



**Tutti i diritti di questo e-book sono riservati!**

*Copyright benessereipnosi.com*

## **Idea 1.**

Se il tuo partner se ne va per lavoro per alcuni giorni, digli che ti preoccupi per lui e regalagli un bell'orsetto di peluche.

## **Idea 2.**

In un'occasione speciale compra 5 rose rosse e una artificiale, colloca quella finta nel mezzo e scrivi in un fogliettino "ti amerò fino a quando l'ultima rosa appassirà."

## **Idea 3.**

Inviagli ciambelle o qualcosa che a lui piace al lavoro. Lui non solo si godrà il regalo ma anche l'attenzione dei colleghi.

## **Idea 4.**

Se fate un viaggio insieme, prendi un sassolino e digli che te lo porti come ricordo. Poco tempo dopo daglielo con scritto "ti amo amore".

## Idea 5.

Se il tuo partner lavora fino a tardi prendi una scatola e riempiila con alcune delle sue cose favorite come cioccolatini, biscotti, vostri ricordi etc... dopodiché incolla un foglio con una croce rossa che dica ; “apri questa scatola quando le cose si mettono difficili”

## Idea 6.

### **LANCIATI IN UN "AGGUATO" SESSUALE.**

Questo non vuol dire che devi stare dietro la porta di casa a fargli la posta per coglierlo di sorpresa quando rientra (a meno che tu non trovi davvero eccitante avventarti su di lui con una presa da ninja). Basterebbe soltanto che tu ti faccia trovare in lingerie sexy distesa sul divano. Oppure, se l'intimo ti dà fastidio, poi toglierlo direttamente. A lui non dispiacerà.

## Idea 7.

### **UN APPUNTAMENTO ALL'ULTIMO MINUTO.**

Non deve essere per forza una serata pazzesca. Uscire di mercoledì sera per un drink o un aperitivo è una bella proposta per superare la settimana più facilmente.

## **Idea 8.**

### **I BIGLIETTI PER UNA PARTITA O UN CONCERTO.**

Magari un tuo collega ha dovuto rinunciare ai biglietti all'ultimo minuto e te li ha offerti volentieri. Assicurati che lui non abbia impegni e sorprendilo. Se è una cosa che proprio non ti appassiona, puoi sempre fare finta che hai pensato a lui e a un suo amico perché possano andare insieme.

## **Idea 9.**

### **UN REGALO A SORPRESA.**

Senza che ci sia un apparente motivo. Tutti amano ricevere un regalo per il compleanno, ma non sono mai una vera sorpresa perché tutti noi ce li aspettiamo. Se gli regali una camicia solo perché l'hai vista e hai pensato che potesse stargli bene, può risollevargli la giornata.

## **Idea 10.**

### **PIÙ SESSO**

Sì, il sesso non è mai abbastanza o inopportuno. Afferralo quando sei in pubblico, bacialo appassionatamente in macchina o in cucina. È sempre un bel modo di fargli una sorpresa. Ah, e magari assicurati di non darci troppo dentro quando sei in mezzo ad altre persone. Gli atti osceni sono ancora illegali.

## **Idea 11.**

### **LASCIAGLI UN POST IT CON UN MESSAGGIO D'AMORE NELLA SUA BORSA.**

Lui ha davvero una borsa? Non importa, va bene anche la custodia del portatile. Arrivare al lavoro e sapere che inizia un'altra giornata di lavoro può essere deprimente, ma trovare un piccolo messaggio potrebbe renderlo più felice.

## **Idea 12.**

### **PRENDIGLI I SUOI SNACK PREFERITI.**

Gli piacciono le caramelle gommose o le barrette di cioccolato e riso soffiato? Se conosci bene i suoi gusti e sai cosa lo ingolosisce di più, pensalo quando vai al supermercato e recupera per lui uno snack.

Tutti amano gli spuntini, ma nessuno ha mai il coraggio di comprarsi tutto quello che vorrebbe.

## **Idea 13.**

**FAGLI CREDERE DI ORGANIZZARE UNA SERATA DI SHOPPING E PORTALO, INVECE, AL CINEMA.**

Se davvero ti vuoi divertire, temporeggia con qualche giretto qui e là. Sarà un sollievo per lui quando scoprirà che, invece di dover fare il palo sbadigliando mentre tu vai per negozi, lo stai portando a vedere un film che già puntava da un po'.

## **Idea 14.**

**MANDAGLI UN MESSAGGIO SENSUALE QUANDO È IN RIUNIONE.**

L'importante è che non sia lui a fare la presentazione. Non vuoi mica che distrarlo nel clou della riunione, vuoi solo divertirti un po'.

