



LETNIE ZASILANIE RELACJI

Wakacyjny codziennik dla małżeństw

ZASADY:







1. Zadanie wykonuję JA, nie rozliczając drugiej strony, jeśli jej nie wyjdzie
2. Jeśli spędzamy czas akurat oddzielnie - wymyślamy, jak je wykonać używając telefonu, smsa, maila, poczty itd.

KOCHAJ, DZIAŁAJ, BĄDŹ
małgorzata-rybak.pl



<p>Sobota 1 lipca</p> <p>Na wieczór we dwoje zorganizuję Ci Twój ulubiony napój. Na co masz ochotę?</p>	<p>Niedziela 2 lipca</p> <p>Gdzie w domu jest miejsce, w którym w ciągu dnia możemy usiąść razem przytuleni do siebie przez 15 minut?</p>
<p>Sobota 8 lipca</p> <p>Pogapimy się w gwiazdy. Na dworze, na balkonie albo przez okno.</p>	<p>Niedziela 9 lipca</p> <p>W co zagramy? W piłkę, badmintona, okręty, statki?</p>
<p>Sobota 15 lipca</p> <p>Opowiedz mi o Twoich najlepszych wakacjach z dzieciństwa</p>	<p>Niedziela 16 lipca</p> <p>Co zawsze zabierałeś/aś ze sobą na wakacje, gdy byłeś/aś dzieckiem?</p>

<p>Poniedziałek 3 lipca</p> <p>Kiedy załatwiam z Tobą sprawę – włożę w to słowo „proszę” i „dziękuję”</p>	<p>Wtorek 4 lipca</p> <p>Zrobię coś dzisiaj dla Ciebie, by Tobie było lżej. Nie musisz zauważyć.</p>	<p>Środa 5 lipca</p> <p>Komplement. Może być smsem, mailem, telefonem albo osobiście.</p>	<p>Czwartek 6 lipca</p> <p>Gdybyś dzisiaj zniknął/zniknęła z mojego życia, brakowałoby mi... Dziękuję, ze jesteś.</p>	<p>Piątek 7 lipca</p> <p>Jaki wakacyjny deser sobie dziś zafundujemy?</p>
<p>Poniedziałek 10 lipca</p> <p>Opowiedz mi: czego nie lubisz w pakowaniu? Jak możemy to zminimalizować?</p>	<p>Wtorek 11 lipca</p> <p>Za czym w naszym domu tęsknimy, wyjeżdżając z niego?</p>	<p>Środa 12 lipca</p> <p>Jaki prezent do domu możemy sobie sprawić, by mieć więcej „czasu dla nas”?</p>	<p>Czwartek 13 lipca</p> <p>Jaka wakacyjna lektura zapadła Ci najbardziej w pamięć? Dlaczego?</p>	<p>Piątek 14 lipca</p> <p>Zapraszam Cię dziś na kawę.</p>

<p>Poniedziałek 17 lipca</p> <p>Opowiedz mi: Czego potrzebujesz ode mnie w tym czasie swojego życia?</p>	<p>Wtorek 18 lipca</p> <p>Mąż: Dam Ci czas na Twoją aktywność fizyczną – kiedy można ją wpisać na stałe do kalendarza?</p>	<p>Środa 19 lipca</p> <p>Żona: Dam Ci czas na Twoją aktywność fizyczną – kiedy można ją wpisać na stałe do kalendarza?</p>	<p>Czwartek 20 lipca</p> <p>Opowiedz mi: Jakiego marzenia jeszcze nie spełniłeś/aś?</p>	<p>Piątek 21 lipca</p> <p>Wspólny wieczór, którego nie zabiorą nam telefony, prace domowe i inne końce świata?</p>	<p>Sobota 22 lipca</p> <p>Opowiedz mi: czego by Ci było najbardziej żal, gdyby jutro nie nadeszło?</p>	<p>Niedziela 23 lipca</p> <p>Rowery? Basen? Wspinaczka? Bieganie?</p>
<p>Poniedziałek 24 lipca</p> <p>Co dzisiaj było dla Ciebie trudne? Jak mogę Ci pomóc?</p>	<p>Wtorek 25 lipca</p> <p>A dzisiaj zrobię Ci jakiś kawał. ☺ (pomyśl o psotach z dzieciństwa)</p>	<p>Środa 26 lipca</p> <p>Dzień dobrych słów. Kto z nas powie więcej dobrych słów o drugiej stronie?</p>	<p>Czwartek 27 lipca</p> <p>Jaką książkę chciał(a)byś ode mnie dostać w prezencie?</p>	<p>Piątek 28 lipca</p> <p>Dzień pocałunków bez powodu. Najlepsze będą „znieński” – bo znieńska.</p>	<p>Sobota 29 lipca</p> <p>Co możemy dziś sobie odpuścić, by zyskać godzinę czasu tylko dla nas?</p>	<p>Niedziela 30 lipca</p> <p>Śniadanie do łóżka. Może zrobią nam je dzieci?</p>
<p>Poniedziałek 31 lipca</p> <p>Za jaki Twój zwykły codzienny gest jestem Ci szczególnie wdzięczny/a?</p>						



