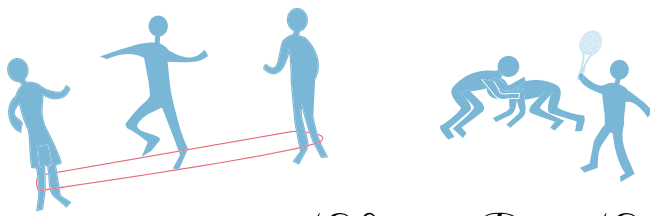


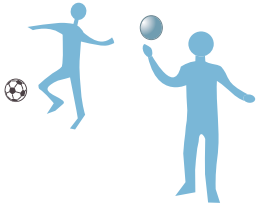
Le 1^{er} septembre 2008



Chère Lia, Cher Tio,

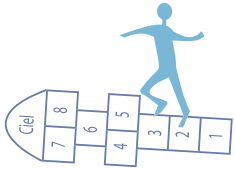


Lais-tu que bouger peut t'apporter du bien-être et te permettre de te sentir mieux, de te sentir plus à l'aise avec les autres ?



En grandissant,
Tu peux choisir de faire du vélo, de danser, de jouer au ballon.

Tu peux rencontrer des nouveaux copains, découvrir des activités, des sports, des lieux que tu as envie de connaître.

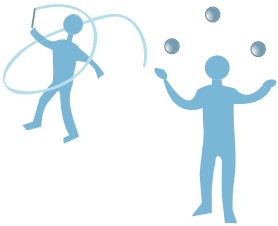


Maintenant, tu peux participer seul aux activités sportives, sans tes parents. Ces moments de sport t'appartiennent.



Tu n'as pas toujours les mêmes idées que les autres et tu as du plaisir à trouver tes solutions en respectant tes copains.

C'est ce qui va te permettre de bien vivre avec les autres.



Ce que tu apprends, ce que tu lis, ce que tu vis, les personnes que tu rencontres, t'aideront à être bien.

Et pour en savoir plus lis les autres lettres de Claude, la médecin et de Delphine la diététicienne.

Françoise Zejgman

La psychologue **USEP**