



Aa



À : esther.choffard@ep.fl.ch ; jakob.mollet@he-ia.fr

De : paulette.pointu@univ-fr.ch

Objet : **Marcher en forêt aide à réfléchir**

17.09

Chère Esther, Cher Jakob,

J'ai trouvé ! J'ai une idée ! Je sais où nous allons déplacer les créatures ! L'idée m'est venue ce matin. J'étais si inquiète que j'ai décidé d'aller me promener en forêt, à Neirivue, pour mieux réfléchir. J'ai lu que marcher en forêt diminuait le rythme cardiaque, améliorait la concentration et atténuait les anxiétés. C'est clair que la nature est bonne pour la santé... Et puis j'aime les lieux calmes, sans agitation.

L'idée m'est venue grâce à un livre que je viens de terminer, « La lettre volée », d'Edgar Allan Poe. Et aussi grâce à notre exposition au MHNF...

Je n'en dis pas plus : on se verra ce soir à la planque, je vous expliquerai tout.

Bel après-midi à vous deux !

Paulette