



## *Exercices pour atteindre nos buts en s'amusant !*

Choisissez un endroit calme, où vous ne serez pas dérangés, avec votre boisson favorite et une musique douce. Puis installez-vous confortablement, avec votre plus belle plume ou votre stylo favori et un cahier. Je vous suggère aussi de prendre un calendrier mural, où rien n'est inscrit au dos, afin de pouvoir écrire en gros, toutes les choses importantes que vous voulez faire, où à ne pas oublier etc. Ainsi vous pourrez le suspendre discrètement, avec les images au-devant..

- 1) La 1<sup>ère</sup> page de votre cahier est importante, car elle doit vous représenter. Par exemple, mettez votre nom, une photo, une phrase qui est important pour vous, etc

Exemple :

# ROSEMARIE



**Il y quelque chose de pire que de ne pas avoir réussi ...**

**... c'est de ne pas avoir essayé**

Lorsque tout semble être contre vous et que vous pensez ne pas pouvoir tenir une minute de plus, n'abandonnez jamais, car c'est justement le temps et l'endroit où les vents vont tourner.

Harriet Beecher Stowe

2) Ensuite, écrivez-vous une lettre, comme à une vieille amie,

Exemple : Chère .....Rosemarie

Toi qui a vécu cette année 2008 avec moi, avec tous ces hauts et ces bas, avec tous ces moments de bonheur, mais aussi avec des moments difficiles, nous avons ris et nous avons pleuré ensemble. Je te remercie d'avoir été toujours à mes côtés, car pendant toute cette année où.....

Puis finissez en mettant le lieu et la date du 31 décembre 2008

Mettez cette lettre dans une enveloppe puis collez-la sur la 2<sup>e</sup> page, avec interdiction de la regarder jusqu'au 1<sup>er</sup> janvier de l'année prochaine.

*La semaine prochaine, nous verrons pour continuer les exercices....*

*En attendant, je vous souhaite de passer encore quelques bonnes journées de fêtes, sous la neige...ou au soleil !bonne Année 2009 !!!!*