

Liefde is: er samen het beste van maken

Schrijf op verschillende strookjes papier tien dingen op die je blij maken. Leg jezelf hierbij geen censuur op: ook al presteer je niets, ook al zou jouw omgeving het maar raar vinden, ook al lijken ze je volstrekt nutteloos, het volstaat dat deze dingen jou blij maken. Gaan wandelen bij valavond. Een tekening van je kat maken (ze hoeft niet gelijkend te zijn). Een ouderwetse detective lezen. Een tweedehandsmarktje afschuimen. Een handvol nieuwe Spaanse woorden studeren... Neem ze mee naar huis en stop ze in een mooi doosje: jouw verwendoos. Als je voelt dat je het nodig hebt, trek je een van die activiteiten en maak je er tijd voor, liefst nog de dag zelf.



Individuele opdracht - doe-opdracht

Liefde is: er samen het beste van maken



Voor deze opdracht moet je samenwerken! Ga op een rij staan volgens schoenmaat zonder iets tegen elkaar te zeggen.

Groepsopdracht voor 10 personen - doe-opdracht

Liefde is: er samen het beste van maken



Voer deze samenwerkingsopdracht uit: Ga rug tegen rug tegen elkaar zitten. Probeer nu samen recht te komen zonder inhaken van de armen.

Koppelopdracht - doe-opdracht

Liefde is: er samen het beste van maken

Om er in het gezin het beste van te maken, moet je samenwerken. Dat gaan we nu doen.

Neem een laken en leg het slordig op een hoopje. Ga er rond zitten en doe een blinddoek om. Iedereen houdt nu een stukje van het laken vast. Probeer het op te plooiën tot een rechthoek terwijl iedereen op zijn plaats blijft zitten.



Gezins- of familieopdracht - doe-opdracht