

MHC

MAKING HAPPY COUPLES

CONFIANZA ANTE TODO

Tu guía para superar
la ansiedad al salir
con alguien

¿CONFLICTOS EN TU RELACIÓN?

¡Aquí te decimos el secreto
para resolverlos!

ACTIVA EL PODER DE TUS AHORROS

Descubre cómo organizar
tu dinero

Entre chop-sticks y mate

Amor, humor y pañales con la Familia Yu



VOL. 2

¡Hola, hola!



Somos Daniel y Daniella, y estamos súper emocionados de darte la bienvenida a la segunda edición de Making Happy Couples en español. Cuando se nos ocurrió esta idea, no sabíamos si realmente iba a conectar con la gente, pero soñábamos con crear una comunidad donde las parejas pudieran encontrar contenido divertido, útil y real para su relación. ¡Jamás imaginamos que resonaría con tantas personas como tú!

Desde el lanzamiento, su apoyo ha sido simplemente increíble. Cada mensaje, historia compartida y palabra de aliento no solo nos ha conmovido, sino que también ha fortalecido nuestro compromiso con ustedes.

También queremos mandar un agradecimiento muy especial a nuestras expertas, expertos y colaboradores, cuyas ideas, consejos y creatividad son la base de esta revista. Sin su entrega y pasión, nuestra misión de cambiar el mundo, una pareja feliz a la vez no sería posible. ¡Qué honor tenerles a bordo en este viaje!

Así que mientras hojeas esta segunda edición, recuerda que esto apenas comienza. Juntos estamos construyendo algo único: una comunidad donde el amor, las risas y el hermoso caos de la vida se celebran todos los días.



De todo corazón...

¡Gracias!

- Daniel y Daniella



Contenido



- | | | | |
|-----------|----------------------------------|-----------|--------------------------------|
| 2 | Nota del Editor | 17 | Finanzas en pareja |
| 4 | Tips & Trucos | 18 | Tips de Networking |
| 6 | Coach de relaciones | 20 | ¿Por qué no... cocinamos algo? |
| 8 | Parejas reales, historias reales | 20 | ¿Y si tenemos una cita? |
| 12 | Hablemos de Sexo | 21 | Cocktail del mes |
| 14 | Outfits en pareja | 22 | Producto del mes |
| 16 | Parejas famosas | 24 | Horoscouple |



Domina el arte de resolver conflictos en tu relación

¿Las discusiones con tu pareja se sienten como un torbellino emocional? ¡No te preocupes! El conflicto no tiene que ser un "rompe-relación". De hecho, es una oportunidad de oro para acercarse, comprenderse mejor y fortalecer el vínculo. Veamos cómo convertir esos momentos incómodos en diálogos productivos que los unan más.

