

BIENVENUE

DANS VOTRE RITUEL

Vous tenez entre vos mains **votre nouveau jeu préféré** le

DÉ-CIDE POUR NOUS

Le principe est simple :

- 1 **Scannez** le QR (*vous y êtes déjà*).
- 2 **Choisissez** (*page suivante*) de jouer par catégories ou par semaine.
- 3 **Lancez le dé** de votre coffret.

Selon le chiffre obtenu, vous serez guidés vers une action, un défi ou une attention à vivre ensemble.

*Vous n'avez rien à prévoir,
juste à vous laisser surprendre.*

COMMENCER
À JOUER !



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

CATÉGORIES

MOMENTS TENDRES

Sem. 1 à 8

CRÉATIVITÉ

Sem. 17 à 24

COMMUNICATION

Sem. 33 à 40

RIRES & DÉFIS

Sem. 9 à 16

AVENTURES

Sem. 25 à 32

PETITS PLAISIRS

Sem. 41 à 52

Au fil des semaines

S.01

S.02

S.03

S.04

S.05

S.06

S.07

S.08

S.09

S.10

S.11

S.12

S.13

S.14

S.15

S.16

S.17

S.18

S.19

S.20

S.21

S.22

S.23

S.24

S.25

S.26

S.27

S.28

S.29

S.30

S.31

S.32

S.33

S.34

S.35

S.36

S.37

S.38

S.39

S.40

S.41

S.42

S.43

S.44

S.45

S.46

S.47

S.48

S.49

S.50

S.51

S.52



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 01

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Trésor d'amour

Écrire un mot d'amour spontané, le cacher et partir à la recherche de celui de l'autre.



Accord mélodieux

Écoutez une chanson enlacés, sans parler. Laissez juste vos respirations se caler l'une sur l'autre.



Nos souvenirs

Partagez à tour de rôle votre plus beau souvenir vécu ensemble.



Voeux du jour

Échangez une seule phrase chacun pour dire ce que vous vous souhaitez aujourd'hui.



Flash back

Recréez votre premier rendez-vous, même à la maison (musique, tenue, ambiance)



Premier instant

Reprenez votre première photo et refaites-la à l'identique : poses, regards, folie.

Bonus  : Comparez les. Qu'est ce qui a changé ?



INTRO



SOMMAIRE

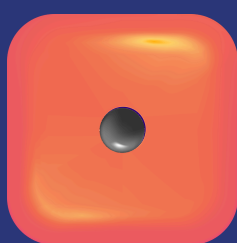


LANCER LE DÉ

SEM. 02

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Senteurs croisées

Échangez vos parfums pour une journée (tu portes le sien, il porte le tien).



Défi tactile

Les yeux bandés (ou fermés), reconnaissez 3 objets de l'autre uniquement au toucher.



Mots inavoués

Écrivez chacun un secret que l'autre ne connaît pas encore et échangez vos papiers.



Alias du jour

Donnez-vous un surnom ridicule à porter toute la journée.



Geste d'amour

Dites vous "je t'aime" chacun votre tour sans le dire, seulement par des gestes ou des regards.



Mot-Cœur

Choisissez un mot-clé qui symbolise votre couple et affichez-le sur le frigo (dans votre chambre, votre portefeuille, ou ailleurs)



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 03

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Message suspendu

Laissez-vous chacun un message vocal à écouter plus tard.



Mots qui changent

Faites vous un compliment... mais sans utiliser les mots "classiques" (beau, belle, mignon·ne, gentil·le).



Film-portrait

Chacun choisit un titre de film qui représente ou lui fait penser à l'autre et explique pourquoi.



Déclaration silencieuse

Faites vous chacun votre tour une déclaration d'amour sans parler... en mimant .



La première... mais drôle

Rejouez votre première dispute... en version comique.



Éclat Spontané

Prenez-vous en photo en train de rire, sans raison.

Bonus  : choisissez-en une à mettre en fond d'écran.



INTRO



SOMMAIRE

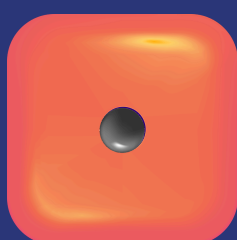


LANCER LE DÉ

SEM. 04

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Langage secret

Inventez un "mot" qui n'existe pas encore mais décrit votre lien.



Capsule du cœur

Faites une capsule souvenir : un objet, une photo, une phrase, dans une boîte à garder.



Humeur du jour

Racontez chacun votre journée en 3 émotions au lieu de 3 faits.



Message d'après

Prenez 5 minutes, réfléchissez et écrivez-vous chacun une petite lettre/mot à ouvrir dans un an.



Mission tendresse

Parlez à voix basse toute la soirée comme deux espions amoureux.



Pause à deux

Passez 3 minutes ensemble sans un mot, juste à vous observer.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 05

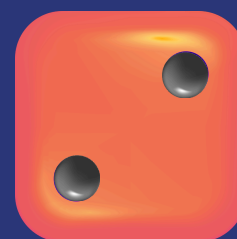
MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



En symétrie

Faites une action miroir (l'un bouge, l'autre imite lentement).



Souffle à souffle

Respirez à l'unisson pendant 60 secondes, yeux dans les yeux.



Perfect soirée

L'un écrit "le scénario d'un soir parfait", l'autre doit le réaliser (version simple).



Censure-nom / Sans-surnom

Pendant une heure, interdit de vous appeler par votre surnom. Le perdant a un gage (simple) choisi par le gagnant.



Petits bonheurs

Ensemble, listez 10 choses simples qui vous rendent heureux.



Instant volé

Faites chacun une photo de l'autre sans qu'il le sache, puis montrez-les ensemble.

Bonus  : Quelle était votre première pensée à ce moment-là ? 



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 06

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Saison du cœur

Choisissez chacun parmi les 4 saisons, celle qui représente le mieux pour vous votre relation et expliquez pourquoi.



Deux versions

Choisissez un souvenir commun et décrivez-le chacun de votre point de vue.



