

Eu, în perioada aceasta

Scrie, desenează sau dictează. Alege numai întrebările la care vrei să răspunzi.

Data, dacă vreau s-o păstrez:

Un desen despre mine sau despre un loc preferat

Ce îmi place să fac acum?

Ce mă face să râd?

Ce aș vrea să învăț sau să încerc?

Ce pun în capsulă

Păstrează cutia sau plicul în casă, într-un loc uscat. Nu pune lucruri umede, alimente sau baterii.

Data la care vrem s-o deschidem:

Unde o păstrăm și cine știe locul:

Lucrurile alese și de ce le-am pus:

1.

2.

3.

4.

5.

Putem schimba conținutul sau data. Dacă vreau să scot ceva personal, nu trebuie să aștept.

Pentru mine, mai târziu

O scrisoare poate avea doar câteva cuvinte. Poți folosi și desenul în locul textului.

Acum vreau să-mi amintesc de...

Mă întreb dacă atunci...

Un mic desen pentru mine