1. Enfría tu temperamento antes de que suba la temperatura

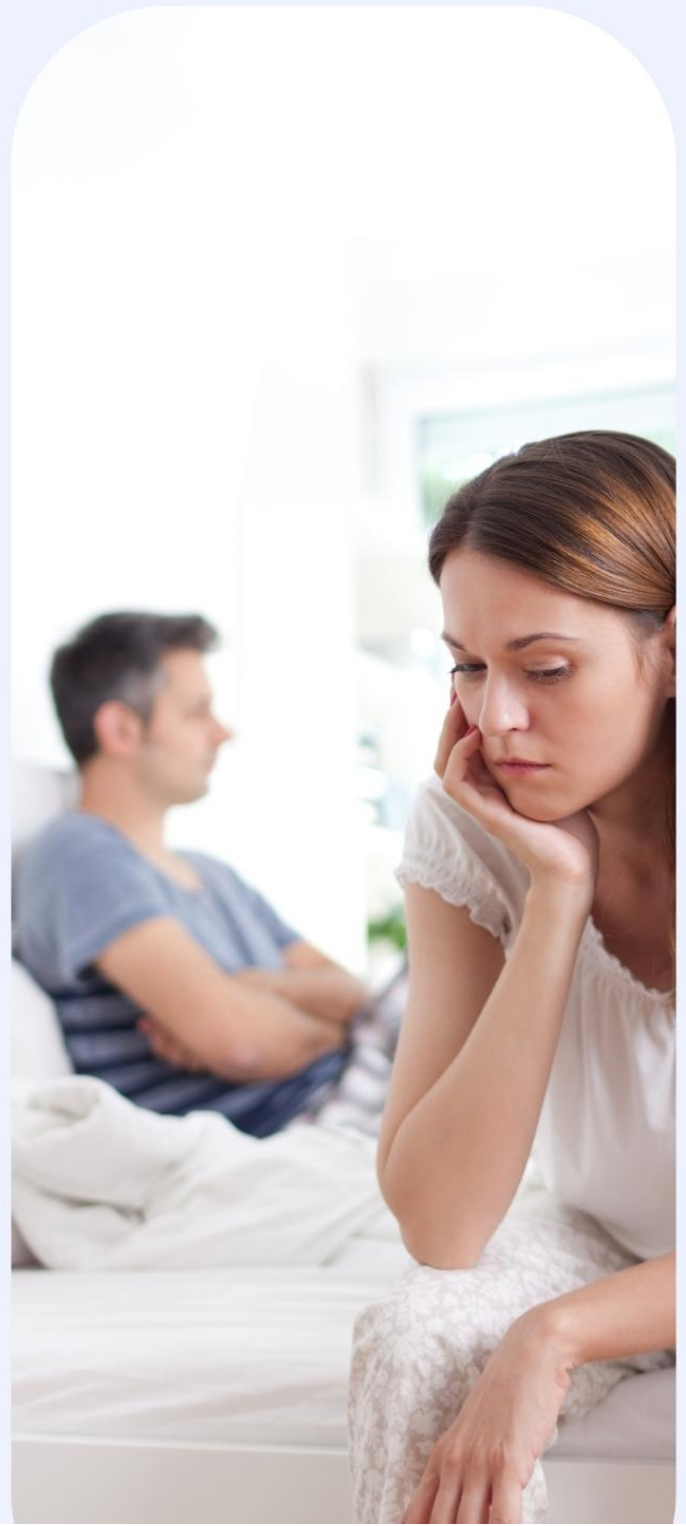
Cuando las tensiones aumentan, es fácil dejar que las emociones tomen el volante. Tip profesional: ¡respira! Puede ser una caminata rápida, unos minutos de respiración profunda, lo que necesites para calmarte. Una vez que ambos estén tranquilos, podrán abordar los problemas con claridad y compasión.

2. Usa tus palabras con sabiduría

¿Has escuchado hablar de las declaraciones en primera persona ("yo siento...")? Son un salvavidas para la relación. En lugar de decir "¡Nunca me escuchas!", prueba "Me siento ignorado cuando hablamos de este tema". Esta forma de expresar tus sentimientos evita que tu pareja se sienta atacada y mantiene abiertas las puertas de la comunicación.

3. Escucha de verdad

Este punto es clave: escucha atentamente lo que tu pareja dice, en lugar de planear tu siguiente respuesta. Muestra que estás presente con gestos como asentir, mantener contacto visual y repetir lo que escuchaste para asegurarte de entender. Frases como "Entonces, lo que me estás diciendo es..." pueden hacer maravillas para que tu pareja se sienta comprendida.





4. Encuentra el problema real

Muchas veces, lo que discutimos no es el verdadero problema. Profundizar un poco puede revelar preocupaciones subyacentes. ¿La pelea es por no lavar los trastes o en realidad se trata de sentirse poco valorado? Llegar al fondo del asunto abre el camino a soluciones más significativas.

5. Acuerden en estar en desacuerdo

Tener opiniones distintas está bien. ¡Acéptalo! La clave es encontrar un compromiso que respete ambas perspectivas. Tal vez no coincidan en todo, y eso está perfecto. Respetar los puntos de vista del otro puede ser incluso más valioso que estar de acuerdo en todo.

6. La práctica hace al maestro

La buena comunicación, como cualquier habilidad, requiere práctica. ¿Por qué no apartar un momento semanal para ponerse al día? Conversen sobre lo que va bien y lo que podría ajustarse. Este puede ser su espacio seguro para hablar de pequeños malentendidos antes de que se conviertan en problemas grandes.

Recuerda: el conflicto es solo el otro lado de la pasión, ambos muestran que se preocupan profundamente. Al dominar el arte de pelear bien, no solo resuelven discusiones, sino que construyen una relación más fuerte, resiliente y lista para cualquier reto que la vida les presente.

Sigan amándose, sigan discutiendo (con respeto) y sigan creciendo juntos.

Confianza ante todo

Tu guía para superar la ansiedad al salir con alguien

POR: SABRINA VISCONTI

En este mundo moderno de las citas que cambia todo el tiempo, hay algo que siempre será clave: **la confianza en ti mismo**. Pero seamos realistas, muchas veces, el camino hacia el amor viene acompañado de nervios, dudas e inseguridades que apagan nuestra chispa interior.