Parce que Toi

Pendant une minute, au lieu de dire "je t'aime", dites pourquoi vous aimez l'autre... sans jamais prononcer le mot "aimer".



Chaises musicales

Inverser vos places habituelles : canapé, lit, table. Le lendemain dites ce que ça change.



Tendre complément

Chacun écrit une demie phrase tendre. Échangez vos papiers pour compléter.



Surprise minute

Celui qui a lancé le dé doit préparer quelque chose à l'autre (version simple)



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 07

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Hiéroglyphes d'amour

Écrivez vous chacun un message sans mots : dessins, symboles, flèches... et faites deviner la signification.



Vision de l'Amour

Prenez chacun une photo d'un objet qui représente "l'amour" pour vous. Vous avez jusqu'à demain pour vos envoyer vos clichés



Nos constellations

Sortez (ou regardez par la fenêtre) et choisissez une étoile chacun. Donnez-lui un nom.



Géographie du cœur

Faites chacun un mini plan de la pièce et marquez l'endroit où vous vous êtes sentis le plus proches (*si vous ne vivez pas ensemble notez un lieu*). Comparez.



S.O.S douceur

Montrez chacun un point du corps où vous gardez le stress. L'autre pose simplement sa main dessus pendant 10 secondes.



Score du cœur

Notez chacun votre énergie perso et celle de votre couple aujourd'hui sur 10.

Bonus  : Discutez de ce qui ferait gagner +1



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 08

MOMENTS TENDRES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Effet miroir

Faites exactement l'opposé de ce que vous faites d'habitude (celui qui bouge arrête, celui qui parle écoute, etc...)



Deux versions

Choisissez un souvenir commun et décrivez-le chacun de votre point de vue.



Devine-moi ça

L'un ferme les yeux. L'autre l'emmène toucher quelque chose inattendu (eau, pierre, plante, etc). Devinez ce que c'est et échangez les rôles.



Langage des signes

Faites une conversation entière avec uniquement vos mains (zéro mot, zéro son.)



Rafale d'amour

Chacun votre tour, pendant 40 secondes, dites le plus de choses que vous appréciez chez l'autre, sans réfléchir.



Écho du Cœur

Dites-vous un mot doux en chuchotant très bas... Celui qui comprend du premier coup gagne. Et si personne ne comprend : Criez le vous !



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 09

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Accent challenge

Choisissez un accent ridicule. Pendant 3 minutes tout doit être dit dans cet accent.



Hotline du sérieux

L'un simule un appel téléphonique très sérieux. L'autre doit tout faire pour ne pas rire. Inverser les rôles.



Moi c'est toi

Pendant 2 minutes vous échangez vos personnalités.



Tetris de Couple

Faites une pose totalement improbable. L'autre doit venir se "caler" dedans comme une pièce de puzzle.



Boulette Sprint

Posez chacun une petite boule de papier devant vous. Concours : qui la pousse le plus loin en soufflant sans utiliser les mains ?



Trône partagé

Chaise musical à 2 : Mettez une musique. Vous devez vous asseoir sur le même chaise à l'arrêt du son.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 10

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Absurdo-Romantique

Décrivez vous à travers des métaphores absurdes. Ex : "Tu es comme un chargeur qui fonctionne du premier coup". Plus c'est décalé, mieux c'est.



Déclencheur de Joie

Pendant 20 secondes forcez vous à rire. Ça devient vite un vrai fou rire.



Photo mission impossible

Prenez un selfie de vous deux, sans utiliser vos mains (genoux, tête, coudes, épaule...)



Slow Motion Vivant

Pendant 30 secondes tous vos mouvements doivent être mous, comme si vous n'aviez plus d'os. Donnez vous une tâche à réaliser.



Scène Libre

Mettez une chanson au hasard. L'autre doit faire un playback comme si il jouait sa vie. Inversez ensuite les rôles.



Tenderness Remix

Faites vous un compliment sincère, mais avec une voix totalement inadaptée.

Bonus  : Filmez vous et regardez vos réactions



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 11

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Danse muette

Dancez 20 secondes sans musique. L'autre doit ensuite imiter exactement la chorégraphie.



Mimes & décibels

Choisissez une situation banale (ex : faire tomber un objet). L'un mime. L'autre fait tous les sons.



Batle d'amour

Duel de compliments. Envoyez-les comme des punchlines. Le premier en manque d'inspi a perdu.



Émotion en pilote automatique

Tirez chacun au sort une émotion (joie, colère, etc) et adoptez l'attitude correspondante pendant les 10 prochaines minutes.



Détecteur de bullshit

3 phrases chacun : 2 vraies, 1 fausse. Devinez... puis inversez les rôles.



Objet légendaire

Trouvez et ramenez chacun un objet minuscule. Imaginez-lui une fonction "magique" et nommez le comme un pokémon.



INTRO



SOMMAIRE

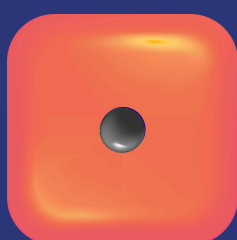


LANCER LE DÉ

SEM. 12

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Art-proximatif

Dessinez l'autre avec votre main non dominante et offrez vous le résultat.



Catwalk alternatif

Marchez 2 minutes en suivant un style choisi par l'autre (pingouin, ninja, mannequin, etc)



Code absurde

Inventez une expression sans sens. L'autre doit l'utiliser dans une vraie situation du quotidien.



Marketing douteux

Choisissez un objet et faites une pub décalée ensemble.



Théâtre muet

Faites un cri, mais silencieux !
L'autre doit deviner l'émotion.
Puis échangez.



Position non homologuée

Inventez chacun votre tour une position de câlin improbable.

Bonus  : Nommez le câlin créé par l'autre.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 13

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Blind test

Fredonnez une chanson avec de l'eau dans la bouche, l'autre doit deviner le titre.



Poker face

L'autre doit essayer de vous faire sourire, mais vous devez rester totalement neutre. Le premier qui craque a perdu.



Œuvre vivante

Transformez vous en statue de musée et laissez l'autre donner son impression lorsqu'il passe devant votre oeuvre lors de sa visite.