## **Idea 15.**

### **PRENDITI CURA DI QUELLO CHE LUI HA TRALASCIATO.**

Forse ha bisogno che qualcuno faccia benzina alla macchina o porti le camicie in tintoria. Ognuno ha dei lavori che per mancanza di tempo tralascia. Se lo aiuterai, lui sarà felice e avrà più tempo per te.

## **Idea 16.**

### **IMPROVVISA ANNIVERSARI A CASO.**

La prima volta che avete fatto sesso, la prima volta che siete usciti a cena, la prima volta che siete andati in vacanza in due. Sorprendilo con un pretesto qualsiasi e riservagli un massaggio o un film dopo cena o un piccolo regalo. Dagli la sensazione di festeggiare qualcosa di importante anche se in realtà si tratta di una sciocchezza.

## Idea 17.

### Caccia al tesoro

Organizza una vera e propria caccia al tesoro, completa di indizi per trovare la sorpresa finale: te!

Nascondi vari bigliettini in luoghi ben precisi della città (o di casa). Ogni indizio porterà a quello successivo. Allega anche qualcosa di carino all'indizio stesso, tipo delle frasi d'amore, delle citazioni importanti o dei messaggi che vi siete scambiati durante la vostra storia. Accompagna il tuo partner durante tutto il percorso, così da essere sicuro che riuscirà a trovarli tutti. Come ultimo indizio, scrivi qualcosa che ti viene dal cuore e accompagna la lettera con un regalo, come un braccialetto, un anello, o perchè no, una proposta importante.

In alternativa, sempre se deciderai di nascondere gli indizi per la città, fai accompagnare lei o lui da un amico fidato, a cui avrai detto o mostrato dove sono gli indizi. Poi aspetta il tuo partner in un luogo importante per la vostra storia, come il posto dove vi siete dati il primo bacio, dove vi siete conosciuti o dove vi siete dati il primo appuntamento. Attendilo con una bottiglia di spumante e una torta, oppure organizza un pic-nic romantico.



## Idea 18.

### Camera d'albergo o motel

Volete stare insieme qualche ora per ritrovare la vostra intimità o per cambiare un po'? Prenota una camera d'albergo o di un motel (ci sono le camere a tema che sono stupende), benda il tuo partner e portalo fin dentro alla camera.

Porta tutto ciò che desideri, spumante, fragole, panna spray, cioccolatini, candele, musica di sottofondo, completini intimi da indossare per la serata, ... dopo aver preparato la stanza nei minimi dettagli potrai finalmente togliere la benda al tuo amore e gustarti la sua reazione.

Dopo lo stupore iniziale, l'idea di fare qualcosa di "trasgressivo" renderà il tutto molto eccitante. Non vi resta che lasciarvi andare e godervi questa meravigliosa sorpresa.

Altra idea interessante, potresti prenotare una stanza d'albergo, fare il check-in e cominciare a preparare la camera. Poi esci e raggiungi il suo posto di lavoro. Trova la macchina e usa le seconde chiavi per aprirla. Sistema dei petali di rosa sul sedile e lascia una lettera con su scritto: "Ti aspetto all'hotel X alle ore 19.00 camera n° Y" e poi firmala. Torna in hotel e mettiti comoda in attesa del suo arrivo.

## **Idea 19.**

### **Il suo dolce preferito**

Conosci il suo dolce preferito? E allora mettiti all'opera e preparalo con tanto amore, magari a forma di cuore per essere un po' più romantico. Sacher, tiramisù, crostata di frutta, torta con panna e fragole, ... stupisci il tuo amore prendendolo per la gola con questa dolce sorpresa.

Portaglielo al lavoro, faglielo trovare la mattina sul tavolo, faglielo trovare dopo una brutta giornata, faglielo trovare quando meno se lo aspetta. Ogni occasione è buona.

## **Idea 20.**

### **Spa e relax.**

Porta il tuo partner in un centro benessere, anche solo qualche ora basterà a rilassarsi completamente, dimenticandosi per un attimo dello stress quotidiano. Se lo merita.

Allo stesso tempo, è un ottimo modo per avere qualche ora di intimità al di fuori delle mura domestiche.

Accoccolarsi in una sauna, abbracciarsi in una piscina bollente e sorseggiare del té cullati da una musica rilassante di sottofondo, ti restituiranno il tuo amore completamente rigenerato (e anche te otterrai gli stessi benefici).

Se il centro benessere offre la possibilità di soggiornare per una notte, beh, cogli l'opportunità e prenota una stanza. Passerete una notte indimenticabile lontani da casa vostra, dalla slita routine, dai pensieri. Sarete solo voi due. E basta.

## **Idea 21.**

### **Chiavi di casa**

Se abiti a casa da solo e sei certo di voler condividere il resto della tua vita con la persona che ami, falle una sorpresa che le cambierà la vita: regalale un mazzo delle chiavi di casa tua. È un gesto importante, un gesto romantico per iniziare una vita insieme.

