



www.lotus-bouche-cousue.fr

Love challenge

31 façons de dire **je t'aime**

Jour 1

S'inscrire à une activité ensemble (un cours de salsa, un saut en parachute etc.).

Jour 2

Faire un câlin dans un endroit encore jamais essayé (même si c'est une pièce de votre appartement).

Jour 3

Trouver un endroit pittoresque, et y regarder un coucher de soleil ensemble.

Jour 4

Ecouter une musique douce, et danser tous les deux dessus.

Jour 5

Laisser un mot doux quelque part (dans son ordinateur, vers sa brosse à dents etc.).

Jour 6

Prendre le temps de passer toute une matinée sous la couette à deux !

Jour 7

Discuter toute une soirée jusqu'à tard pour prendre le temps parler de ses envies (aussi futiles soient-elles).

Jour 8

Assister à un concert ensemble (ou une pièce de théâtre comique).

Jour 9

Se promener dans un parc, et prendre des photos ensemble.

Jour 10

Prendre la voiture une journée et visiter la région, en chantant à tue-tête des chansons légères.

Jour 11

Se blottir contre lui/elle sur le canapé et regarder un film à l'eau de rose.

Jour 12

S'organiser à deux une soirée crêpe party devant un Disney.

Jour 13

Se complimenter tout au long de la journée, et ne faire aucune critique durant la journée.

Jour 14

Sortir quelque part et être démonstratifs (petit bisou, se prendre la main, regards etc.).

Jour 15

Réaliser ensemble une nouvelle recette dans votre cuisine.

Jour 16

Prendre un bain ou une douche ensemble.

Jour 17

Faire un jeu de société à deux type puissance 4 (être second degrés sinon c'est vite ennuyeux !)

Jour 18

Essayer quelque chose de nouveau dans la chambre ;)

Jour 19

Aller au resto et se faire beau/belle comme on n'a pas forcément le temps de l'être d'habitude.

Jour 20

Proposer une sortie à d'autres couples d'amis

Jour 21

Louer une chambre d'hôtel, même près de chez soi, pour casser la routine.

Jour 22

Ecrire une raison pour laquelle vous l'aimez par post-it, puis coller tous les post-it sur le frigo.

Jour 23

Passer toute une journée ensemble sans téléphone ou ordinateur (sauf pour faire des photos !)

Jour 24

Ressortir les photos de vos premiers rendez-vous et allez faire un «pelrinage» sur les lieux.

Jour 25

Partager un entraînement sportif (allez courir, faire du vélo etc.).

Jour 26

Se concocter une playlist de couple, que vous pourrez mettre en voiture pour que chacun soit content !

Jour 27

Lui écrire une carte postale d'amour ou sexy et la laisser dans la boîte aux lettres.

Jour 28

Se faire mutuellement un massage.

Jour 29

Acheter une nouvelle décoration pour votre chambre, ou la créer ensemble.

Jour 30

S'octroyer une journée shopping ou l'un choisit une tenue pour l'autre et sans broncher.

Jour 31

Demander à votre chéri(e) de faire son propre «love challenge» le mois suivant ;)

www.lotus-bouche-cousue.fr

*Blog lifestyle &
healthy*