

RECUEIL D'ACTIVITÉS
À DEUX



50 Idées

POUR DES RENDEZ-VOUS ORIGINAUX

CONFIDENCES

Inspirez-vous

POUR SORTIR DE LA ROUTINE ET CRÉER
DES SOUVENIRS INOUBLIABLES.



Voici un recueil de 50 idées pour sortir de la routine et partager des moments mémorables à deux.

Que vous soyez aventureux, créatifs ou simplement en quête de complicité, ces suggestions s'adaptent à toutes les envies !

CONFIDENCES



Rendez-vous EN PLEIN AIR

Faites une promenade dans un parc ou une forêt inconnue.	\01
Louez des vélos pour explorer un quartier ou une ville voisine.	\02
Organisez un pique-nique avec des plats faits maison.	\03
Assistez à un lever ou un coucher de soleil depuis un point de vue.	\04
Allez nourrir des canards dans un lac ou une rivière.	\05



Essayez une activité nautique comme le kayak ou le paddle.	\06
Faites une chasse aux trésors géolocalisée (géocaching).	\07
Explorez un jardin botanique ou un parc floral.	\08
Faites du camping improvisé dans votre jardin ou un lieu proche.	\09
Organisez une soirée à observer les étoiles avec une couverture et un thermos.	\10

Rendez-vous GOURMANDS

Prenez un cours de cuisine ensemble (ex. : cuisine du monde, pâtisserie). \11

Faites un "tour de la ville" en goûtant à plusieurs food trucks. \12

Organisez une dégustation de vins ou de bières artisanales à la maison. \13

Préparez un repas à thème (italien, mexicain, asiatique) et cuisinez ensemble. \14

Testez une nouvelle pâtisserie ou un salon de thé recommandé. \15



Visitez une ferme locale et cueillez vos propres fruits ou légumes. \16

Préparez un repas entièrement avec des ingrédients que vous n'avez jamais cuisinés. \17

Créez un cocktail signature pour votre couple et donnez-lui un nom. \18

Participez à une soirée gastronomique ou à une foire culinaire. \19

Faites une bataille de cupcakes où chacun doit décorer les siens. \20



Visitez un musée ou une galerie d'art que vous n'avez jamais exploré. \21

Allez voir une pièce de théâtre ou une comédie musicale. \22

Assistez à un concert de musique live, même dans un petit café local. \23

Participez à une soirée quiz dans un bar. \24

Lisez un livre ensemble à haute voix ou écoutez un livre audio. \25

Rendez-vous CULTURELS

Découvrez une exposition éphémère ou un festival culturel. \26

Allez voir un film indépendant dans un cinéma d'art et d'essai. \27

Participez à un atelier d'art (peinture, poterie, photographie). \28

Explorez l'histoire locale avec une visite guidée de votre ville. \29

Faites un tour de librairies et choisissez un livre pour l'autre. \30



Rendez-vous AVENTUREUX

Essayez une salle d'échappée game et résolvez des énigmes ensemble. \31

Participez à un cours d'escalade en salle ou en plein air. \32

Faites une initiation au karting ou au simulateur de vol. \33

Essayez un parcours d'accrobranche ou de tyrolienne. \34

Faites un vol en montgolfière ou en hélicoptère (pour les grandes occasions). \35



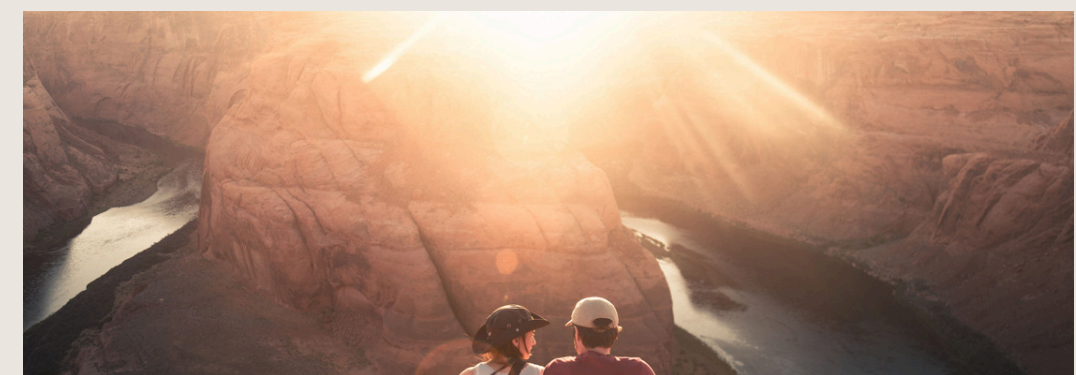
Louez un canoë ou un pédalo pour une escapade sur l'eau. \36

Inscrivez-vous à une course d'orientation ou un défi sportif en duo. \37

Testez une activité insolite comme le lancer de haches ou le tir à l'arc. \38

Faites une randonnée avec une liste d'éléments à trouver (plantes, animaux, etc.). \39

Organisez une journée improvisée sans itinéraire et laissez le hasard vous guider. \40



Créez une soirée spa à la maison avec massages, bougies et musique douce. \41

Installez un cinéma à domicile avec des coussins, des couvertures et un projecteur. \42

Faites un marathon de vos films ou séries préférés avec des snacks. \43

Construisez un fort avec des couvertures et passez-y la soirée à discuter. \44

Préparez un petit-déjeuner complet et prenez-le au lit. \45

Rendez-vous COCOONING

Organisez une soirée jeux de société ou jeux vidéo en duo. \46

Faites une séance de yoga ou de méditation guidée à deux. \47

Parcourez de vieilles photos ou vidéos pour revivre vos souvenirs ensemble. \48

Planifiez ensemble votre prochain voyage ou week-end. \49

Faites une séance DIY en créant des bougies, bijoux, ou décorations. \50

