

Défi : je t'invite dans la situation : tu dînes chez ton boss et le plat est immangeable.

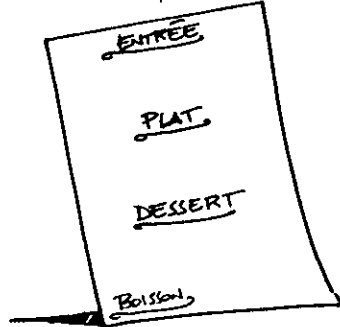
La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

Le perdant prépare un dîner aux chandelles dans les 3 jours à venir.

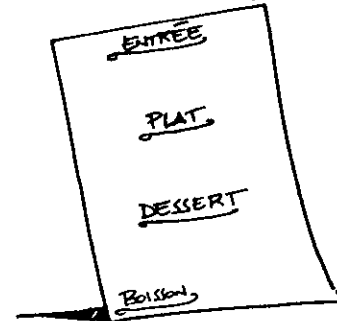
Je complète individuellement.

L'importance que j'accorde à la nourriture ? Moi : /5. Et toi, selon moi : /5.

Mon menu préféré ?



Selon moi, ton menu préféré ?



Ma spécialité culinaire ?

Selon moi, ta spécialité culinaire ?

- La plupart de nos repas en semaine :
- sont pris devant la télé
 - sont pris séparément (rythme enfants, travail...)
 - sont des moments sacrés où l'on se retrouve à 2.
 - autre :

Ensemble, on compare nos réponses. Une chose à retenir de cette discussion ?

Defi : je mine un métier que j'aurais rêvé de faire.

La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

Le gagnant aura le droit à un petit déj' au lit avant
d'aller travailler lundi prochain.

Je complète individuellement.

Mon travail, c'est en 1er : un gagne-pain une reconnaissance sociale
 une source d'épanouissement personnel autre :

Aujourd'hui, suis-je épanoui(e) dans ma vie professionnelle ?

Notre équilibre vie professionnelle/vie privée, j'en dis quoi ?

Suis-je prêt(e) à faire des compromis professionnels au profit de nous ? Le(s)quel(s) ?

Ex : télétravail ponctuel, aménagement des horaires...

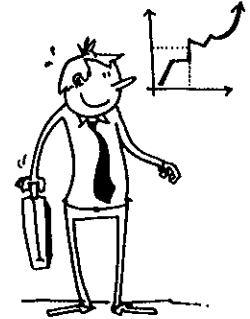
Est-ce que je trouve qu'on se parle suffisamment de nos jobs respectifs ?

De quel échec professionnel ai-je le plus appris ?

Ensemble, on compare nos réponses.

Une chose à retenir de cette discussion ?

Une chose à changer ?



Defi : j'énumère les petites choses qui, selon moi, te font rire dans la vie.

La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

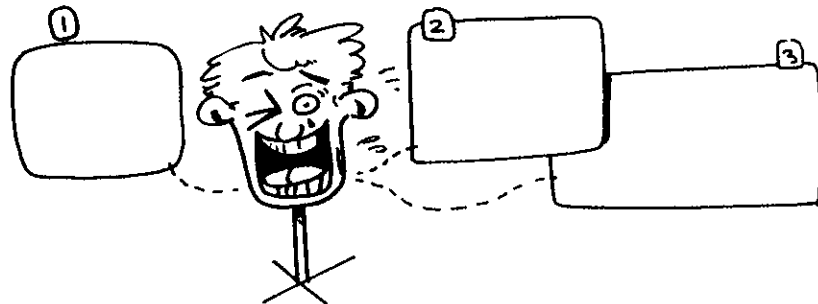
Le perdant trouve une vidéo d'un comique qui fera rire l'autre et la lui montre.

Je complète individuellement.

Quelles sont les personnes avec lesquelles j'ai le plus ri :

- enfant ?
- étudiant ?
- aujourd'hui ?

J'écris dans les bulles les 3 choses qui me font le plus rire dans la vie.



Est-ce que l'on rit assez ensemble ?

Est-ce que j'arrive à rire de moi-même ?

Et toi, selon moi ?

Ensemble, on compare nos réponses.

Une chose à retenir de cette discussion ?

Une chose à changer ?

Défi : je t'imite lorsque tu as bu 1 ou 2 verres de trop.

La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

Le perdant prépare demain soir un apéro au gagnant
(courses, cuisine, vaisselle...).

Je complète individuellement.

