

ESCANEE EL CÓDIGO QR PARA TENER
ESTE RECURSO EN SU TELÉFONO



BIENVENIDOS A NOCHE DE CITA

Queremos ayudarte a tener la mejor cita de tu vida. Eliminando todas las conjeturas para que puedan hacer una sola cosa. ¡DIVERTIRSE!

ESTA NOCHE DE CITA TENDRÁ ESTOS ELEMENTOS.

PREPÁRESE *(¡Arréglese, vístase o simplemente use lo que lo hace sentir bien!)*

SALGAN *(vayan a su restaurante favorito, o manténgase en el tema eligiendo uno con un ambiente extra acogedor... ¡quizás una chimenea!)*

DESAFIO *(opcional y solo para valientes).*

CONTINUARLO *(¡porque la diversión de una cita nocturna puede durar todo el año!)*

PREPÁRESE

De camino al restaurante, escuchen su canción de pareja y recuerden por qué la eligieron. Si no tienen una canción, pueden buscar el perfil de @beautifulmarriages en Spotify para escuchar la lista de reproducción de invierno. Luego, discuta las siguientes preguntas:

- ¿Cuál es tu parte favorita del invierno?
- ¿Cuál es tu recuerdo de invierno favorito?
- ¿Qué es algo que quieren hacer juntos?
- ¿Qué es una cosa este invierno que definitivamente no quieres perderte?
- ¿Por qué nuestra canción de pareja es especial?

SALGAN

Ahhhh Pasen el rato un minuto. Donde quiera que estén, están allí juntos y están seguros y cálidos, y con el/la que te enseñó que tan "caliente" lo cálido podría ser. Una vez que estén en el restaurante pónganse cómodos y háganse algunas preguntas.

1. Lo que me calienta el corazón en ti es...
2. ¿Qué podemos hacer para que nuestro matrimonio sea un poco más cálido?
- 3.Cuál es, o debería ser, el lugar más acogedor en nuestra casa para estar juntos?

Beautiful Marriages

¿QUIERES CONSTRUIR UN MUÑECO DE NIEVE?

Ahora que te sientes un poco más tostado, ¡que comience la diversión! Siempre te dijeron que no jugaras con tu comida, ¡pero esta es tu oportunidad de recuperar el tiempo perdido! Cada uno tiene **UN TRABAJO**:

¡Haz que **TU** muñeco de nieve sea el muñeco de nieve más original y con el mejor aspecto! Sé lo que estás pensando: ¿cómo diablos hago eso en un restaurante? Sólo abre los ojos a los muchos recursos a su alcance... la pluma de su mesero, saleros y pimenteros, comida de su plato, cenizas de la vela romántica en tu mesa, ¡todo está listo! Así que cada uno de ustedes, toma un muñeco de nieve. Crea, sueña, disfruta, pero sobre todo **¡DIVIÉRTETE!**

Una vez que hayas terminado, dales nombres a tus muñecos de nieve y ¡asegúrate de compartir una foto con nosotros! **#hermososmatrimonios**

DESAFIO

¡Involucre a su mesero en la diversión!

Pídale a su mesero que vote sobre quién resultó el muñeco de nieve. ¡Y asegúrese de mostrarle a su mesero algún agradecimiento por su participación en su cita nocturna y denle una pequeña propina extra!

CONTINUARLO

Esta semana, si una discusión comienza a hervir, digamos "bola de nieve" y haga una pausa de unos minutos para ayudarte a "déjalo ir". Algo divertido ayuda a tomar alguna emoción fuera de la ecuación y se detiene una pelea antes de que se convierta en algo más grande.

Si hay algo que **NO** está congelado... ¡son ustedes dos!

¿QUIERES MÁS RECURSOS?

Siga [@beautifulmarriages](https://www.instagram.com/beautifulmarriages) en Instagram para ver los otros recursos en beautifulmarriages.org

Tradiciones de temporada: Noche familiar Edición de invierno

¿Recuerdas alguna tradición que tenía tu familia cuando eras más joven? Si es así, compártela, si es que tal vez fue abrir un solo regalo en Nochebuena (casi siempre un nuevo conjunto de pijamas), o una visita a tus primos para una comida al aire libre en verano.

