

Házas-7-próba 2019.

Szeretettel köszöntünk a Házas-7- próbára jelentkező, vállalkozó kedvű párok soraiban!

Köszegen először rendezzük meg házaspároknak a kalandtúrát. A túra során mindenkinek 7 feladatot kell teljesítenie ahhoz, hogy hivatalosan is „Hétpróbás párrá” váljon. A feladatok egy része otthon megoldható, másik része a városban. A feladatok teljesítése a számotokra megfelelő egyéni ütemezéssel történik.

A menetlevél első oldalára úgy **írjátok rá a neveket**, ahogyan az emléklapon szeretnétek majd, hogy szerepeljen!

Arra kérünk Benneteket, hogy a menetleveleteket **mindig vigyétek magatokkal**, máskülönben a kedvezményeket – amiket egyébként csak a Hétpróbán résztvevőknek és a Hétpróba ideje alatt lehet igénybe venni - nem fogjátok megkapni és nem tudjátok érvényesíttetni a menetleveleteket.

Amikor végig jártátok a próbákat, a kitöltött menetlevelet, kérjük **2019. február 18-ig** juttassátok vissza a Kőszegi Evangélikus Egyházközség postaládájába (Zrínyi u. 6) vagy személyesen Martonné Némethy Mártinak, illetve a Baranyay lelkész házaspárnak.

Azok közül a párok közül, akik a menetlevelükkel igazolják, hogy hétpróbás párrá váltak, egy házaspár sorsolás útján egy kétszemélyes ebédet/vacsorát nyerhet.

Kívánjuk, hogy a hétköznapi forgatagában a feladatok teljesítése során gazdagodjatok közös élményekkel, s újra és újra rácsodálkozzatok, milyen jó, hogy vagytok egymásnak...

Kellemes időtöltést kívánunk: Erzsi, Márti és Csaba

Feladatok

1. Szeretet nyelvek

Gary Chapman nevéről talán mindannyian hallottatok. Röviden összefoglalva, ő egy amerikai keresztyén családterapeuta, aki 20 éves tanácsadói tapasztalata alapján 5 szeretetnyelv típust állapított meg:

1. **Elismerő szavak** - *Az elismerő szavak esetében az egyik fél úgy érzi, hogy a társától érkező, magától értetődő dicséret mindennél többet jelent számára. A szavak tehát ebben az esetben többet érnek a cselekedeteknél.*
2. **Minőségi idő** - *Akinek a minőségi idő a legfőbb szeretetnyelve, az a rá irányuló figyelem hatására érzi leginkább azt, hogy őt igazán szeretik. Ez lehet egy beszélgetés, egy közös vacsora, vagy egy közösen eltöltött hosszú hétvége is. A kulcskifejezés az osztatlan figyelem.*
3. **Ajándékozás** - *Az ajándékozás annak szimbóluma, hogy gondolunk a másikra. A szeretet látható jele. Nem szabad összekeverni azonban ezt a szeretetnyelvet az anyagiassággal, hiszen itt jelképes, apró ajándékokról, meglepetésekről van szó, az érték nem számít. Annak, aki ezt a szeretetnyelvet beszéli, már az is a megbecsülés jele, ha valaki időt szakít arra, hogy megtalálja számára a megfelelő ajándékot, vagy meglepje őt.*
4. **Szívésség** - *Annak, aki ezt a szeretetnyelvet beszéli, bármely cselekedet, amely megkönnyíti az életét, rengeteget jelent. A másik fél által elvégzett feladatok (bevásárlás, főzés, mosás, takarítás stb.) kicsiny szolgálatként foghatók fel, amelyek azonban tervezést, időt és fáradságot igényelnek.*
5. **Testi érintés** - *Az átölelés, hátba veregetés, kézfogás, a kar, váll vagy az arc figyelmes megérintése a szeretet vagy törődés kifejezése lehet. Azon személy számára, aki ezt a szeretetnyelvet beszéli, a fizikai jelenlét és az elérhetőség a legfontosabb. Egy-egy kedves mozdulat többet mond számukra száz szónál.*

Ti ismeritek már egymás szeretetnyelvét? Tudjátok, hogy párotok minek örül a leginkább, ha megajándékozzátok, ha elismerős szavakkal kedveskedtek, stb.? Most erre is lehetőségetek van, hogy erről beszélgessetek.

Ültessetek el CSERÉPBEN közösen valamilyen virágot - hagyma vagy mag formájában – és írjátok oda mellé egy kis táblára, hogy melyikőtöknek mi a szeretetnyelve, ezt tegyétek egy olyan helyre, amit mindennap láttok. A virág növekedése, fejlődése - megfelelő gondoskodás, odafigyelés mellett - egyrészt emlékeztet benneteket arra, hogy részt vettetek ezen a Hétpróbán, másrészt a kis kártya nem feledteti azt, hogy párotok számára melyik szeretetnyelv a fontos. Küldjétek nekünk egy fotót a cserépbe ültetett virágról, annak jeléül, hogy ismeritek egymás szeretetnyelvét. (**hazassaghete.koszeg@gmail.com**).

