



Un temps  
d'échange à 2  
pour approfondir  
votre lien



## MODE D'EMPLOI

- OÙ ? Dans un endroit calme où vous vous sentez bien.
- COMMENT ? Répondez aux questions chacun de votre côté. Puis, chacun votre tour, exprimez ce que vous ressentez, à la 1ère personne du singulier.
- POUR FINIR : partagez ce que cet échange vous a apporté et comment vous vous sentez.



## LOVE ATTITUDE

- Ecoute bienveillante
- Respect de la parole de l'autre
- Désir de renforcer votre relation

Faire un point de temps en temps. Ne pas hésiter à se dire ce qui va bien !



**1** Que vous partiez ou pas en vacances, quelle serait votre habitude heureuse à prendre ensemble ?

Profiter de la douceur du soir pour faire une balade, s'organiser un repas/apéro amoureux, se prendre dans les bras longuement, tout simplement...aller voir le coucher de soleil, prendre son café tous les matins ensemble ...

---

**2** Pour vous aider à trouver votre « rituel-plaisir », souvenez-vous de vos premières vacances, des moments heureux ensemble, de ce vous aimiez partager...

Peut-être aviez-vous des rituels que vous aimeriez retrouver ?

---

**3** Et aujourd'hui, quelles sont vos envies ?