étant plus nécessaire pour des trajets allant jusqu’à 100 kilomètres autour de votre domicile. Au-delà de cette distance, les déplacements ne seront possibles «que pour un motif impérieux, familial ou professionnel». Quant aux commerces, écoles, transports... que sera t-il possible de faire ou pas?



Écoles

La réouverture des écoles fut « progressive ». Sur Toulouse, un tiers d'entre elles, soit 68 établissements, ont retrouvé de l'animation. Les écoles n'accueillent qu'un nombre réduit d'enfants, « 45 maximum par école, 90 par groupe scolaire ». À Empalot se sont seulement les écoles maternelle et élémentaire Léo Lagrangre qui sont ouvertes pour le moment. Pour permettre aux agents de se concentrer sur le nettoyage et la désinfection des locaux pendant la journée, la cantine fonctionne en repas froids fournis par la Mairie de Toulouse. Cette dernière indique qu'il y aura une exonération complète de la cantine et du CLAE pour tout le monde pour les mois de mai et juin ainsi que 20 % de réduction pour les 6 premières tranches de septembre à décembre. Les CLAE seront ouverts aux horaires habituels (7h30 – 18h30) par contre pas d'accueil de loisirs ni de garderie, le mercredi après-midi.

Depuis le 18 mai, les collèges ont suivi le pas. En Haute-Garonne, le Conseil départemental – qui gère les collèges – “s’est mis en situation” de rouvrir les 96 établissements scolaires du département. Sont dans un premier temps accueillis les 6e et 5e, puis les 4e et 3e début juin. Dans un communiqué, le président du Conseil départemental, Georges Méric a affirmé que “le Département met tout en œuvre pour permettre aux élèves et leurs enseignants de reprendre en toute sécurité et dans les meilleures conditions

possibles, au vu du contexte inédit lié à la crise du Covid-19” et que “le déconfinement de la population et notamment la reprise progressive de l'enseignement décidée par le Gouvernement est un défi majeur sur lequel le Conseil départemental, pour sa part et ses compétences, est pleinement mobilisé.”

Enfin, l'ensemble des crèches municipales a rouvert le 11 mai. Elles accueillent tous les enfants en veillant à constituer des groupes de dix.

Masques

Ce sont quelques 480.000 masques « alternatifs » achetés par la mairie de Toulouse, dans le cadre d'une commande groupée avec d'autres villes de la métropole, qui ont été fabriqués par une entreprise de Montluçon. qui ont été distribués par voie postale par la Poste « durant la première semaine du déconfinement ».

Tisséo

Il est important de ne pas oublier son masque, l'appel au civisme et la responsabilité de chacun est de mise selon Tisséo. Toutes les lignes et stations sont surveillées par des caméras vidéos non seulement pour rappeler à l'ordre les contrevenants mais également surveiller l'affluence. Tisséo a installé d'ailleurs de nombreux distributeurs de gel hydroalcoolique dans les stations et a neutralisé des sièges grâce « à des pastilles » dans les bus et les rames.

Commerces

Tous les commerces, marchés alimentaires et les parcs et jardins sont maintenant ouverts. Mais pas les cafés, bars, restaurants dont le sort sera revu fin mai pour une éventuelle réouverture le 2 juin. Les cinémas et salles de spectacles resteront également fermés. Boutique de vêtements ou coiffeurs, vous pourrez reprendre vos habitudes. Là encore, les mesures d'hygiène seront drastiques, et



les enseignes se sont préparées à accueillir les clients dans les meilleures conditions. Par ailleurs, les marchés pourront eux aussi reprendre leur activité. Hors commerces, il sera possible de se rendre dans les cimetières, mais le nombre de personnes autorisées à assister à des funérailles ne peut dépasser 20 individus. L'annonce d'une réouverture au public des médiathèques et bibliothèques le 11 mai dans le cadre du plan de déconfinement présenté par le premier ministre, Edouard Philippe, a surpris le réseau et a suscité de nombreuses inquiétudes. Pour le moment toute l'équipe de la médiathèque d'Empalot réfléchit aux modalités d'accueils du public dans les meilleures conditions.

Rénovation Urbaine

La maire de quartier, Mme Ampoulange tenait à rappeler aux habitants et aux commerçants que : “ le vaste programme de rénovation urbaine du quartier d'Empalot qui recoupe des enjeux urbanistiques, sociaux et économiques majeurs pour le territoire et toutes les opérations sont étroitement imbriquées les unes aux autres. Aussi, après avoir vérifié auprès des entreprises leur capacité à reprendre leurs activités, et s'être assurée que les dispositions proposées par ces entreprises et leurs sous-traitants respectent scrupuleusement l'ensemble des mesures sanitaires, la Collectivité a autorisé l'aménageur OPPIDEA à reprendre les travaux du Plan de Renouvellement Urbain sur le quartier.” ■

Les Coursives d'Empalot est édité par l'association Karavan

Directrice de publication **Bahia Benhamid**
Superviseur **Ahmed Lrhziel, F.Raczymow.**
Rédacteur **Abdelkrim Makouf**
Comité de rédaction **S.Garros (Hasure)**
F.Benhocine(Karavan), F.Gourmala(ADS).
Maquette et photos **A.Makouf, Unsplash**
Couverture: A.Makouf,
Impression **Imprimerie Graphitti 05/2020**

Imprimé sur papier recyclé

Pour écrire au journal,
contacter l'association Karavan,
34 boulevard des Récollets, 31400 Toulouse.
t. 05 62 26 56 33 – f. 09 85 81 60 21
coursives@karavan.org –
Les Coursives sont téléchargeables
sur www.karavan.org

Votre avis nous intéresse,
pour apporter témoignages et remarques,
n'hésitez pas à nous contacter.

Le journal gratuit du quartier vous donne rendez-vous tous les débuts de mois.
Vous le trouverez chez les commerçants, dans les administrations d'Empalot et aussi sur internet à l'adresse www.karavan.org.
Pour recevoir directement Les Coursives d'Empalot chez vous, merci d'adresser un chèque de 12 euros à l'association Karavan (pour les frais d'envoi de 10 numéros).



Le thème du prochain numéro

Empalot, un été pas comme les autres

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



**Se laver régulièrement
les mains ou utiliser une
solution hydro-alcoolique**



**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**



**Se moucher dans
un mouchoir à usage unique
puis le jeter**



**Éviter
de se toucher
le visage**



**Respecter une distance
d'au moins un mètre
avec les autres**



**Saluer
sans serrer la main
et arrêter les embrassades**



**En complément de ces gestes, porter un masque
quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée**



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



0 800 130 000
(appel gratuit)