**ПОНЕДІЛОК буде СВЯТИМ ДНЕМ**

Вашим днем для Господа буде ПОНЕДІЛОК.

Це буде особистий сімейний день.

Це буде особистий "недільний день".

* Ми плануємо надати відеоматеріали та проповіді.
* Двічі на місяць.
* Оберемо цікаві.
* Хто бажає, є матеріали англійською мовою.
* У Віри є чудовий буклет для жінок.
* Просто використовуйте його лише по понеділках відповідно до порад Віри.
* *Можна прочитати та обговорити 1 розділ книги «Пізнавати Бога».*
* *Неспішна довга прогулянка та відпочинок*
* *Подрімати*
* *Довше поспати вранці / лягти раніше спати*
* *Якщо можна, кожного понеділка їжте не вдома.*
* *Купіть якісь смаколики, як на день народження.*
* *Зробіть понеділок «щасливою нагодою».*
* *Якщо чоловік може щось смачне приготувати, він має це зробити*
* *- Для нього це як хобі.*
* *Чоловік завжди має мити посуд.*

*Це лише пропозиції, які ви можете адаптувати до вашої сім'ї та потреб.*

*Зробіть цей день таким, якого всі чекають з нетерпінням.*

Погляньмо на день для сім'ї і підсумуймо:

а) Час зробити своє фізичне оточення солодким «райським».

Вранці ви можете, наприклад, щось відремонтувати чи зробити щось вдома.

б) Час разом з Ним і для Нього – вашого Всемогутнього Вічного Друга ІСУСА.

Приділіть час для самооцінки.

* Чи піклуюся я про себе?
* Чи маю я особистий час спілкування з Богом?
* Чи близький я до Бога?
* Чи зростаю я духовно?
* Чи такий я хороший чоловік, яким маю бути?
* Чи такий я хороший батько, яким маю бути?

в) Час для оновлення тіла і душі.

Зробити вправи, прогулятися в парку, зайнятися хобі.

г) Час разом з дружиною і для дружини вашої юності.

Потім ви можете ще щось зробити для своєї дорогоцінної дружини чи разом з дружиною.

Піти кудись чи сходити разом по покупки.

Прогулятися в парку чи ще щось. Можливо, пообідати разом у кафе. Після того як діти лягли спати, проведіть ще кілька особливих годин зі своєю дружиною.

д) Час з дітьми і для дітей.

Незабаром діти прийдуть зі школи, ви також можете провести час з ними.