Pièce unique

Décrivez votre partenaire comme si vous animiez une vente aux enchères.



Très sérieux

Débattez sérieusement sur un sujet absurde (ex : pain au chocolat vs chocolatine, lequel est le plus populaire).



Question existentielle

Choisissez chacun une question stupide (ex: si j'étais un yaourt je serais quoi ?) et répondez tout les deux.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 14

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Silence, ça parle

Communiquer sans parler pendant 30 secondes. L'autre doit deviner ce que vous lui dites ou lui demandé.



Star du n'importe quoi

Interviewer l'autre comme si il était une énorme célébrité pour un truc absurde (ex: vous êtes devenu viral grâce à vos chaussettes dépareillées, comment le vivez-vous ?)



Regarde bien

Chacun doit modifier un détail de sa tenu en 10 secondes et l'autre doit deviner quoi.



Tour du monde

Inventez un accent qui mélange 3 pays. L'autre doit deviner lesquels. Puis inversez.



Chuchote ta rage

Imitez une dispute, mais en criant le plus doucement possible.



Version Pixar

Parlez avec une voix de cartoon pendant 50 secondes. Le premier qui rigole a perdu.

Bonus  : Et vous pouvez lui coller un gage.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 15

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Dans ta peau

Pendant une minute vous devez échanger vos personnalités.



Mot interdit

Choisissez chacun un mot. Sans le prononcer, le premier qui le fait deviner à l'autre à gagné.



Portrait sonore

Le portrait sonore : Décrivez l'autre uniquement avec des sons !



Tour du monde

Décrivez une chanson, sans la chanter. L'autre doit deviner.



GPS foireux

Devenez le GPS hystérique de l'autre : le GPS change d'avis toutes les 2 secondes. Puis échangez les rôles.



Pitch & play

L'un invente et explique en express un scénario de film. L'autre doit rejouer ce qu'il a compris.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 16

RIRES & DÉFIS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Corps emprunté

Pendant 1 minute, l'un peut uniquement bouger le haut du corps, l'autre seulement le bas. Essayez de marcher ou de faire une action simple ensemble.



Le regard qui tue

Regardez-vous dans les yeux pendant 60 secondes. Le premier qui détourne le regard ou rigole a perdu.



La vérité en mime

Chacun mime une vérité sur l'autre (qualité ou défaut). L'autre doit deviner ce que c'est.



Discours impossible

Faites un discours d'amour de 30 secondes... en utilisant uniquement des mots qui commencent par la même lettre.



Fou rire commandé

Riez de façon exagérée pendant 20 secondes. Silence total ensuite. Le premier qui rigole encore a perdu.



Précédemment dans "Nous Deux"

Présentez votre couple comme si vous étiez dans une émission de télé réalité.

Bonus  : Donnez un titre à l'épisode et faites la voix off.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 17

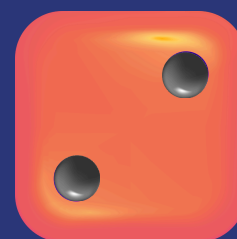
CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Œuvre à quatre mains

Dessinez ou écrivez ensemble sans parler pendant 2 minutes. À la fin, donnez un titre à votre création.



Le concept absurde

Inventez un objet inutile mais révolutionnaire. Décrivez à quoi il sert et pourquoi le monde en a besoin.



Journée parfaite

Imaginez votre journée idéale... version alternative (ex : si vous viviez ailleurs, autrement, à une autre époque).



Souvenir imaginaire

Écrivez une carte postale depuis un lieu imaginaire à qui vous voulez.



Plan B

Imaginez ensemble un plan B de vie totalement différent (autre métier, autre ville, autre rythme).



Hit du moment

Inventez ensemble une chanson (paroles du refrain seulement) qui résume votre humeur du jour, l'ambiance dans votre couple.

Bonus  : Continuez d'écrire, trouvez le tempo et chantez ! 



INTRO



SOMMAIRE

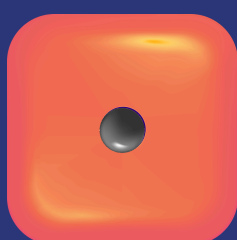


LANCER LE DÉ

SEM. 18

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Avant / après

Décrivez chacun la version de vous avant la relation, puis maintenant et comparez.



Le slogan

Inventez le slogan de votre couple. court. impactant. Amusant



Règle n°1

Notez ensemble une règle non négociable de votre couple. Expliquez-la.



J'ai appris que...

Chacun écrit une phrase qui commence par : "Avec toi, j'ai appris que..."



Chapitre en cours

Donnez un titre au chapitre actuel de votre relation.



Mode d'emploi

Créez ensemble le mode d'emploi de votre couple (à ne surtout pas donner à tout le monde).



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 19

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Musée du couple

Chacun choisit 3 "œuvres" (objets banals) et invente une description artistique qui fait le lien avec votre couple.



Ligne de conduite

Inventez une règle symbolique de votre couple (ex : "toujours se dire bonjour comme si on se revoyait après 1 an").



Auto portait croisé

Notez 5 mots pour vous décrire et décrire l'autre, puis comparez ce que vous pensez mutuellement.



Personnage principal ou figurant

Pendant 30 secondes, chacun raconte son rôle dans le couple... comme sur scène.



Chapitre caché

Donnez un titre à un chapitre de votre histoire que peu de gens connaissent.



Version vieille sagesse

Racontez votre relation comme si vous aviez 80 ans.

Bonus  : Faites la même chose version enfant de 8 ans.



INTRO



SOMMAIRE

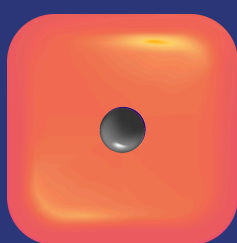


LANCER LE DÉ

SEM. 20

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Avant / après version objet

Comparez votre couple à un objet avant et maintenant (ex : "avant = meuble IKEA mal monté / maintenant = canapé confortable").



Dessine-moi un moment

Dessinez en 20 secondes un souvenir que vous avez particulièrement aimé. L'autre doit deviner lequel.



