

« La famille, les amis et la pasta »

Auteure Anne-Catherine Rizzo - Éditions Oskar 2025

Animation « S'écrire à soi-même »

Durée 15 min. pour écrire
15 min. pour échanger

Pour les seniors

Imaginez que vous avez entre 10 et 12 ans, qu'est-ce que vous aimeriez vous dire ?

Comme dans le livre, écrivez-vous une lettre. Une fois terminée, lisez votre lettre, ou le passage que vous désirez, au reste du groupe. Demander ce qui les touche ou qui les surprend.

Mots inspirants

J'ai appris la...

patience
persévérance
confiance
gratitude
amitié
sagesse
bienveillance
...

Souvenirs précieux

vacances
anniversaires
rencontres
famille
école
défis
travail
...

Les conseils que j'ai envie de donner

ose
profite
écoute
partage
pardonne
persévère
fais-toi confiance
...

Exemple de lettre :

Chère/Cher MOI de 11 ans,

J'aimerais te dire de ne pas t'inquiéter pour car finalement j'ai
Tu ne le sais pas encore mais.....

Je suis fière de toi car.....

Maintenant qu'une grande partie de ma vie est derrière, j'aurais aimé te dire
de..... car.....

Tu as commis quelques erreurs mais ce n'est pas grave, je ne t'en veux pas.

Tu sais, je crois bien que je vais encore réaliser « notre » rêve, je vais...

Je t'aime tout fort,

Ton MOI de ans