



«  
Les rêves  
de jeunesse  
non réalisés  
reviennent  
toujours  
nous hanter.

A chacun son  
histoire



## LES MOMENTS DE MA VIE

Retournez dans vos souvenirs et inscrivez pour chaque tranche d'années, les événements marquants qui l'ont teintée.

Notez vos réussites, les moments où vous étiez fier(ère) de vous, où vous vous êtes sentis heureux et importants. Recherchez ensuite les points en commun entre ces événements.

**70–80 ans**

---

**60–70 ans**

---

**50–60 ans**

---

**40–50 ans**

---

**30–40 ans**

---

**20–30 ans**

---

**10–20 ans**

---

**0–10 ans**

Qu'est-ce qui vous remplissait de joie?  
d'énergie?

---

---

---

---

---

Allez plus loin : sortez vos albums photo  
à différents âges, que voyez-vous?

---

---

---

---

---

Qui étaient vos héros?

---

---

---

---

---

Quelles personnes vous inspiraient?

---

---

---

---

---

Quels étaient vos passe-temps préférés?

---

---

---

---

---

Qui vouliez-vous devenir?

---

---

---

---

---