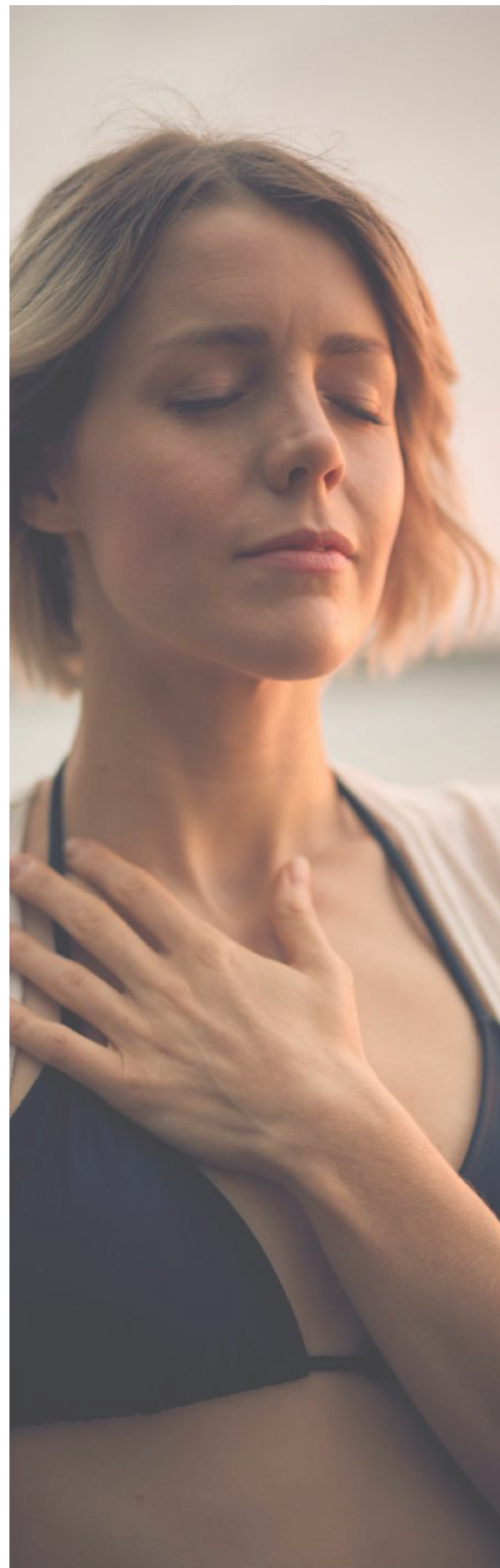
Así que no te preocupes, esta edición está dedicada a darte las herramientas para dejar atrás esa ansiedad y conectar con tu seguridad personal. **Sí se puede y aquí te decimos cómo.**

¿Qué es la ansiedad al salir con alguien?

Sentirte ansioso o con nervios antes de una cita es totalmente normal. Es ese cosquilleo incómodo que viene cuando temes que no gustes, que no seas suficiente o que te rechacen. Reconocerlo es el primer paso para que no te controle.

Tips para subir tu confianza:

- **Conócete y acéptate:** Lo que te hace único, incluyendo tus "defectos", también te hace increíble. Ámate con todo y todo.
- **Afirma lo bueno en ti:** Las palabras tienen poder. Háblate bonito, repite frases positivas y cancela esos pensamientos negativos.
- **Visualízate triunfando:** Imagina una cita donde te sientes seguro, relajado y feliz. Créetela, porque sí es posible.
- **Ponte metas realistas:** No tienes que encontrar al amor de tu vida mañana. Ve paso a paso y celebra cada logro, por pequeño que sea.





Cómo manejar la ansiedad en el momento

- **Respira y relájate:**
Respiraciones profundas antes de salir pueden ayudarte a calmar esos nervios.
- **Practica el mindfulness:**
Meditar unos minutos al día te ayuda a estar presente, calmar tu mente y conectar contigo.
- **Cuestiona tus pensamientos:**
No todo lo que piensas es verdad. Si te dices “no soy suficiente”, respóndete con una afirmación más realista y compasiva.
- **Apóyate en tu gente:**
Amigos, familia o incluso un coach de relaciones pueden darte la contención que necesitas cuando la duda aparece.

Llévalo a la práctica

Usa estas técnicas en tu día a día. Aplícalas en tus experiencias reales, date chance de aprender y reconoce tu crecimiento.