¿Qué tal recoger calabazas o pintar huevos de Pascua? Cualquiera que sean tus tradiciones infantiles, sin duda crearon una sensación de comodidad y orgullo en tu familia.

TRADICIONES

- dan a los niños un sentido de identidad.
- ayudan a generar confianza dentro de una familia.
- proporcionan una sensación de seguridad a los niños.
- desarrollan el carácter.



Mirando hacia atrás, es posible que te sientas nostálgico, y la mejor parte es que nunca es demasiado tarde para comenzar una nueva tradición. Esta es una oportunidad para comenzar una nueva tradición familiar. Entonces, reúna a su familia y comience a crear una tradición familiar que será tan única como su familia.

ALGUNAS INSTRUCCIONES...

- Háganlo creativo. Siéntanse libre de pensar fuera de lo común y más allá de cualquier tradición que ya tengan como familia.
- Háganlo suyo. ¿Qué disfruta tu familia junta y cómo puedes hacer de eso una nueva tradición? Si te cuesta decidirte, combina tus ideas en algo completamente único.
- Hazlo divertido. Las tradiciones pueden ser poderosas y brindar seguridad a los niños y entusiasmo por estar juntos, así que conviértanlo en algo que a todos les encantará hacer juntos.



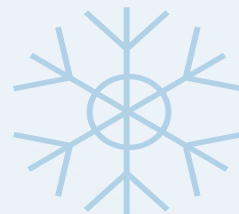
Tradiciones de temporada: Noche familiar Edición de invierno

Algunas pautas...



1. Todo el mundo tiene voz. Todos en su familia deben tener voz y aportes en el desarrollo de la nueva tradición familiar.
2. Todos participan. Todo el mundo debería poder participar de alguna manera y tener un papel que desempeñar.

Algunas ideas para esta temporada...



Cadenas de palomitas de maíz:

Reúna a su familia para un maratón de películas con sus películas navideñas favoritas. Haz muchas palomitas de maíz y disfrútenlas mientras ven la película. Mientras disfrutan de la película y las palomitas de maíz, pueden hacer cadenas de palomitas de maíz que pueden ayudar a decorar su árbol de Navidad.

Luces navideñas:

