

## 5. SZERELMES LEVÉL

Írjatok egy levelet a Párotoknak, hagyományosan papírlapra, kézzel!  
*Mit érzek, amikor reggel melletted ébredek?*



## JOKER



Jokerfeladat a honlapon.  
Ezt a feladatot elvégezhetitek bármelyik másik feladat helyett.



TARTALMAS, VIDÁM EGYÜTT TÖLTÖTT IDŐT KÍVÁNUNK!

# Szerelmi KALANDTÚRA

### TOVÁBBI INFORMÁCIÓK ÉS ELÉRHETŐSÉGEK

- szerelmi-kaland-tura.hu
- szerelmikalandtura@gmail.com
- 30/824 3308 (Révai Krisztina)
- Közösségi média: [instagram.com/szerelmikalandturapecs](https://www.instagram.com/szerelmikalandturapecs)  
[fb.com/szerelmikalandturapecs](https://www.facebook.com/szerelmikalandturapecs)  
[bit.ly/szkpecs](https://bit.ly/szkpecs) (FB-csoport)

## Kalandtúrázók



Telefon/e-mail	
Honnan játszottok (helység neve)?	

A Borostyán Egyesület az általatok megadott adatokat kizárólag a Szerelmi kalandtúra játékban való részvétel kapcsán használja fel. Kijelentem, hogy a menetlevél a szerelmikalandtura@gmail.com e-mail címre történő elküldésével hozzájárulok adataim kezeléséhez.

## 1. KIRÁNDULÁS A TERMÉSZETBEN

Fogjátok meg egymás kezét, és menjetek el kettesben kirándulni! Élvezzétek a természetet és egymás közelségét! Beszélgetsetek, hallgassátok meg egymást!

Tervezzétek egy következő találkozót, amit kettesben tölthettek!



A szerelmi-kaland-tura.hu oldalon támpontokat a beszélgetéshez illetve túrajavaslatot találhattok. A kalandtúra FB csoportjában megoszthatjátok egymással a kirándulás ötleteiteket.

Hol jártatok?

Töltsetek fel egy képet a kirándulásotokról a Facebook csoportunkban: [bit.ly/szkpecs](https://bit.ly/szkpecs)

vagy küldjétek el a szerelmikalandtura@gmail.com e-mail címre!

## 2. ÖLELÉS

„Az egyszerű túléléshez napi négy ölelésre van szükségünk. Nyolc ölelésre van szükségünk a szinten tartáshoz. A fejlődéshez napi 12 ölelés kell.”

Virginia Satir pszichoterapeuta.



Sokatmondó az idézet, egyszerű a feladat, sokunknak mégis igazi kihívás: öleljétek meg egymást naponta minimum 8× egy héten át, minden nap! Minden teljesített ölelés után pipáljatok!

	V	H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								

## 3. PÁRKAPCSOLATI ELŐADÁS élőben vagy online

Menjetek el kettesben egy párkapcsolati témájú előadásra, vagy nézzétek meg online egyet kettesben. Az előadás után beszélgetsetek róla!



A szerelmi-kaland-tura.hu oldalon találtok néhány javaslatot, hogy melyik előadást nézzétek meg.

Melyik előadást néztétek meg?

## 4. RANDI

Jelenlétünkkel ajándékozunk meg a Társunkat!

Idézzétek fel az első randevútokat, és szervezzétek hasonlót! Ha lehet, ugyanarra vagy hasonló helyszíntre.

Mit csináltatok? Hol jártatok?

Ha szívesen megosztanátok örömeitöket a „rég-új” randival kapcsolatban másokkal, akkor készítsetek egy közös fotót, majd küldjétek el a Facebook csoportunkba: [bit.ly/szkpecs](https://bit.ly/szkpecs) vagy a szerelmikalandtura@gmail.com e-mail címre!