Recuerda: la confianza no es perfección, es mostrarte tal como eres y saber que eso ya es suficiente.

Si estás a punto de empezar tu camino en el mundo de las citas, hazlo con valentía, con fuerza... ¡y con mucho amor propio!

Aquí estamos para acompañarte en cada paso del camino.



Entre chopsticks y mate

Amor, humor y pañales con la Familia Yu

¿Cómo se conocieron una argentina y un chino? ¡Cuéntenos esa historia desde el principio!

Hace 8 años, ambos usábamos Tinder (la app de citas), hicimos match pero nunca llegamos a hablarnos ya que Vicky había eliminado la aplicación ya que en ese momento tenía muchos exámenes. Un mes más tarde vuelve a descargarla y encuentra un mensaje de Emma, el típico "Hola, ¿cómo estás?". Ahí comenzamos a charlar y notamos una muy buena onda, hasta que Emma hizo el primer movimiento para invitarme a tomar algo, aunque tardamos semanas en ponernos de acuerdo, así que me dice de vernos entre semana. Fuimos a un bar y aunque la banda que tocaba no nos dejaba escuchar bien, fue una charla muy linda.

Sobre nosotros

¿Cuánto tiempo llevan juntos?

¡Llevamos 8 años cumplidos el 2 de Julio!

¿Tienen hijos?

Tenemos una hermosa princesa, Delfina que ahora está por cumplir 1 año y medio.

¿Dónde viven?

Vivíamos en capital federal, Buenos Aires, Argentina, pero hemos decidido mudarnos a 200 km, a Chacabuco, donde esperamos poder tener mejor calidad de vida y espacio verde para que Delfina pueda jugar mucho al aire libre.

¿A qué se dedican?

Vicky es médica, Emma comerciante, tiene supermercado.

Un dato curioso sobre ustedes como pareja:

Apostamos mucho entre nosotros a ver quién tiene la razón jajaja, quién pierde tiene que comprar o pagar algo al ganador, tal es así que ya ¡Emma no quiere jugar contra mí!

¿Qué dinámicas o rituales tienen que los hacen únicos como pareja y que recomendarían a otros?

A veces cuando hacemos salida de pareja, jugamos a hacernos los extranjeros.

Para nuestros lectores que puedan estar interesados en sus programas, ¿cuál es la mejor forma de seguirlos o contactarlos?

Usamos mucho TikTok: [@familiayu_](#)
Aunque usamos mucho las historias de Instagram para mostrar nuestro día a día.

Salimos a la terraza y, de pronto, Emma me pregunta:
—“¿Tus pestañas son falsas?”
—“¡No, son mías!” —respondí.
En ese instante se acercó y me dio un beso. ¡Fue un momento tan lindo y romántico!

¿Cuál fue su primera impresión el uno del otro? ¿Recuerdan algún malentendido cultural divertido?

Vicky: “Yo estaba enamorada a primera vista, él era todo lindo jaja”.

Emma: “Me pareció hermosa, me encantó su perfume”.

Hubo un malentendido cuando apenas llevábamos unas semanas juntos. En ese momento, yo (Vicky) confundí por error a Emma con su hermano y su novia cerca de mi casa, ¡y me puse súper mal!

Inmediatamente le mandé un mensaje preguntándole si había estado por ahí, y Emma me respondió riéndose:

—“¡Viste a mi hermano!” Jajaja.
¡Yo me moría de vergüenza!

De todos los idiomas que comparten, ¿cuál es el que más usan para comunicarse en casa?

Español definitivamente, Emma sabe el chino dialecto de la provincia de sus padres, no el chino mandarín que es el de la capital y el que queremos que aprenda delfi. Aunque algunas palabras le enseñamos.

Ustedes hacen reír a miles de personas todos los días, ¿pero qué los hace reír a ustedes como pareja?

Emma: Vicky es súper loca, sale con cada ocurrencia en plena calle, no tiene vergüenza.

Vicky: la verdad que nos reímos mucho de lo compañeros que somos, podemos estar peleando que a los 10 minutos se nos pasa y nos estamos riendo.



Ser padres es una aventura en sí misma, ¿qué ha sido lo más inesperado (o más gracioso) que les ha pasado criando a su hijito?

Ser padres es todo un desafío, yo (Vicky) quizás tenía un poco de experiencia cuidando sobrinos pero ver a Emma como se tuvo que aprender lo que era un body, una calza y un osito, fue de los más divertido.