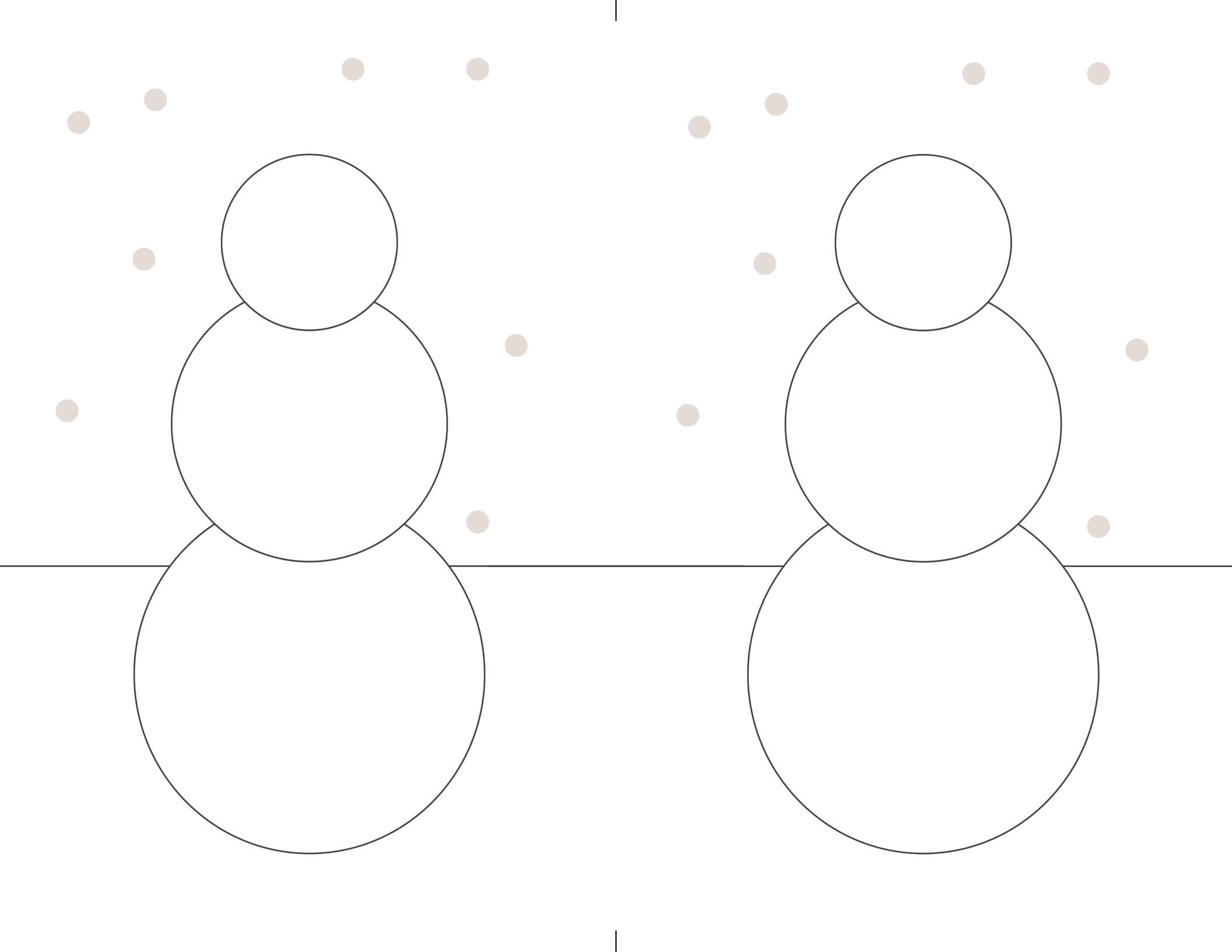
Haga que su familia se ponga su pijama navideño favorito y salga en su automóvil para ver las mejores luces navideñas de la zona. Y asegúrese de detenerse en algún lugar del camino para tomar un chocolate caliente o un dulce.

Decoración navideña:

Reúna a su familia y hablen sobre qué tipo de adorno podría comprar para resumir este último año para su familia. Tal vez tienes un cachorro y compras un adorno con un perro. O tal vez te mudaste a una nueva casa y compras un adorno para recordar tu mudanza. Luego, ve a una tienda local. y encuentren el adorno perfecto para ese año juntos.

Si desea hacer que esta tradición sea más desafiante y agregarle un nivel de creatividad, también puede crear su propio adorno cada año y luego pasar un tiempo juntos como familia haciéndolo como un proyecto artesanal. ¡Pinterest tiene muchas ideas!

beautifulmarriages.org



8 formas de proteger a tu familia de la presión en la temporada navideña.

Por Mary May Larmoyeux

LOS 4 QUE HACER

1. ORAR

Oren sin cesar. –1 Tesalonicenses 5:17

Sintiendo el estrés de las fiestas, hace muchos años, Kit solicitó la ayuda de Dios. Ella lo sintió decir, Confía en mí con tus celebraciones. Dame tus esperanzas y sueños para esta época especial del año. Conozco tus necesidades. Permítanme completarlos. Y cada año desde entonces, Kit ha comenzado la temporada navideña con una oración que le recuerda confiar la temporada al Señor.

2. PLANEAR

Entre los que promueven la paz hay alegría. –Proverbios 12:20b

Jillian y su esposo alivian el estrés de las fiestas mediante la planificación. Deciden dónde pasarán las vacaciones con la mayor antelación posible. "Al hacer esto", dice, "los seres queridos pueden procesar y acostumbrarse a nuestro plan y eso los protege contra los sentimientos de dolor o decepción".

3. DETERMINAR EXPECTATIVAS REALISTAS Y COMUNICARLAS CLARAMENTE

Que responda a los deseos de tu corazón y te conceda todas tus peticiones. –Salmo 20:4

Cuando Trena miró su lista de tareas pendientes de diciembre, sintió un nudo en el estómago. ¿Cómo podría hacer todo? Luego escuchó un programa de radio sobre las vacaciones y se dio cuenta que ella era la causa de su propio estrés. "Bajé mis expectativas sobre mí misma y las festividades y me concentré más en el verdadero significado de la Navidad que en los regalos que daba".