A hétköznapiakban bizony sokszor elfelejtkezünk azokról a kincsekről, amelyekkel a páruk által gazdagodunk. Örömeink megerősítenek, felvérteznek az elszürkülés és a kedvtelenség ellen. Most arra bátorítunk benneteket, hogy mindketten külön-külön fogalmazzatok meg a válaszaitokat ezekre a kérdésekre:

Mit szerettek a páromban?

Mi a legnagyobb öröm számomra a páromban?

Ha sikerült megfogalmazni, mutassátok meg egymásnak, amit írtatok és ezek mellé a sorok mellé társulva pedig lepjétek meg párotokat valami kis aprósággal. Virággal, egy finom teával, illatos szappannal, egy kőszegi borral, vagy azzal, amit gondoltok. Az apró ajándékokat azoknál a vállalkozóknál tudjátok kedvezményesen beszerezni, akik támogatják ezt az ügyet.

10% kedvezmény

- Júlia Virágbolt
- Temető utcai virágbolt
- Láng Pincészet
- Stefanich Pincészet

20% kedvezmény

- Biotéka

A virágboltokban, a Biotékában és a borászatoknál jelezzétek, hogy a Hétpróba résztvevői vagytok és vigyétek magatokkal a menetleveleteket! **Pecséttel kérjétek a menetlevélre!**

2. Nézz, ne csak láss!

Kőszeg kis város, de rengeteg látnivalója van. Nem csak a gyönyörű épületek, hangulatos utcák, hanem színvonalas múzeumok. Válasszatok egyet a múzeumok közül, járjátok be őket, és a helyszínen kapott feladatokat oldjátok meg együtt. A válaszokat írjátok le a menetleveletekre.

A múzeumba a támogatásoknak köszönhetően ingyen mehettek be, a pénztárnál mondjátok, hogy a Házas-hét hétpróbásai vagyok, és ne felejtsetek el **pecsétet kérni a menetlevélre!**

Ezek közül választhattok február 5-17 között. (A nyitvatartásnak nézzetek utána)

- Vármúzeum
- Patika múzeum
- Tábornokház

3. Vigyázz, kész, FőZZ!

Az együtt munkálkodás öröme mindig közelebb visz egymáshoz. Mi lenne, ha most közösen főznének? Az étel lehet előétel, főétel vagy éppen egy nagyon finom desszert, a lényeg, hogy legalább három alapanyag szerepeljen benne. Az így sült-főzött ételről vagy az elkészítés folyamatáról készítenek egy fényképet, és a recepttel együtt küldjétek el a címünkre (**hazassaghete.koszeg@gmail.com**).

4. Az élet állandó mozgás...

Mozogni jó! Hálásak lehetek, hogy olyan részén éltek az országnak, ahol erre sokféle lehetőség van. Bármilyen mozgásformát végeztek, lehet az egy egyszerű séta, futás, nordic walking, korcsolyázás a kőszegi koripályán, vagy kirándulás a kőszegi hegységben, vagy akár konditerem – a lényeg, hogy együtt tegyétek.

Akármit is választottatok, készítenek egy szelfit és küldjétek el a fentebb megadott email-címre.

5. Ami édessé tesz...

Randizzatok! Töltsetek el egy meghitt órácskát vagy akár többet is kettesben városunk egyik cukrászdájában, éttermében. A lényeg, hogy semmi mással ne törődjete csak egymással és beszélgetsetek arról, hogy mi édesíti meg a kapcsolatotokat, és ízesíti a hétköznapijaitokat !

A cukrászdában, éttermekben a pincéreknek feltétlenül jelezzétek, hogy Házas-hétpróbán vagytok, és vigyétek magatokkal a menetlevelet és **kérjete rá pecsétet!**

Ahol eltölthetitek az időt:

10 %-os kedvezmény

- Várkör Cukrászda
- Arany Strucc Cukrászda
- Arany Strucc Étterem
- Portré Étterem

6. A szerelem hálás

Gondolkozzatok el azon, hogy milyen nagyszerű társat kaptatok egymásban Istentől. Adjatok hálát egymásért! Vegyetek részt együtt istentiszteleten vagy szentmisén! Február 17-én az evangélikus templomban a 9 órás istentiszteleten személyes áldásban is részesülhettek. Éljétek át ezen keresztül is egymás iránti szereteteket Isten közelében!

Ne felejtsetek el az istentiszteleten is **pecsétet kérni a menetlevélre!**

7. Emlékek nyomában

Nézzétek végig az esküvői képeiteket! Hogy képzelétek el a közös életeteket és hol tartotok most? Olvassátok el a Bibliából a házassági ígéteket, és beszéljétek át a házassági esküt az mögöttetek levő évek tükrében.

Ha nem tudjátok a házassági ígéteket, kérdezzetek utána a lelkeszi hivatalban, ott általában fel van jegyezve, illetve az esketési emléklapon is szerepel. A házassági esküt pedig itt olvashatjátok.

*Én, N. N. esküszöm az élő Istenre, aki Atya, Fiú, Szentlélek, Szentháromság egy igaz Isten,
hogy N. N-t igazán szeretem, hűséges házastársa leszek Isten rendje és ígéje szerint
holtomig, holtáig el nem hagyom sem egészségében, sem betegségében,
sem örömeiben, sem bánatában. Isten segítsen erre! Ámen*