Texture du lien

Si votre relation était une matière, laquelle serait-elle ?



Le jeu du "Si"

Enchaînez des phrases qui commencent par : "Si notre couple était..." L'un lance une phrase, l'autre répond (ex: Si notre couple était un objet → "Un chargeur toujours dans le bon sens.")



Dis-le autrement

Prenez une phrase banale de votre couple ("On mange quoi ce soir ?"). Transformez-la chacun à votre tour au choix en : poème, slogan, réplique de film ou proverbe



Ca match !

Commentez votre relation comme un match sportif en cours. Vous pouvez aussi inventez le score



INTRO



SOMMAIRE

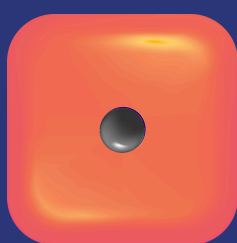


LANCER LE DÉ

SEM. 21

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Musée du couple

Chacun choisit 3 "œuvres" (objets banals) et invente une description artistique qui fait le lien avec votre couple.



Ligne de conduite

Inventez une règle symbolique de votre couple (ex : "toujours se dire bonjour comme si on se revoyait après 1 an").



Auto portait croisé

Notez 5 mots pour vous décrire et décrire l'autre, puis comparez ce que vous pensez mutuellement.



Personnage principal ou figurant

Pendant 30 secondes, chacun raconte son rôle dans le couple... comme sur scène.



Décor improvisé

Transformez l'endroit où vous êtes en "lieu spécial" (noms, règles, ambiance).



Carte mentale du nous

Sur une feuille, écrivez "NOUS" au centre. Ajoutez autour tout ce qui vous vient : émotions, souvenirs, habitudes, rêves.

Bonus  : Entourez ce que vous voulez nourrir davantage. 



INTRO



SOMMAIRE

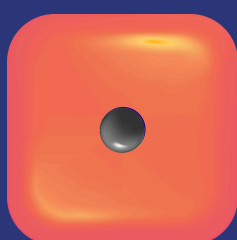


LANCER LE DÉ

SEM. 22

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Le prochain nous

Complétez ensemble :
"La prochaine étape, c'est..."



Petites victoires

Notez ensemble 3 choses dont vous êtes fiers en tant que couple.



Boîte à idées

Notez chacun 3 idées de moments que vous aimeriez vivre ensemble.
Mettez-les dans un bocal ou une enveloppe.



Moodboard humain

Choisissez chacun 3 objets, couleurs ou matières autour de vous qui représentent votre relation en ce moment.



Les actions valent plus que les mots

Rejouez une situation de couple importante sans prononcer un mot.



La phrase qu'on garde

Chacun invente une phrase que vous aimeriez entendre plus souvent. Décidez ensemble si vous la gardez.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 23

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Custom party

Prenez un objet banal (un mug, un pot de fleurs) et décorez-le ensemble pour le transformer.



Version administrative

Inventez la carte d'identité officielle de votre couple (nom, date de naissance, signe distinctif).



Au-delà du visage

Dessinez l'autre... mais à partir de ce qu'il vous apporte, pas de son apparence.



Oeuvre à 4 mains

Sur une feuille, l'un commence un dessin pendant 30 secondes. L'autre continue. Continuez jusqu'à décider que c'est fini.



Hymne nationale

Inventez un refrain de 4 lignes sur votre couple sur l'air d'une chanson connue.



Couple star

Inventez la une d'un magazine qui parlerait de votre couple. Titre, sous-titre, accroche.

Bonus  : Prenez la photo pour cette couverture.



INTRO



SOMMAIRE

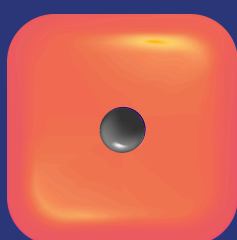


LANCER LE DÉ

SEM. 24

CRÉATIVITÉ

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



BD minute

Divisez chacun une feuille en 4 cases. Dessinez votre rencontre ou votre meilleur souvenir commun.



Guide touristique

Inventez un pays imaginaire. Quel est son plat national ? Sa langue ? Sa monnaie ?



Coffre fort

Décorez une vieille boîte à chaussures pour y ranger vos futurs tickets de ciné ou souvenirs.



Notre empreinte

Préparez de la pâte à sel et réalisez l'empreinte de vos deux mains entrelacées.



Apprentis parfumeurs

Mélangez des herbes de cuisine, des zestes de fruits ou des huiles pour créer une "odeur de maison" unique.



Haute couture

Prenez un vieux vêtement et donnez-lui une seconde vie. Découpez, nouez, ou dessinez dessus pour en faire un accessoire.

Bonus  : Portez le demain ou gardez le dans une boîte à souvenir. 



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 25

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Touristes chez vous

Explorez votre quartier comme si vous étiez en voyage. Photos autorisées.



La maison se transforme

Changez l'usage d'une pièce pour la soirée (salon → camp de base).



Et si on partait ?

Imaginez ensemble un départ immédiat. Où ? Comment ? Pourquoi ?



Leader du jour

Un seul décide de tout pendant 1 heure.



Explorateur du futur

Imaginez que vous êtes en 2326 et que vous découvrez les vestiges de notre époque. Décrivez chaque objet comme une relique.



Copilote tyrannique

Le passager donne des ordres absurdes mais obligatoires.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 26

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Et si on disparaissait ?

Imaginez que vous partez maintenant, sans prévenir personne. Où allez-vous ?



Challenge commun

Choisissez un objectif simple à atteindre maintenant et motivez vous ensemble.



Rallumer la flamme

Éteignez toutes les lumières et vivez à la bougie.



Documentaire animalier

Marchez dehors et commentez les humains comme dans un documentaire animalier très sérieux.



Reportage du quotidien

Pendant 20 minutes, l'un joue l'explorateur, l'autre le journaliste. Le journaliste pose des questions comme si l'autre découvrait un nouveau territoire.



Mission secrète

Avant de sortir, chacun écrit une mission secrète pour l'autre (ex : "te surprendre", "trouver quelque chose de brillant").

