



A vos crayons ! N°3



Pour cette 3^{ème} séance, je vous propose de rester dans la description détaillée. N'hésitez pas à noter avec précision ce que vous voyez, comme par exemple, la couleur d'un objet, sa consistance, son utilité, etc. Ce que vous ressentez, quelles émotions...

Vous êtes prêts ?

- *Mon ou mes occupations préférées (détaillez le « pourquoi »)*
- *Ce que je voudrais être (physiquement, de caractère...)*
- *Ce que je voudrais faire ou savoir faire et pourquoi (métier, loisirs...)*
- *Description de mes héros (ils peuvent être de fiction ou réels)*
- *Le ou les dons que j'aimerais avoir et pourquoi (amusez-vous !)*
- *Ce que je déteste par-dessus tout (je vous propose ici de réserver une page pour cette liste afin de la compléter sur quelques jours)*
- *Ce que j'adore par-dessus tout (idem, et n'hésitez pas à détailler le « pourquoi »)*

Comme les séances précédentes, je vous propose de vous relire le lendemain et de souligner les mots ou phrases qui vous semblent le plus important.

Je vous souhaite un agréable moment « d'évasion » et à la semaine prochaine !

Prenez bien soin de vous et de vos proches.