	Wtorek 1 sierpnia Jakie Twoje małe wakacyjne marzenie możemy spełnić?	Środa 2 sierpnia Niech nasze dzieci zobaczą, że umiemy trzymać się za ręce.	Czwartek 3 sierpnia Jaką płytę chciał(a)byś dostać ode mnie w prezencie?	Piątek 4 sierpnia Zrobię dziś o jedną rzecz więcej, byś Ty nie musiał(a) jej robić.	Sobota 5 sierpnia Zatroszczę się o Twoją „chwilę dla siebie” – aby możliwy był potem nasz spokojny „czas dla nas”	Niedziela 6 sierpnia Czego Ty dziś najbardziej potrzebujesz?
Poniedziałek 7 sierpnia Co najbardziej cieszy Cię w naszym życiu?	Wtorek 8 sierpnia Herbata, kawa, lody? Nieważne co, ważne, że będziemy mieli znowu chwilę dla siebie.	Środa 9 sierpnia Posłucham dziś Ciebie bez oceniania. Wejdę w Twoje buty.	Czwartek 10 sierpnia Czy nasz dzień mógłby zaczynać się i kończyć pocałunkiem?	Piątek 11 sierpnia Zdejmę dziś z Ciebie jakiś ciężar. Mogę, ale nie muszę Ci o tym mówić.	Sobota 12 sierpnia Zanim się zezłoszczę, opowiem Ci, czego dzisiaj potrzebuję najbardziej.	Niedziela 13 sierpnia Czy dzieci znowu mogą nam podać śniadanie do łóżka?
Poniedziałek 14 sierpnia Teatr? Kino?	Wtorek 15 sierpnia Opowiedz mi, czego się najbardziej obawiasz?	Środa 16 sierpnia Jakie Twoje cechy sprawiają, że jesteś dla mnie kimś wyjątkowym?	Czwartek 17 sierpnia Zrobię sam(a) to, w co z wygody chciał(a)bym zaangażować Ciebie.	Piątek 18 sierpnia Zapytam Ciebie o zdanie, żeby nie planować bez Ciebie.	Sobota 19 sierpnia Za czym tęsknisz najbardziej w naszym codziennym życiu?	Niedziela 20 sierpnia Odtworzymy coś, co było obecne na naszych randkach przed naszym ślubem.

<p>Poniedziałek 21 sierpnia</p> <p>Swoim „dziękuję” docenię także Twoją dobrą intencję (zamiast „wypominek” ☺)</p>	<p>Wtorek 22 sierpnia</p> <p>W jakim stroju/kolorze lubisz mnie najbardziej? Tak się jutro ubiorę.</p>	<p>Środa 23 sierpnia</p> <p>Rusz się i zrób coś dla swojego ciała. Ja dam Ci na to czas.</p>	<p>Czwartek 24 sierpnia</p> <p>Niespodzianka, choćby najmniejsza.</p>	<p>Piątek 25 sierpnia</p> <p>Nasz wspólny posiłek we dwoje (Śniadanie? Obiad? Deser? Kolacja?)</p>	<p>Sobota 26 sierpnia</p> <p>Z czym dobrym kojarzy mi się miejsce, w którym akurat jesteśmy?</p>	<p>Niedziela 27 sierpnia</p> <p>Co dla naszej relacji możemy zabrać z czasu wakacyjnego do zwykłych dni?</p>
<p>Poniedziałek 28 sierpnia</p> <p>Pomogę Ci dzisiaj w tym, co sprawia Ci szczególną trudność.</p>	<p>Wtorek 29 sierpnia</p> <p>Jakie miejsce w domu zarezerwujemy dla naszych codziennych spotkań we dwoje?</p>	<p>Środa 30 sierpnia</p> <p>Dzień przytulenia z zaskoczenia.</p>	<p>Czwartek 31 sierpnia</p> <p>Zbieramy nasze pamiątki: Jestem Ci szczególnie wdzięczny/a w tym czasie za...</p>	