Bonus  : Le premier à réussir sa mission donne un gage à l'autre.



INTRO



SOMMAIRE

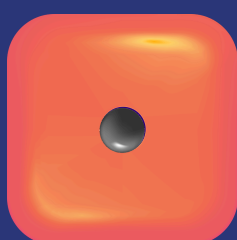


LANCER LE DÉ

SEM. 27

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Message du futur

Envoyez-vous chacun un message comme s'il venait de dans 10 ans.



Visite guidée

L'un devient guide touristique, l'autre visiteur étranger. Présentez votre quartier comme un lieu mythique et incontournable.



Mission photo

Choisissez un thème absurde (portes, reflets, mains, chaussures). Vous devez trouver 3 exemples dans votre environnement.



Monument National

Choisissez un élément totalement banal (poteau, banc, mur). Décidez qu'il s'agit d'un monument ultra important. Inventez son histoire.



Objet totem

Choisissez un objet banal et décidez qu'il est sacré pour la soirée.



Loin des yeux, près du coeur

Enregistrez chacun un message vocal pour l'autre comme si vous étiez séparés en mission.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 28

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Tous les chemins mènent à toi

Sortez, laissez l'autre vous guidez pendant 5 minutes. Inversez. Puis rentrez chacun par un chemin différent et raconter ce que vous avez vu.



Boss final

Choisissez un obstacle ridicule à "vaincre".



Changer les règles du monde

Le temps d'une soirée, inventez une règle qui s'applique à tout.



L'histoire autour du feu

Asseyez-vous comme autour d'un feu de camp et racontez une histoire chacun.



Plan de survie

Vous êtes bloqués 72h ici. Comment vous organisez-vous ?



Rituel de fin de mission

Inventez un rituel corporel pour marquer la fin de l'aventure (comme un check).

Bonus  : Intégrez le dans les petits moments du quotidien.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 29

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Dans ma valise

Citez chacun 3 choses que vous emporteriez si vous partiez pour toujours.



Départ immédiat

Vous avez 2 minutes pour décider où vous partez là maintenant. Transport, budget, raison.



Sauvetage express

Imaginez une situation d'urgence fictive et jouez-la sérieusement pendant 2 minutes.



Mission décibel 0

Pendant 5 minutes, vous devez coopérer sans aucun mot pour accomplir une tâche simple.



Rapport d'expédition

Pendant une semaine écrivez chacun une phrase commençant par : "Jour 1. Nous avons survécu à..."



Bilingue

Inventez une langue. Parlez uniquement avec cette langue pendant 3 minutes.



INTRO



SOMMAIRE

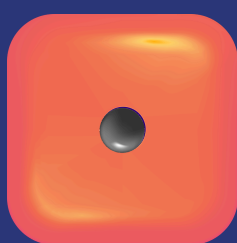


LANCER LE DÉ

SEM. 30

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Exploration Sonore

Fermez les yeux.

Identifiez ensemble tous les sons autour de vous et inventez leur origine.



Découverte scientifique

Chacun observe l'autre pendant 2 minutes et décrit ensuite une "habitude" comme une découverte scientifique.



Survie minimaliste

Faites une soirée sans écrans.

Pas d'objectif. Juste être ensemble.



Aventure intérieure

Posez chacun une question que vous n'avez jamais posée sur votre façon de voir et vivre l'aventure à deux.



La tempête passée

Racontez une difficulté que vous avez déjà traversée ensemble et ce que ça vous a appris.



Baromètre d'énergie

Notez votre niveau d'énergie sur 10 et expliquez pourquoi.

Bonus  : Réfléchissez comment gagner +1 



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 31

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Armoiries de couple

Dessinez un blason avec 4 symboles qui vous représentent.



Top 3 ressources

Dites chacun vos 3 forces en tant qu'équipe. Ce qui vous rend solides quand ça secoue.



Retour au camp

Dites chacun ce qui vous fait vous sentir "chez vous" avec l'autre.



Notre expédition

Donnez un nom à votre "aventure actuelle". Sérieux, drôle ou symbolique.



Carte aux trésors

Dessinez une carte imaginaire qui mène à "ce qui compte le plus pour nous". Chemins, obstacles, symboles, etc.



Baromètre d'énergie

Notez votre niveau d'énergie sur 10 et expliquez pourquoi.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 32

AVENTURES

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Alléger le sac

Identifiez une attente inutile à lâcher.



Mission infiltration

Entrez dans un lieu (hall, parc, rue) comme si vous étiez en mission secrète.

Objectif : ne pas se faire remarquer.



Pisteurs

Choisissez une personne au hasard (de loin, sans être creepy). Inventez son histoire.



Point culminant

Allez jusqu'au point le plus haut accessible autour de vous.



La tempête passée

Racontez une difficulté que vous avez déjà traversée ensemble et ce que ça vous a appris.



Scénario catastrophe

Inventez le pire scénario possible...

Bonus  : Comment vous y feriez face ensemble ?



INTRO



SOMMAIRE

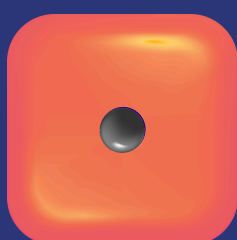


LANCER LE DÉ

SEM. 33

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Merci précis

Dire merci pour un détail que l'autre ne remarque même plus.



Traduction simultanée

Pendant 3 minutes, quand l'un parle, l'autre reformule ce qu'il a compris.
Pas pour corriger. Juste pour voir.



Ce que je garde

Chacun écrit une phrase qu'il pense souvent mais ne dit jamais. Lecture à voix haute. Pas de débat. Juste merci.



L'écoute chrono

Parlez et écoutez l'autre, 2 minutes chacun, sans interruption.



Souvenir déclencheur

Dites chacun un moment où l'autre vous a fait nous sentir aimé.



Plaisir oublié

Chacun évoque une chose que vous faisiez avant et que vous ne faites plus.