4. DISCUTA SUS PLANES PARA LAS FIESTAS CON SU CONYUGE

Los planes fracasan por falta de consejos. –Proverbios 15:22a

Jillian dice que solo responde a las invitaciones después de consultar con su esposo. Por ejemplo, si su madre invita a la familia a una comida festiva, Jillian le dice: "Tengo que hablar de esto con Kyle. Te haré saber algo pronto."

LOS 4 QUE NO HAY QUE HACER

1. No olvides las verdaderas razones de la temporada

Porque un niño nos ha nacido, un hijo nos ha sido concedido. –Isaías 9:6a

¿Ha notado que Acción de Gracias parece ser la fiesta olvidada? Con demasiada frecuencia, los estantes de las tiendas están llenos de adornos navideños en octubre, con poca mención del Día de Acción de Gracias. Eso es una lástima, porque el Día de Acción de Gracias ofrece una gran oportunidad para concentrarse en la gratitud. Agradecer a Dios, individualmente y en familia, por sus bendiciones. Al centrarnos en las verdaderas razones de las vacaciones, podemos relajarnos. Acción de Gracias y Navidad no son sobre viajes, fiestas o regalos. En cambio, ofrecen oportunidades para alejarse del ritmo frenético de la vida, el tiempo suficiente para agradecer a Dios por sus bendiciones y por el regalo de Jesucristo.

2. No trates de complacer a todos



¿Estoy ahora buscando la aprobación del hombre o de Dios? –Gálatas 1:10a

Hacer felices a todos durante las fiestas es un sueño imposible. Una amiga, que estará embarazada de ocho meses este diciembre, me dijo que se sentía estresada porque sus seres queridos quieren que su esposo y ella conduzcan 10 horas para estar con ellos el día de Navidad. Su esposo le dijo: "Hagamos lo mejor para nosotros". Planean quedarse en casa. Su respuesta: "¡Felicitaciones a él!"

3 No compre en exceso

Ciertamente la gracia de Dios los ha salvado por medio de la fe... es el regalo de Dios. –Efesios 2:8

Una encuesta reciente de Gallup indicó que los compradores estadounidenses estiman que gastarán un promedio de \$712 cada uno en Regalos de Navidad este año. Muchos de nosotros no podemos permitirnos tanto. Con demasiada frecuencia, la alegría de abrir los regalos en diciembre se reemplaza con el estrés de pagar las cuentas en enero. Los hijos adolescentes de Terri tenían expectativas cada vez más altas para los costosos regalos de Navidad. Así que la familia se reunió y decidió ayudarse mutuamente a hacer regalos hechos a mano. El resultado: una "Navidad memorable y que cambia la vida". Y Deb y Eric limitan sus regalos a tres por niño. "Si tres fueron suficientes para Jesús", dice Deb, "¿Por qué necesitamos más?"

4 No trates de hacerlo todo

Conozcamos entre nosotros lo que es bueno. –Job 34:4b

Seamos realistas: las personas son diferentes. Reconocer esto y relajarse con las diferencias puede aliviar la presión navideña, tanto dentro como fuera del hogar. A veces, las visiones de decoraciones navideñas caseras, casas de pan de jengibre, ayudar a los necesitados, cortar un árbol nuevo, etc., bailan en mi cabeza, para que nuestra familia pueda tener la "Navidad perfecta". Pero hay un problema: las personas de la misma familia a menudo valoran las tradiciones de manera diferente, que es reconfortante porque para uno puede ser realmente estresante o totalmente sin sentido para otro. Deb sugiere hablar con su cónyuge y cada hijo sobre lo que hace que la festividad sea especial para ellos. Mantenga las tradiciones más significativas y deseche el resto. Que todos nos relajemos cuando pasemos las páginas del calendario al nuevo año, esperando lo que traerá... ¡especialmente durante la próxima temporada navideña!