

# JOURNAL DES ANCIENS CONFINES

## Silhem Boussehaba

J'ai travaillé à la MJC en 2014. J'avais effectué un stage BP JEPS «Loisirs tous publics».

J'ai été animateur secteur jeunesse. Je suis resté 9 mois avant de partir pour de nouveaux horizons.

J'ai décidé de reprendre mes études en psychologie. Je donne également quelques cours de danse hip-hop et je me suis lancé dans les records mondiaux de gainage !

J'habite toujours à Dijon.

Une belle expérience, c'était l'une de mes premières expériences professionnelles. Ça a été formateur pour la suite de ma carrière. C'est cette expérience qui fait un peu de ce que je suis actuellement.

Le confinement, je le vis bien, je continue de faire beaucoup de sport et de réviser (partiellement obligé). Je suis également un grand lecteur, mais je n'ai pas attendu le confinement pour prendre cette bonne habitude. Je suis confiné avec ma mère dans un appartement en ville à Dijon.

Occupez-vous, il y a tellement de choses à faire, du sport. Sinon il y'a internet, c'est un monde extrêmement vaste. On peut y apprendre tout et n'importe quoi, se distraire pendant des heures ou apprendre pendant des heures, à votre guise.

Vous pouvez sortir 1h, prenez le temps de continuer de marcher, ça vous permet de vous dépenser et de se vider la tête.