Bonus  : Faites le de nouveau dès que possible.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 34

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Le moment où j'ai douté

Partager chacun un doute passé qui n'a jamais été dit.



Qui se ressemble, s'assemble

Trouver vous un point commun encore jamais mis en avant



Le déclic

Complétez à tour de rôle la phrase :
"J'ai compris que ... , quand ..."



Retrouvailles

Parler à l'autre comme si vous vous retrouviez après 10 ans sans vous voir.



L'interdit du jour

Choisir un mot interdit (toujours, jamais, stress, fatigue...) Interdiction de l'utiliser aujourd'hui



Interview privé

L'un pose des questions comme un journaliste très sérieux. L'autre répond librement. Inversez.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 35

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



La distance change le ton

Chacun change de pièce pour dire une chose importante.



Dos à dos

Parler pendant minimum 1 minutes; chacun votre tour, mais dos à dos. Si cette position vous aide à dialoguer, continuez.



Dose d'amour à emporter

Une phrase à garder en tête pour les jours compliqués.



Mon héros

Dire quel super-pouvoir inutile tu attribuerais à l'autre.



Souvenir remixé

Raconter un souvenir réel en changeant un détail clé. L'autre doit repérer lequel.



Métaphore amoureuse

Si notre couple était... Un objet, un film, une météo, une couleur.

Bonus  : Expliquez pourquoi.



INTRO



SOMMAIRE

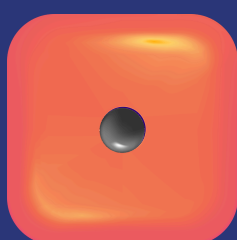


LANCER LE DÉ

SEM. 36

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Radio Nostalgie

Racontez chacun un souvenir d'enfance que vous n'avez encore jamais partagé.



Tes victoires sont mes victoires

Listez 3 victoires (petites ou grandes) que l'autre a accomplies cette semaine.



Lego thérapie

Construisez la structure la plus haute possible avec ce que vous avez sous la main (boîtes, pinces à linge, etc.).



Playlist collaborative

Créez une playlist de 10 chansons qui racontent votre histoire, de la rencontre à aujourd'hui.



Écho Positif

Racontez votre galère du moment, et l'autre doit trouver 3 points positifs cachés dedans.



L'Ancre du Passé

Quelle est la leçon la plus importante que vos parents ou tes grands-parents vous ont apprise ?



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 37

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



La liste des 10

Écrivez la liste des 10 choses que vous voulez réaliser ensemble avant vos 80 ans



Miroir de l'Âme

Si vous pouviez changer une seule chose dans votre passé, laquelle serait-ce ? Et pourquoi ?



Compliment public

Trouvez une occasion de vous dire quelque chose de valorisant devant quelqu'un d'autre.



Entretien d'embauche

Vous postulez pour être le/la partenaire de l'autre pour les 50 prochaines années. Posez vos questions



Lettre aux futurs proprios

Ecrivez un petit mot caché dans la maison qui raconte un secret de votre complicité ici



Le Coffre à Rancœurs

Avouez-vous une petite chose qui vous a agacé il y a longtemps.

Bonus  : "Brûlez" symboliquement le sujet.



INTRO



SOMMAIRE

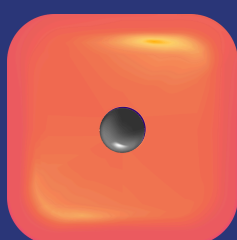


LANCER LE DÉ

SEM. 38

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Capsule de l'instant

Si le monde s'arrêtait demain, quelle est la dernière chose que vous voudriez vous dire ?



L'inconnu au bar

Asseyez-vous côte à côte et discutez comme si vous veniez de vous rencontrer pour la première fois.



Guide de survie

Expliquez-vous "Le mode d'emploi pour bien vivre avec moi" en 3 points clés.



Doubles personnalités

Inventez-vous une fausse identité et comportez vous comme tel pour faire une action (les courses, un resto, etc)



Discours de vie

Écrivez chacun en 3 lignes ce que vous diriez de l'autre si vous deviez faire un discours aujourd'hui.



L'alphabet de l'amour

Trouvez une qualité chez l'autre pour chaque lettre de l'alphabet, de A à Z.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 39

COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Machine à remonter le temps

Si vous pouviez retourner au moment de votre rencontre, quel conseil vous donneriez-vous pour la suite



Lettre aux Inconnus

Ecrivez un message de soutien anonyme que vous laisserez sur un banc, dans un transport en commun ou dans un livre en bibliothèque.



Objet rare

Rédigez une petite annonce pour "vendre" les mérites de votre partenaire comme s'il était un objet de collection rare.



L'Interrogatoire

Chacun votre tour, asseyez-vous sous une lampe, l'un est le détective et l'autre doit avouer ses 3 plus grandes bêtises d'enfance.



Guide de l'espace

L'un est un alien qui débarque sur Terre, l'autre lui explique ce qu'est "l'amour" avec des mots simples



Échange de super-pouvoirs

Quel trait de caractère chez l'autre aimeriez-vous "emprunter" pour une journée

Bonus  : Essayez de travailler cette compétence dès demain.



INTRO



SOMMAIRE

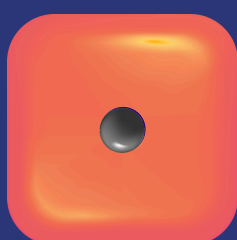


LANCER LE DÉ

SEM. 40

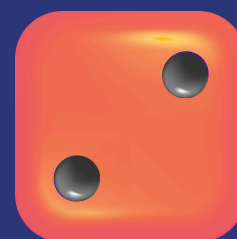
COMMUNICATION

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Le pacte du "oui"

Pendant 1 heure, pas le droit de dire "non" aux propositions (raisonnables !) de l'autre.



Liste de l'apocalypse

Choisissez ensemble les 5 seuls objets que vous emporteriez si vous deviez fuir sur une autre planète.



Antidote

Si vous passez une mauvaise journée, expliquez quelle est la phrase magique ou le geste qui vous remonte le moral à coup sûr ?



La phrase qui tue

Quelle est la chose que vous n'osiez pas vous dire au début de votre relation ?



