

להעצמת הזוגיות



חמש שעות קסומות

פרידות	2 דקות ליום עבודה X 5 ימים בשבוע = 10 דקות	שאלו על דבר אחד לגבי תוכניות בן/בת הזוג ליום הקרוב
איחוד	20 דקות ביום X 5 פעמים בשבוע = 1 שעה 40 דקות	בררו איך עבר יומה/ו של בת/בן הזוג
הערכה/חיבה	5 דקות X 7 ימים בשבוע = 35 דקות	מצאו דבר אחד להעריך או לחבב אצל בן/בת הזוג כל יום ושתפו הערכה זו איתנו/ה
הפגנת חיבה	5 דקות X 7 ימים בשבוע = 35 דקות	נשיקות, נגיעות, השתובבות
פגישה	שעתיים בשבוע = 2 שעות	זמן פרטי רק עם בן/ת הזוג