

5. Mit csinál jól a társad? Elismerő szavak

A dicséret és a biztató szavak a legjobbat adják; a szeretet intimitását, az elfogadás biztonságát. Bensőséges légkört teremtenek, és begyógyítják sebeinket.

Gondoljátok át, miben nagyon jó a társatok, mit csinál a mindennapokban a legnagyobb természetességgel a kapcsolatotokért! Dicsérjétek meg ezekért!

Melyik dicséret esett a legjobban vagy lepett meg a legjobban Téged? Írjátok le, ami a legjobban „megérintett” Titeket!

Szerelmes túrázók neve:

Szerelmi kalandtúra

Éltető sodrásban...

2018. február 1-13.
Pécs

Szeretnétek részt venni a február 17-én 18 órától szervezett gyertyafényes vacsora sorsolásán?

- IGEN, ha nyerünk elmennénk. Telefonszámunk:

- NEM, nem tudunk/szeretnénk ott lenni.

Ha a feladatokkal kapcsolatban bármi kérdés felmerül, írjatok a **kriszti.revai@gmail.com** e-mail címre, illetve hívjátok a **06/30 824-33-08**-as telefonszámot!

A kitöltött és beszkenelt menetleveleket február 13-ig a **laszlorevai@gmail.com** címre várjuk. Sorsolás február 14-én lesz. A nyertesek névsorát közzétesszük, és e-mailben értesítjük őket.



1. Kirándulás: minőségi idő

A minőségi idő lényege az együttlét. Ez nem csupán fizikai közelséget jelent. Együtt csinálunk valamit és teljes figyelmünket a másiknak szenteljük

Fogjátok meg egymás kezét, élvezétek a természetet és a csendet! Beszélgetsetek! Hallgassátok végig egymást! Tervezzetek egy következő találkozót, amit kettesben tölthettek!

Túra leírása:

A kirándulás célja a Jakab-hegy oldalában az Éger-tető alatt található Mohosi-kiskút. Túrátokat az Éger-völgy parkolójából, vagy a Teca mama kisvendéglő előtti parkolóból kezdhettek. A nagyjából 1,5 km-es túra végig a zöld sáv jelzésen halad. Bármelyik parkolóból indulva a kis tó mellett kell elhaladni, majd a zöld sáv jelzést követve egy patakon átugorva folytatjuk utunkat a Jakab-hegy oldalában fekvő szerpentinre. Hamarosan egy szép, mohás szakaszhoz érkeztek, amelynek a végében, még az Éger-tetőre vezető utolsó emelkedő előtt meglátjátok a szépen kiépített forrást padokkal. Itt egy idézetet fogtok találni, ennek a szerzőjét kérjük a menetlevélre felírni. Ha van kedvetek, készíthettek közös fényképet! Visszafelé szintén ezt az utat tudjátok használni, vagy ha felmentek Éger-tetőre, a játszótér mögött induló jelzetlen utakon is vissza lehet jutni a parkolóba.

2. Napi ölelés: érintés, közelség fontossága

Mindenki vágyik a szeretetteljes érintésre.

Egyszerű a feladat, öleljétek meg egymást naponta minimum 4-szer! Minden teljesített ölelésért egy négyzetbe tegyetek pipát!

Szombat	Vasárnap	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Kedves figyelmességek, amit megteszek a másik kedvéért: szívességek játéka

Tegyünk valamit a társunk öröméért! „Ha igazán szeretsz valakit, mindenképp áldozatot kell hoznod érte.” (Teréz anya)

A szeretetet nem csupán kapjuk, azáltal hozza az igazi örömet az életünkbe, hogy – sokszor áldozatok árán – adjuk is.

Írjátok fel két különböző színű papírlapra 3-3 egyszerű kérést, amit a mindennapokban elvégeztek, de örömmel vennének, ha társatok segítene benne pl. vacsorát készítené, megfürdetné a gyerek(ek)et, elmosogatna, kiporszívózná az autót stb.! Tegyétek be a papírokat egy tálba/befőttes üvegbe, ahonnan húzzatok ki hetente egyet! Ne áruljátok el, csak igyekezzetek teljesíteni a kérést! Egy hét elteltével beszéljétek meg, hogy mit vettetek észre, melyik kívánságotok teljesült!

Írjátok le a hét elteltével, hogy mi volt a kérésetek, esetleg azt is, hogy teljesült-e!

4. Lepd meg a párodát egy apró ajándékkal: szeretetünk kézzel fogható jele

Egy ajándék mindig azt jelzi figyelek Rád, fontos vagy nekem.

Próbáld kitalálni mi az, aminek a társad örülne! Ez lehet egy tábla csoki vagy egy mozijegy, cukrászdában egy sütemény, egy kettesben töltött este megszervezése – bármi, amivel úgy érzed, figyelmességeddel a társadnak örömet okozol. Ha nem sikerül, ne add fel! Találd meg a megfelelőt...

Írjátok le mi volt az ajándék, amit kaptatok!