## **Idea 22.**

### **Andate a mangiare fuori**

Qual è il suo cibo preferito? Bene, cerca il miglior ristorante in zona che lo cucina (leggendo le recensioni su tripadvisor), e portacelo sera, così, senza motivo, giusto per sorprenderlo!

Non dev'essere per forza un posto chic o lussuoso, anzi. McDonald's, pizzeria, kebabbaro, ristorante di pesce, sushi, paninaro... va bene tutto, l'importante è che piaccia al tuo amore.

## Idea 23.

### **Tutto ciò che ama...**

Rapisci lei o lui per qualche ora, e portalo a fare ciò che più gli piace.

Ama mangiare una brioche alla cioccolata che fanno solo in un bar? Portalo.

Ama il gelato della gelateria “tal dei tali”? Portalo in gelateria, oppure, portagli a casa (o in ufficio) la vaschetta di gelato.

Ama un ristorante in particolare? Rapiscilo a pranzo e portalo lì, oppure raggiungilo con il cibo d’asporto del ristorante (se effettua questo servizio).

Ama leggere? Portalo in biblioteca o in un bar dove ci sono i libri da leggere.

Insomma, pensa cosa ama fare e, senza nessun motivo in particolare, rapiscilo e fate questa cosa insieme! Sarà una delle sorprese più gradite.

Candele e petali di rosa

Crea un'atmosfera romantica cospargendo una stanza con petali di rosa e sistemando accuratamente delle candele. Poi spegni la luce l'effetto sorpresa sarà assicurato.

## **Idea 24.**

### **Foto per l'ufficio**

Stampa da un fotografo la foto più bella che avete di voi due. Incorniciala e regalala al tuo partner dicendogli di tenerla sulla scrivania del suo ufficio. Sarai sempre con lui.

## **Idea 25.**

### **Mazzo di fiori**

Mettiti d'accordo con un fiorista della sua città e fai recapitare a casa sua o in ufficio, in un giorno qualsiasi, un bel mazzo di fiori. Accompagnalo con una lettera scritta a mano da te, dove potrai dirgli come mai è tanto importante per te.

È importante che i fiori siano mandati senza nessuna ragione in particolare e non solo durante i giorni importanti come il compleanno o l'anniversario. In questo modo sarà una vera sorpresa romantica per lei, ma anche un uomo o ragazzo che riceverà questo tipo di attenzione, ne rimarrà molto sorpreso.

## **Idea 26.**

### **Video**

Crea un video (ad esempio con Windows Movie Maker) con tutte le vostre foto più belle, con spezzoni di video e aggiungi come sottofondo musicale la “vostra canzone”. Tra una foto e l’altra, potresti scrivere delle frasi tratte dai messaggi che vi siete scambiati o dalle canzoni che amate di più.

Inviarlo al tuo amore sullo smartphone, oppure faglielo vedere in una situazione particolare, o ancora, pubblicalo su Youtube e mostraglielo.

## **Idea 27.**

### **Sono follemente innamorato di te!**

Pensi e ripensi a questa persona tutto il giorno, soprattutto ora che siete lontani e non vi vedete quasi mai? Non è che ti sei innamorato? Probabilmente c’è una cosa che devi fare. Una pazzia d’amore! Prendi l’aereo, prendi la macchina, prendi il treno, ma vai da questa persona e digli che ti sei follemente innamorato di lei!

## **Idea 28.**

## **Bigliettino nella tasca del giubbotto**

Scrivi una letterina romantica e gliela lasci in una bustina nella tasca del suo cappotto. Quando roviserà per cercare le chiavi della macchina o dei fazzoletti, avrà una piacevole sorpresa.

## **Idea 29.**

### **Realizza un quadro**

Crea tu stesso un quadro, un dipinto, un disegno e scrivi una dedica romantica sul retro, con la data e la firma. Oltre ad essere qualcosa di unico, è un regalo fatto col cuore per il tuo amore.

## **Idea 30.**

### **Dedica sul giornale locale o alla radio**

Fai capire al tuo partner quanto sia importante per te scrivendo una lettera d'amore sul giornale locale che è solito leggere.

La stessa cosa potresti farla con la radio. Acquista uno spazio di pochi secondi durante il suo programma radiofonico preferito (e che sei sicuro che stia seguendo) e digli quanto lo ami. Rimarrà molto colpito da questa sorpresa.

E con questo abbiamo finito i 30 consigli romantici per sorprendere il tuo partner.

**Corsi consigliati per la situazione che stai affrontando ;**

“[Come essere più felici e vivere meglio.](#)” (*in sconto per clienti vip*) La descrizione del corso la trovi [QUI](#).

“[Ipnosi per aumentare l'autostima](#)”.

Un abbraccio,

Lorenzo Grandi.

[benessereipnosi.com](http://benessereipnosi.com)