



**Proposta "para ir mais longe em casal"  
do Padre Paulo Araujo**

Anexo artigo "Desafios da vida em casal"  
do Correio de Coimbra, nº 4821, 11 fevereiro 2021

**Olá!**

Mais algumas pistas. Desta vez para vos ajudar a enfrentarem as grandes dificuldades.

**I. Agendem um tempo de qualidade em casal**

- Poderá ser um serão, uma tarde livre ou um outro momento;
- Ah! Nada de telemóveis a tocar ou a vibrar, nem outras interrupções;
- Leiam juntos todo o exercício e depois sigam-no passo a passo;
- Façam todo o percurso proposto da seguinte forma: primeiro falará um dos cônjuges e, depois, quando terminar, falará o outro.

**II. Etapas para a vossa "love date"**

- Enumerem as dificuldades que já superaram juntos e digam um ao outro o que esses acontecimentos tiveram de positivo e o que aprenderam com eles;
- O confinamento é um desafio para o vosso casal. Partilhem um com o outro o que sentem com a situação atual;
- Partilhe com o seu cônjuge de que forma ele o/a ajudaria a ser mais feliz nesta situação;
- Partilhe com o seu cônjuge quem seriam as pessoas com quem se sentiriam à vontade para partilhar os vossos problemas.

**III. Podem terminar o encontro falando juntos a Deus sobre uma dificuldade que estejam a enfrentar agora.**

**IV. Marquem a próxima "love date".**

**V. Façam o favor de ser felizes!**