Nuage de mots

Chacun écrit 10 mots qui lui vient à l'esprit quand il pense à "vous" et comparez.



Quizz de partenaire

Pose vous chacun 5 questions sur vos goûts, si l'autre a tout juste, il a un privilège.



INTRO



SOMMAIRE

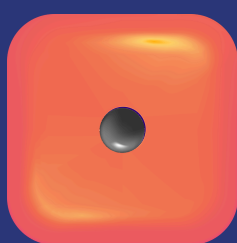


LANCER LE DÉ

SEM. 41

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Apéro de palace

Sortez vos plus beaux verres, des chips, des olives et trinquer comme si vous étiez dans un hôtel cinq étoiles.



Bain de lumière

Éteignez toutes les lumières et allumez des bougies (ou guirlandes) et profitez de cette ambiance.



Madeleine de proust

Préparer le goûter que vous adoriez petit, et déguster-le devant un dessin animé



L'hymne à la paresse

Décrétez une heure "« zéro corvée". Rien est urgent. Tout peut attendre.



Coiffeur privé

Brossez longuement les cheveux de l'autre puis inversé.



Champion(ne)

Fabriquez chacun une médaille en papier pour l'autre pour une "victoire" de la semaine.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 42

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Styliste privé

Choisissez chacun la tenue de l'autre pour la soirée ou pour le lendemain (soyez sympas!)



Soin visage en duo

Appliquez à l'autre un masque hydratant (ou autre). Jouez le jeu tout les deux.



Surprise de poche

Glissez chacun une petite surprise (bonbon préféré, petit mot, ec) dans la veste de l'autre. Découvrez le lendemain votre surprise.



Bowling de couloir

Alignez des bouteilles d'eau vides, puis roulez une paire de chaussettes et commencez la partie !



Commencer par la faim

Commencez le repas par le dessert, juste pour le plaisir de transgresser les règles.



Le choix du Roi

Laissez l'autre choisir de tout le programme de la soirée (film, repas, musique, sortie)

Bonus  : Le lendemain inversez ! 



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 43

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Ticket de faveur

Offrez vous chacun un « bon pour » (un bisou, une vaisselle, une grasse, mat) valable immédiatement.



Sunset lovers

Trouvez le meilleur spot près de chez vous pour voir le ciel changer de couleur.



Voyage gustatif

Allez dans une épicerie exotique, achetez un fruit ou un snack que vous n'avez jamais testez et goûtez-le ensemble



Notre petit jardin

Prenez un petit bocal, de la mousse, des feuilles, des cailloux, etc. pour créer un mini monde ensemble



Concert privé

Choisissez votre chanson préférée et l'autre doit la danser, mimer, ou chanter avec passion.



Séance cinéma VIP

Préparez du popcorn chaud, éteignez tout, et lancez un film que vous adorez tout les deux.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 44

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Le banc des amoureux

Trouvez un banc public, asseyez-vous et observez les gens passer en imaginant leurs vies.



Dégustation à l'aveugle

À tour de rôle, faites déguster à l'autre trois aliments mystère les yeux bandés.



Spa des mains

Faites vous un gommage au sucre et à l'huile, suivi d'un massage des mains.



Petit déj prolongé

Dimanche matin, rester en pyjama et prenez le temps de refaire le monde autour d'un deuxième café.



Tu es mon pingouin

Pour se prouver leur amour et fidélité les pingouins s'offrent des cailloux. Ramassez deux galets que vous allez peindre, décorer et vous offrir.



Jeu de cartes

Faites une simple partie de carte. Jeu au choix : bataille, rami, ect...

Bonus  : Avec un enjeu symbolique (ex: le perdant fait le café).



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 45

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Recette de grand mère

Cuisinez ensemble un plat qui vous rapelle un souvenir de famille.



Escale zen

Mettez une playlist "bruit de pluie" ou "nature" est resté allongé 15 minutes sans rien faire



Pyjamas party

Ce soir mangez en pyjamas, tôt, juste pour le plaisir de profiter du reste de la soirée cocooning.



Serment d'amour

Trouvez un endroit symbolique pour y accrocher un cadenas et lancez la clé le plus loin possible. Voilà, c'est scellé.



Sommelier de l'eau

Faites un test à l'aveugle avec 3 eaux différentes (robinet, bouteille, filtré par exemple) pour voir si vous avez du palais.



Critique culinaire

Achetez 3 aliments étranges (chips, gâteaux, boissons), dégustez et notez les.



INTRO



SOMMAIRE

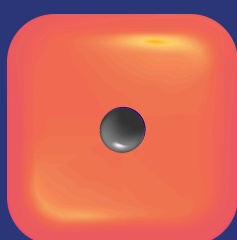


LANCER LE DÉ

SEM. 46

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Apéro de fortune

Avec ce que vous avez déjà, improvisez un apéro. Même si ça n'a aucun sens.



Massage express

2 minutes chacun. Pas plus. Pas moins.



Repas monochrome

Au menu ce soir : une couleur. De l'entrée au dessert (ex: bettrave, tomate, fraise.)



Petits chimistes

Mélangez soda, jus d'orange ou autre liquide buvable, pour voir si vous créez un nouveau nectar ou un désastre.



La minute de gratitude

Citez 3 choses que vous aimez particulièrement chez l'autre.



Je le vœux

Demandez-vous mutuellement de vous vous avez envie, là, tout de suite, qui prend moins de 5 minutes.

Bonus  : Si c'est réalisable, faites-le.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 47

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



TikTok culinaire

Testez une recette virale.



Massage express

2 minutes chacun. Pas plus. Pas moins.



Shooting photo

Faites une séance photo "mode". Chacun choisit les tenues de l'autre.



Karaoké

Chantez votre chanson préférée en playback avec le plus de drama possible.



Slow de salon

Lancez une chanson douce et dansez un slow



L'expo de photos

Faites défiler vos photos de téléphone d'il y a exactement un an.



