Interview Ligue de Bretagne de Surf

# Covid–19 : mon confinement CHEZ MOI en Bretagne en 12 questions

**Pratiquant Breton**

**Merci de prendre de ton temps pour répondre à cette interview qui sera publiée sur le site de la Ligue de Bretagne de Surf & relayée sur ses réseaux sociaux (Instagram & Facebook // La chaîne YouTube pour créer des playlists à partir des recommandations des Bretons).**

**Objectif : donner des nouvelles des pratiquants & personnes investies dans/pour le surf Breton et faire circuler des bonnes idées/pratiques en cette période de confinement !**

**Une fois tes réponses écrites merci de renvoyer ce document à** **mathieu@ligue-bretagne-surf.bzh**

**Merci d’y joindre deux photos de toi : une de portrait & une d’action !**

**Si tu as d’autres contenus (photos, vidéos – maximum 8 éléments en + des 2 précédents) pour illustrer tes réponses n’hésites pas à nous les joindre** (en pièce-jointe de ton de ton mail ou via des sites de transfert comme [Smash](https://fr.fromsmash.com/), [Wetransfer](https://wetransfer.com/) // ou alors via des espaces partagés comme Dropbox ou Google Drive).

**Enfin si tu peux indiquer les liens des contenus que tu évoques** c’est top ! Et identifier les photographes pour les crédits ;)

1. **[HELLO] Salut peux-tu te présenter rapidement :** (Prénom, âge, club, ville/village ou tu es confiné, disciplines pratiquées, temps passé à l'eau chaque semaine en moyenne (avant le confinement évidemment), etc...
2. **[CA GAZ ?] Cela fait plus de trois semaines que tu es confiné : comment vas-tu? Comment vis-tu cette période inédite ?**
3. **[+++++] Quel est l’aspect le plus positif de ton confinement ?**
4. **[-----] Quel est le plus négatif ?**
5. **[CHANGER LE MONDE] On entend beaucoup dans les media que « rien ne sera plus jamais comme avant »**(une fois le confinement terminé). **Demain, une fois « déconfiné » qu’est-ce que tu aimerais voir changer dans le monde d’hier** (celui d’avant le confinement)**?**
6. **[EVOLUER] Est-ce que tu penses que l’expérience du confinement t’a changé ? Si oui en quoi le toi « d’après » sera différent du toi « d’avant » ?**
7. **[LIBERTE] Quelle est la première chose que tu aimerais bien faire une fois le confinement terminé ?**
8. **[RETOUR A L’EAU] Décris-nous ta session idéale de reprise une fois le confinement levé ?**
9. **[LA LIGUE] Des idées/suggestions sur ce que pourrai faire la Ligue de Bretagne de Surf pendant le reste de la période de confinement ? Sur ce qu’elle pourrait faire une fois le confinement levé ?**
10. **[SANTE & FORME] Ton conseil pour garder la pêche au quotidien?**
11. **[CUISINE] Ton plat du confinement ? Qui est le chef qui le prépare chez toi ? Accepte-il de donner sa recette ?? ;)**
12. **[MUSIQUE] La playlist que tu écoutes en boucle pendant ce confinement?** *(1, 2, 3, etc……. Chansons et à quelle occasion tu les écoutes)*
13. **[CULTURE] Si tu écoutes des podcasts peux-tu en conseiller? Peux-tu recommander un ou des livres que tu as lu dernièrement ?** (Essai, Roman, BD, Manga…)
14. **[DIVERTISSEMENT] Un ou des films à voir ou à revoir dans cette période particulière? La série que tu regardes en ce moment ou celle que tu conseillerais de regarder?**
15. **[BE SOCIAL] Une idée de jeu pour s’amuser & passer du temps avec d’autres personnes confinées ?** (Sous le même toit ou à distance).
16. **[RIRE UN COUP]** [Parce que « Rigoler c’est la santé ! »](https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=zoom-therapie-par-le-rire) **Ton conseil pour se taper des barres chaque jour ?** (Une blague si tu en as une bonne en réserve, un artiste ou un compte à suivre, etc…)