“Si tenemos nuestros momentos familiares, que son solo nuestros”

**¿Cómo fue el paso de pareja a familia?
¿Qué cosas cambiaron, y qué cosas no?**

Ahora ya no somos prioridades, sino que Delfina pasó a ser el centro de nuestro mundo, hoy podemos decir que nos organizamos mejor y tenemos nuestro tiempo en pareja, solos, salimos nuevamente a comer y demás.

En sus videos vemos muchas situaciones reales con un toque de humor. ¿Alguna vez una pelea se volvió un guion viral?

¡Sii! Nos ha pasado que estamos discutiendo en casa, nos miramos cómplices y decimos: ¡Esto puede ser un video muy bueno!

¿Qué tan difícil (o fácil) es trabajar juntos y ser pareja al mismo tiempo? ¿Tienen reglas o momentos sagrados “sin cámaras”?

Es difícil, porque al tener cada uno su profesión más allá de las redes, tenemos que coordinar muy bien días y horarios a filmar lo que planificamos. Y trabajar juntos en las redes también llevó a malos entendidos, de decir esto quedaría mejor así y el otro no está de acuerdo. Si tenemos nuestros momentos familiares que solo son nuestros, que ambos estamos de acuerdo de mantenerlo privado no exponer todo.

¿Qué han aprendido el uno del otro gracias a sus culturas? ¿Alguna costumbre que hayan adoptado y ahora no puedan vivir sin ella?

Vicky: a mi me gustaba hace ya mucho la cultura asiática en general. Pero con Emma aprendí mucho de comidas, formas de cocinar, y adopté costumbres como no andar con los zapatos de la calle adentro de la casa, ahora hasta se me hace incómodo si no ando en ojotas. Emma: Con Vicky aprendí mucho del cariño, yo no era muy demostrativo y ella todo lo contrario, así que me volví más atento. Además también comí cosas argentinas que nunca había probado y me volví fan (té con leche, mate cocido con leche, fideos con queso).



¿Qué consejo le darían a otras parejas interculturales que están comenzando?

Paciencia, mucha. Y que ambos estén dispuestos a abrirse al otro, porque a veces puede ser muy chocante el cambio cultural pero mientras los dos sientan lo mismo es cuestión de tiempo y paciencia. La cultura china es MUY distinta a la argentina tanto comida, celebraciones, demostración de cariño, etc. Hay que balancear todo.

¿Y a los padres primerizos que sienten que ya no tienen tiempo para ser pareja?

Al principio nos costó mucho volver a encontrar ese tiempo para nosotros, hay parejas que lo hacen enseguida, nosotros no. Hoy en día podemos decir que tenemos nuestro tiempo, salidas. Es cuestión de organizarse y obvio tener quien se quede con la bebé.

¿Cómo imaginan a su familia dentro de cinco años? ¿Con más bebés, más sketches... o ambos?

Si, en 5 años quisiéramos tener por lo menos 1 hijo más. Esperamos haber crecido mucho más con las redes ya que nos encanta realmente hacerlo e interactuar con los que nos siguen.

¿Cuál ha sido el comentario o mensaje más emotivo que han recibido de parte de sus seguidores?

La verdad es que no tenemos un comentario en particular, hemos recibido muchísimo amor y cariño de tanta gente que no podríamos elegir uno, si tenemos contacto con algunos seguidores que los siguen y comentan hace mucho. Siempre vamos a estar muy agradecidos con todos, por seguirnos en nuestras locuras.

Si tuvieran que describirse como pareja en tres palabras, ¿cuáles serían?

Confianza, complicidad, perseverancia.

Si pudieran cambiar el mundo una familia feliz a la vez, como completarían la siguiente frase: ¿Por qué no.....?.

¿Porque no demostrar que la felicidad en casa puede transformar el mundo?

Descubriéndonos: **Tips para parejas que apenas empiezan a ser íntimas**

Por: Amy Rowan



Amy Rowan

Sexóloga clínica y coach de intimidad certificada. Me apasiona ayudar a liberar todo el potencial de placer que llevas dentro. Desmonto los mitos que impiden disfrutar de las experiencias sexuales, te ayudo a superar la vergüenza y el miedo, y además a experimentar la conexión y la confianza en la intimidad.