INTRO



SOMMAIRE

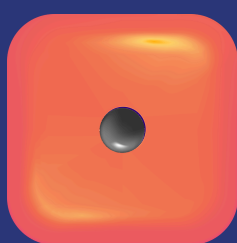


LANCER LE DÉ

SEM. 48

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Réveil customisé

Prenez deux mugs blancs et un feutre indélébile pour vous laisser un message à découvrir au réveil le lendemain.



L'invité surprise

Appelez un membre de la famille ou un ami en FaceTime vidéo sans prévenir.



Plan de notre futur

Dessinez ensemble sur une grande feuille le plan de votre maison de rêve (même la plus folle).



La liste des premières fois

Listez 3 choses que vous n'avez encore jamais faites ensemble et que vous aimeriez tester.



Le dîner de luxe imaginaire

Mangez un plat très simple (ex: des pâtes) mais décrivez chaque bouchée avec des termes de haute gastronomie.



Le cours de langue flash

Apprenez à dire "je t'aime" dans une langue que ni l'un ni l'autre ne connaît.

Bonus  : Intégrez le dans vos petits mots doux quotidien.



INTRO



SOMMAIRE

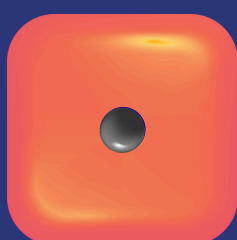


LANCER LE DÉ

SEM. 49

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Boîte à idées

Notez sur un papier une idée de sortie folle pour plus tard et mettez-la dans votre coffret.



Héritage musical

Faites écouter à l'autre LA chanson que vos parents passaient en boucle quand vous étiez petits.



L'ingrédient secret

Ajoutez une pincée d'une épice inhabituelle (ex: cannelle dans le café ou poivre sur les fraises) et savourez.



L'étalonnage des cœurs

Posez votre main sur le cœur de l'autre pour sentir ses battements pendant une minute.



La bouchée mystère

Préparez une bouchée pour l'autre avec 3 ingrédients de votre choix. Il doit les identifier. Puis inversez



Chacun ses goûts

Inventez un mot pour décrire le goût de votre partenaire (ex: "goût de noisette et de soleil").



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 50

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



L'itinéraire du dé

Sortez vous balader. À chaque croisement, lancez votre dé (ou une pièce) : Pair à droite, Impair à gauche.



L'équilibriste

Essayez de marcher sur une ligne tracée au sol ou un rebord de trottoir ensemble sans tomber.



Tes yeux, mes yeux

À tour de rôle : Je vois quelque chose de bleu... l'autre doit deviner ce que vous regardez.



La roulette du monde

Listez 6 types de cuisines (chinoise, mexicain, etc) Lancez le dé et allez faire voyager vos papilles.



Détox 2.0

Posez les téléphones dans une autre pièce pendant les 30 prochaines minutes.



Passage de flambeau

Ce soir je cuisine ton plat préféré, demain tu cuisines le mien.

Bonus  : Faites le version dîner presque parfait et notez vous.



INTRO



SOMMAIRE



LANCER LE DÉ

SEM. 51

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Capsule temporelle

Remontez le temps. Racontez-vous chacun votre plus beau souvenir en commun.



Le fil d'ariane

Tressez ou assemblez un bracelet pour l'autre. Un bijou unique au monde, bien plus précieux qu'un diamant car fait avec vos dix doigts.



Encre invisible

Dessinée une forme, un objet ou un mot sur la peau de l'autre. Le défi ? Deviner le chef-d'œuvre uniquement par le ressenti



Cinq étoiles sous la couette

Préparez un plateau "Room Service" (café fumant, jus frais, tartines parfaites) pour l'autre et la prochaine fois, inversez.



Pinceaux en folie

Sortez la trousse de maquillage et confiez votre visage à votre partenaire. Ensuite à l'autre de se faire sublimer. Pas de miroir autorisé avant la fin !



L'Amicale des petites bouilles

Sortez les dossiers ! Trouvez une photo de vous quand vous étiez haut comme trois pommes. Présentez votre "mini-moi" à l'autre.



INTRO



SOMMAIRE

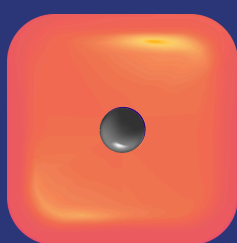


LANCER LE DÉ

SEM. 52

PETITS PLAISIRS

Jetez votre dé et **faites l'action correspondante au chiffre** sur lequel vous êtes tombés :



Ton portrait caché

Décrivez l'autre sur papier sans citer un seul trait physique. Concentrez-vous sur les petits détails que vous seul(e) voyez. Échangez vos lettres.



Du bout des doigts

L'un ferme les yeux. L'autre choisit 3 objets dans la maison. À l'aide de ses mains uniquement, celui qui a les yeux bandés doit identifier



Graine de futur

Choisissez une graine, une fleur ou un arbuste et plantez le ensemble, pour le voir grandir en même temps que votre histoire.



Le Saint compliment

Regardez quel Saint est fêté aujourd'hui. Prenez la première lettre (ex: M pour la Saint-Michel). Vous avez 1 minute pour vous dire, 3 compliments qui commencent par cette lettre.



La becquée

Choisissez chacun quelque chose à manger et c'est votre partenaire qui vous donne chaque bouchée à la cuillère, comme si vous étiez bébé.



Cache-cache version wishlist

Écrivez chacun un cadeau raisonnable. Échangez vos papiers sans les lire, puis allez chacun cacher celui de l'autre. Partez à la recherche de votre propre souhait.

Bonus  : Trouvé c'est gagné!

FÉLICITATIONS

VOUS L'AVEZ FAIT !

Vous venez de traverser une année entière à **cultiver votre complicité**.

Vous avez prouvé que la routine n'était qu'une option et que **votre couple était une priorité**.

Partagez vos pépites :

Une idée de génie pour de prochains rituels ? Une photo d'un rituel qui a mal (ou très bien) tourné ?

Ne gardez pas ces souvenirs pour vous ! Envoyez-nous vos moments préférés ou vos idées les plus folles sur notre Instagram **@justedeuxcoeurs**