

KIT n°2 — LETTRE À L'ANIMAL DE MA VIE

Objectif

Explorer la relation entre l'humain et l'animal à travers la tendresse, la gratitude et la mémoire.

Encourager l'expression émotionnelle et la connexion au vivant.

Public

Enfants, adultes, familles, structures éducatives, refuges, maisons de retraite.

Durée

1h30 – possibilité d'adapter selon le groupe.

Matériel

Papeterie, enveloppes, photos d'animaux, crayons ou feutres.

Déroulé

1. **Éveil sensoriel** : regarder une photo ou penser à un animal marquant.
2. **Partage oral** : que m'a apporté cet animal ? que représente-t-il ?
3. **Écriture libre ou guidée** : une lettre, un souvenir, une reconnaissance.
4. **Temps symbolique** : lecture, collage ou dépôt dans une "boîte à lettres du vivant".

Consigne principale

Écris une lettre à un animal qui a compté pour toi — un compagnon, un oiseau aperçu, un animal totem.

Dis-lui ce que tu aimerais lui dire : merci, pardon, souvenir, amour, transmission...

Prolongement

- Créer un **arbre des liens** où chaque lettre devient une feuille.
- Possibilité d'intégrer le texte au **recueil Le Grand Lien – animaux & gratitude**.