Entonces, tú y tu pareja están listos para llevar las cosas al siguiente nivel, ¡qué emoción! Navegar en estas nuevas aguas de la intimidad puede ser emocionante pero también un poco intimidante. ¡No te preocupes! Ya sea la primera vez que exploran esto o lo hagan con una nueva pareja, aquí van algunos tips para que la experiencia sea fluida, divertida y memorable.

1. Prioriza tu salud

Primero lo primero: ¡la salud también es sexy! **Hagan de las pruebas de ETS** algo rutinario en su relación. Saber que los dos tienen un estado de salud limpio les dará tranquilidad y confianza para disfrutar más. Y ya que estamos en el tema, usar doble protección (por ejemplo, condón + anticonceptivos) es un movimiento inteligente si aún no están listos para bebés. Recuerda: hasta los mejores planes pueden fallar, así que siempre es bueno tener un respaldo.



4. Dejen las comparaciones

Un tip que casi nadie dice: no traigas a tu ex a la cama, ni literal ni en la cabeza. Comparar a tu pareja actual (o a ti mismo) con experiencias pasadas es un apagón total. Mantente en el presente, concéntrate en la persona que tienes enfrente y recuerda que cada conexión es distinta. La clave es construir algo genial juntos.

5. Tómenselo con calma

Cuando la cosa empieza a ponerse buena, es fácil querer correr directo al “gran final”, pero mejor bájense al ritmo y disfruten el camino. Enfóquense en el placer del momento, no solo en el orgasmo. **Cuando se concentran en gozarse mutuamente, todo lo demás fluye**, y aunque no siempre termine en el clímax, la experiencia puede ser igual de increíble. Apunten a divertirse y sentir rico, lo demás llega solito.

2. Hablen sin pena

Elijan un lugar cómodo y tengan una charla sincera sobre lo que les gusta, lo que no, y sus límites antes de que suba la temperatura. No es solo buena onda, también se trata de asegurarse de que ambos lo pasen increíble. Pregunta cosas como: “¿Qué disfrutas más?” o “¿Hay algo que no te late?”. Tu pareja valorará mucho la apertura y estará más dispuesta a que todo sea una gran experiencia para los dos.

3. Suelten las expectativas

Hablemos claro: olvídense de esas escenas ardientes de película, todo eso está coreografiado y editado, nada que ver con la vida real. Si en medio de la intimidad les da risa porque algo no salió como esperaban, está bien. Esto no es un show, es un momento para disfrutar. Relájense, improvisen y dejen que los momentos espontáneos hagan que su experiencia sea única.

*“Enfóquense en el
placer del momento,
no solo en el
orgasmo”*

Ahí lo tienen: cinco consejos para disfrutar esos primeros pasos en la intimidad con tu pareja. Con estas ideas en mente, tendrán un inicio alegre, sano y súper satisfactorio. Éntrenle sin miedo, rían mucho y disfruten cada momento de descubrimiento. ¡Feliz exploración!

De tu clóset al mío:

Una aventura divertida y coqueta para parejas

Por: Esmeralda Chávez

Muchas parejas caen en rutinas de estilo. Ya saben qué les queda bien y no se mueven de ahí. Pero... ¿y si hubiera una manera de darle un giro juguetón y fresco a sus clósets? Aquí entra el intercambio de ropa.

Cambiar prendas con tu pareja resulta sorprendentemente divertido y hasta romántico. Te permite verlo o verla con otros ojos, descubrir tesoros escondidos en su guardarropa, ¡e incluso adueñarte de esa prenda favorita que siempre te había gustado!

¿Por qué intercambiar ropa?

- **Salir de la rutina:** ¿Atrapados en la monotonía fashion? Intercambiar ropa te obliga a probar nuevos estilos y siluetas que tal vez nunca te habrías imaginado usar.
- **Descubrir tesoros ocultos:** Nunca sabes qué joyas puedes encontrar en el clóset de tu pareja. Puede ser una playera vintage de banda o ese suéter cozy que podría convertirse en tu nuevo favorito.
- **Ver a tu pareja con otros ojos:** Siempre es divertido ver a tu amor en un outfit diferente. Este intercambio puede mostrarte un lado inesperado de su estilo.
- **Diversión coqueta:** Admitámoslo, hay algo muy juguetón (y sexy) en ver a tu pareja usando tu ropa... o tú la suya.
- **Moda sustentable:** Es una gran forma de refrescar tu clóset sin gastar un peso ni contribuir a la moda rápida.