Quelles sont les 3 principales caractéristiques d'un apéro réussi ?

Ex : une bande de copains, de la bière, du champagne, des tapas...

Pour moi ? 1.

2.

3.

Pour toi, selon moi ? 1.

2.

3.

- L'alcool, c'est :
- un vrai plaisir
 - un moyen de décompresser
 - une boisson que je n'apprécie pas du tout
 - un problème, je ne peux plus m'en passer
 - autre :

Organisons-nous assez souvent des apéros/dîners avec des amis ?

Plus largement, faisons-nous assez la fête ? Ou au contraire, sortons-nous trop ?

Ensemble, on compare nos réponses.

Une chose à retenir de cette discussion ?

Une chose à changer ?



Defi : je t' imagine et je t' imite en train de jouer à l' âge de 5 ans.

La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

Le perdant doit faire tout de la main gauche pendant l' heure qui suit.

Je complète individuellement.

Enfant, j' étais ?

Et toi, enfant, tu étais, selon moi ?

J' identifie 1 valeur et 1 trait de caractère que mes parents m' ont transmis :

Le désir d' enfants, j' en dis quoi ?

Et toi selon moi ?



La suite de la carte est pour ceux qui ont des enfants.

Les traits de caractère	Qu' ai- je transmis de moi ?		Qu' as- tu transmis de toi, selon moi ?	
	Positif	Négatif	Positif	Négatif
Enfant 1				
Enfant 2				
Enfant 3				
...				

Ensemble, on compare nos réponses.

Une chose à retenir de cette discussion ? Une chose à changer ?

Defi : je t'imité dans la situation : je suis absent(e) ce soir, tu es à la maison.

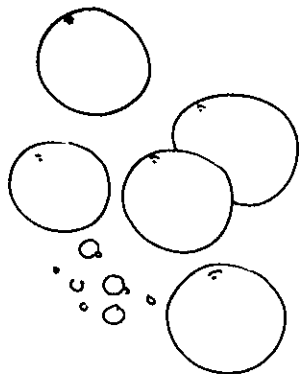
La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

Le perdant offre 15 min de son temps au gagnant.
Ex : un massage, un service rendu...

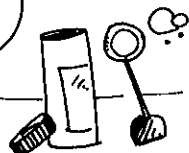
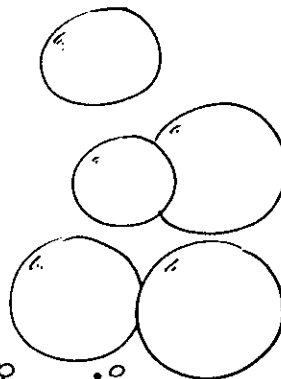
Je complète individuellement.

J'inscris dans les bulles nos espaces de liberté respectifs.
Ex : foot le mardi soir pour moi, dîner de filles tous les 15 jours pour toi...

Moi



Toi



Ensemble, on compare nos réponses.

Avons-nous assez de temps pour ces bulles d'air ?

On en choisit chacun une et on la note dans notre emploi du temps de la semaine.

Defi : je t'imité dans la situation : à une soirée, une personne soporifique ne te lâche plus.

La meilleure prestation ? Moi ? Toi ?
(La plus réaliste et drôle en tenant 30s chrono)

Lors d'un prochain dîner entre amis, le perdant doit placer les mots :
crustacé, mycose et caoutchouc.

Je complète individuellement.

Quels sont mes 3 plus gros défauts de communication ? Je donne des exemples précis.

Ex : je te coupe la parole, je veux toujours te donner des conseils, je minimise tout, je reste silencieux...

1.

2.

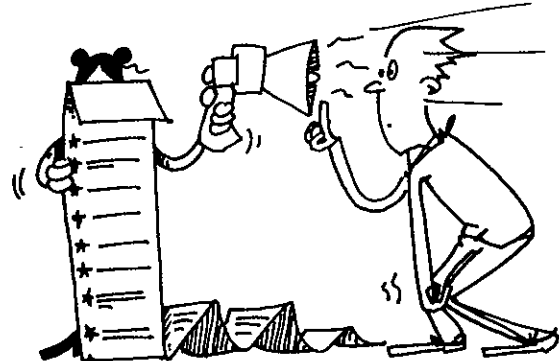
3.

Et les tiens, selon moi ?

1.

2.

3.



Ensemble, on compare nos réponses.

Une chose à retenir de cette discussion ?

Une chose à changer ?