

**Lettre à voyager dans le temps :**  
**Feuille de préparation**

Date d'aujourd'hui : .....

Nombre de jours confinés à la maison? .....  
(Les vacances de printemps ont fini le 30 mars....)

***Comment je me sens? Pourquoi?***

.....

.....

.....

***Qu'est-ce que je fais pour m'occuper à la maison?***  
*(activité dedans/dehors, travail, jeu, tâches ménagères,...)*

.....

.....

.....

***Qu'est-ce qui me manque le plus?***  
*(Qu'est-ce que j'aimerais pouvoir faire mais que je ne peux pas)*

.....

.....

.....

**Qu'est-ce qui est le plus difficile pour moi en ce moment?**

.....

**Y a-t-il quelque chose de positif pour moi en ce moment ? Explique.**

.....

**Est-ce que cette expérience m'apprend quelque chose  
(sur moi, sur le monde, sur la vie en général)? Explique**

.....

.....