Cómo hacer un intercambio de ropa como pros



Mi nombre es Esmeralda Chávez, soy originaria de Venezuela y vivo en Miami desde 2017. Soy licenciada en Lenguas Modernas y he estudiado Fashion Business y Fotografía de Moda en el Instituto Marangoni en Miami. Como diseñadora y CEO de mi marca de accesorios hechos a mano, CrystalDust, me apasiona la moda y su capacidad artística para resaltar lo mejor de cada persona. Para mí, la moda es el lienzo perfecto para expresar la individualidad y mostrar lo que nos hace únicos. Otra de mis pasiones es la escritura, en la cual plasmó mi creatividad en cada palabra.

- **Crea el ambiente:** Pon velas, música y hazlo una experiencia divertida y romántica.
- **Saquen las prendas:** Coloquen en la cama o el piso toda la ropa que estén dispuestos a compartir.
- **Tomen turnos eligiendo:** Decidan si cada quien escoge para sí mismo o para su pareja. ¡La clave es estar abiertos y aventureros!
- **No olviden los accesorios:** Cinturones, collares, mascaradas... un detalle puede transformar todo un look.
- **¡A posar!** Una vez armados sus nuevos outfits, tómense fotos para recordar esta aventura fashion.

Ideas para fotos perfectas

- **Selfie frente al espejo:** Capturen sus looks intercambiados en un espejo de cuerpo completo. Imaginen su cuarto iluminado, el espejo recargado contra la pared, y ustedes dos posando juntos, celular en mano.
- **Fotos espontáneas:** Saquen poses divertidas mientras conviven y se divierten con sus nuevos atuendos. Por ejemplo: tirados en el sillón, abrazados, él usando tu vestido floreado favorito con lentes de sol y tú con su sudadera oversized, ambos riendo mientras toman café.

Recuerda: lo más importante es divertirse y disfrutar la experiencia.

Así que en la próxima cita, en lugar de la típica cena elegante, intenten un intercambio de ropa. ¡Se sorprenderán de cuánta diversión (y cuánta inspiración de estilo) van a encontrar!



Diego Boneta y Renata Notni

No todas las parejas jóvenes de Hollywood latino sobreviven a la fama, los rumores y las redes sociales. Pero Diego Boneta y Renata Notni están escribiendo una historia distinta: discreta, sólida y sin dramas públicos. Lo suyo no ha sido un escándalo, sino una construcción. Desde que confirmaron su relación en 2021, han demostrado que se puede vivir el amor bajo los reflectores, pero con los pies firmemente en la tierra.

El inicio: dos carreras en ascenso y una conexión real

Ambos ya tenían carreras exitosas antes de cruzarse. Diego brillaba tras protagonizar Luis Miguel: La Serie, mientras que Renata se consolidaba como una de las actrices más prometedoras de México. Se conocieron por amigos en común y comenzaron a salir lejos de las cámaras. De hecho, mantuvieron su relación privada durante los primeros meses, antes de hacerla oficial en redes sociales.



Cero escándalos, mucha complicidad

Desde entonces, han sido un ejemplo de cómo equilibrar carreras públicas con una vida personal privada. Se acompañan en eventos importantes, vacacionan juntos (¡y nos dan couple goals en Instagram!), pero sin caer en la sobreexposición. En lugar de dar entrevistas sensacionalistas, dejan que su complicidad hable por sí sola. Se apoyan mutuamente en proyectos profesionales y comparten momentos cotidianos que muestran una relación basada en el respeto, el humor y la admiración.

Lo que podemos aprender de ellos

Privacidad no significa ocultar: Han encontrado un punto medio entre compartir y proteger su intimidad.

- Éxito individual, apoyo mutuo: Cada uno brilla con luz propia, sin opacar al otro.
- Crecimiento conjunto: Se nota que esta relación no solo es romántica, sino también de crecimiento emocional y profesional.

Una pareja joven, pero con visión madura. Diego y Renata nos recuerdan que el amor joven también puede ser serio, estable y consciente. Que se puede vivir una relación hermosa sin convertirla en un espectáculo, y que cuando hay conexión real, la fama no es un obstáculo, sino simplemente otro escenario.

¡Activa el poder de tus ahorros!

Este mes vamos con todo para hacer crecer sus ahorros. Es momento de pasar de ser presupuestadores moderados a ¡superhéroes del ahorro en pareja! ¿Listos para alcanzar sus metas juntos?

Tip 1: Definan sus metas de ahorro como equipo

Empiecen con el final en mente. Siéntense juntos y decidan para qué están ahorrando. ¿Unas vacaciones en la playa? ¿Su nuevo hogar? ¿Un fondo de emergencia? Visualicen la meta y pónganle fecha. Recuerden: ¡un objetivo sin plan es solo un deseo!

