

Handlungsimpuls

Freizeitaktivitäten zu zweit und ohne viel Aufwand

Treue ist möglich, wenn wir eine aktive Beziehung führen. Wenn wir die Beziehung wichtig nehmen.

Sie finden hier Ideen aus dem Behelf für Familienrunden „Paare in Beziehung“. Erhältlich unter www.behelfsdienst.at.

Kennen Sie das? Die Kinder sind im Bett und endlich ist Zeit, es sich zu zweit gemütlich zu machen. Meist legt man sich dann vor den Fernseher. Doch es gibt auch andere Dinge, die man mit seinem Partner tun kann.

Probieren Sie doch ab und zu eine der folgenden Aktivitäten aus, die wir gesammelt und für Sie aufgelistet haben.

Viel Spaß!

küssen	lachen	Sex
kitzeln	knuddeln	raufen
massieren	Geschichten erzählen	einander vorlesen
meditieren	Geschenke basteln	Briefe schreiben
Gedichte schreiben	alte Videos schauen	Computer spielen
Bilder malen	Musik hören	Musik machen
Partner fotografieren	Haus (um)planen	lernen
im Duett singen	telefonieren	reden
Freunde ausrichten	Ehe/Partnerschaft feiern	Paare-Runde vorbereiten
diskutieren	Aerobic	Gummi hüpfen
in die Kirche gehen	wandern	sonnen
tanzen	ein Wannenbad nehmen	Cocktail mixen
klettern	Gemüsegarten pflegen	Verhandlungen führen
gemeinsam duschen	essen	ins Kino gehen
einkaufen	abtrocknen	Vortrag anhören
kochen	Bruderschaft trinken	Schach spielen
abwaschen	Geld zählen	Kuchen backen
Wein trinken	Wohnung verändern	Weihnachtsgeschenke überlegen
sortieren	Fahrrad fahren	Sonnenuntergang ansehen
putzen	spazieren gehen	Urlaub planen
Fotos einkleben	Rätsel lösen	Würfelpokern
Auto waschen	Federball spielen	zweierschnapsen
Tandem fahren	Frisbee spielen	Mühle spielen
Fuchs und Henne spielen		

© Andrea Holzer-Breid

Handlungsimpuls

Schon lange nicht mehr ...

Material

Liebesgedichte, Schnapskarten, Wolle, Rätsel, Haargel und Haarbürste, Schreibzeug, Musik, Farben, Massageöl, Pudding, Flöte, Bausteine, Bügelperlen ...

Impulsgedanke

Die gemeinsame Zeit ist spärlich und wenn sie vorhanden ist, dann gibt es immer viel zu besprechen und organisieren, sodass kaum Zeit bleibt, so wie früher, einfach auch „Außergewöhnliches“ miteinander zu unternehmen!

Suchen Sie sich aus der Liste vier bis fünf Dinge aus, die Sie mit Ihrem Partner durchführen.

Schon lang nicht mehr ...

- mit dem Partner gesungen
- dem Partner etwas vorgelesen
- mit dem Partner geschnapst
- gegenseitig gekitzelt
- miteinander eine Kordel gedreht
- zusammen ein Rätsel gelöst
- die Haare des anderen gestylt
- für den anderen einen Brief / ein Gedicht geschrieben
- gemeinsam Gymnastik gemacht
- miteinander Walzer getanzt
- gemeinsam ein Bild gemalt
- den Partner massiert
- den Partner ausgiebig geküsst
- gegenseitig gefüttert
- sich gegenseitig Witze erzählt
- über die Sinnhaftigkeit der Gartenzwerge diskutiert
- gemeinsam Flöte gespielt
- gemeinsam Duplo gebaut
- gemeinsam ein Bügelbild gestaltet
- ...

© Andrea Holzer-Breid, in: *Paare in Beziehung. Impulse für Paar-Gruppen / Familienrunden* | erhältlich unter www.behelfsdienst.at

Texte

Ich wage es

Ich wage es, ich selbst zu sein
Und nicht der Mensch, den du
haben möchtest.

Ich wage es, deine Wünsche
nicht zu erfüllen, falls ich mir
dabei untreu werden muss.

Ich will bei dir bleiben
und mich trotzdem finden.

Ich wage es,
mich dir zuzumuten,
mit dem, was dir Mühe machen könnte.
Zwar werde ich mich immer wieder ändern,
aber nicht so, wie du mich haben willst,
sondern so, wie mich mein Weg
in die Reife führt.

Ich kann so wagemutig sein,
weil ich ein tiefes Vertrauen in die
Kraft unserer Beziehung habe.

Ulrich Schaffer

Nie sollen Liebe und Treue dich verlassen

Nie sollen Liebe und Treue dich verlassen;
binde sie dir um den Hals,
schreib sie auf die Tafel deines Herzens!
Dann erlangst du Gunst und Beifall
bei Gott und den Menschen.

Bibel, Buch der Sprichwörter, Spr 3,3-4

Die Station „Treue“ wird betreut von Mag.^a Andrea Holzer-Breid

Referentin für Bildung bei **BEZIEHUNGLEBEN.AT** (Abteilung Beziehung, Ehe und Familie im Pastoralamt der Diözese Linz)
www.beziehungleben.at | andrea.holzer-breid@dioezese-linz.at