Tip 2: Activen el ahorro automático

Ahorrar puede ser tan fácil como respirar. Configuren transferencias automáticas a su cuenta de ahorro cada que reciban su pago. Es como tener un entrenador financiero para su cartera: avanzarán sin darse cuenta.

Tip 3: Hackeen sus hábitos

Los pequeños cambios hacen la gran diferencia. Reemplacen gastos caros por actividades divertidas y accesibles. ¿Aman salir a cenar? Intenten un picnic en el parque o una cena casera. ¿Son fans del cine? Organicen una noche de películas en casa. Cada cambio suma turbo a sus ahorros.

Tip 4: Usen la tecnología a su favor

Existen apps que hacen el ahorro más fácil o incluso las funciones de ahorro de su banco. Algunas redondean sus compras y guardan el cambio, otras ayudan a dar seguimiento a sus gastos. ¡Es como traer un asistente financiero en el bolsillo!



Tip 5: Armen un reto de ahorro

Háganlo divertido creando un desafío. Pueden probar el reto de las 52 semanas (ahorrar un poquito más cada semana) o un mes sin gastos innecesarios. Vuelvanlo competencia amistosa para ver quién ahorra más: el ganador se lleva las medallas... y quizá un premio sorpresa.

Con estas estrategias, ustedes dos pueden multiplicar su poder de ahorro y disfrutar ver cómo sus sueños financieros toman forma. Así que pónganse la capa, porque juntos... ¡son imparables!

Networking en pareja



En una era de avances profesionales rápidos y escenarios sociales dinámicos, el networking se ha vuelto más que una necesidad profesional: es una manera de ampliar horizontes, fomentar el crecimiento personal y, curiosamente, fortalecer la relación de pareja. Para las parejas, el networking puede convertirse en un proyecto compartido que no solo expande los círculos profesionales de cada uno, sino que también profundiza la comprensión y el apoyo mutuo. Aquí te contamos cómo aprovechar sus conexiones sociales para beneficio de ambos.

Doble fuerza en eventos sociales

Cuando las parejas asisten a eventos juntos, ya sean fiestas, reuniones después del trabajo, cumpleaños o reuniones familiares, duplican su alcance. Cada uno aporta su personalidad, habilidades y contactos únicos, potenciando el networking del otro. Al dividirse y apoyarse en estos encuentros, pueden conocer a más personas y presentarse mutuamente a nuevos grupos, abriendo puertas que quizás de otro modo permanecerían cerradas.

Conocer y aprovechar las diferencias

Cada persona tiene fortalezas distintas. Uno puede ser más extrovertido y cómodo iniciando conversaciones, mientras que el otro destaca en charlas profundas uno a uno. Reconocer y usar estas diferencias en eventos sociales maximiza la eficiencia e impacto. Por ejemplo, el más sociable rompe el hielo y presenta al más reservado a nuevos contactos, quien luego puede generar conexiones más profundas.

Frente unido

Mostrar un frente unido también es útil en ambientes donde lo profesional y personal a menudo se mezclan, como en industrias pequeñas o creativas. Como pareja, demostrar que se apoyan mutuamente y que son competentes profesionalmente aumenta la credibilidad y genera confianza, facilitando conexiones más auténticas.

Cómo manejar los retos

Hacer networking juntos también presenta desafíos. Es importante equilibrar para que ambos se sientan involucrados y valorados. Conversar sobre expectativas y fijar metas antes de cada evento ayuda a evitar malentendidos. Además, cada uno debe reservar tiempo para dar seguimiento individual a los nuevos contactos, asegurando que el crecimiento profesional de ambos sea equilibrado.

Capital social reforzado

Las parejas que hacen networking juntas no solo amplían su red profesional, sino que también enriquecen su relación al compartir experiencias y apoyar los objetivos profesionales del otro. Esta faceta compartida de su vida genera mayor empatía y comprensión frente a los retos y logros diarios de cada uno.





Tips prácticos para hacer networking en pareja

1 Prepárense juntos: Revisen la lista de asistentes antes del evento e identifiquen a personas clave que puedan beneficiar sus carreras.

2 Tengan una señal: Establezcan señales discretas para ayudarse a salir de conversaciones largas o invitarse a charlas estratégicas.

3 Dividan responsabilidades: Decidan quién habla con quién y de qué tema, luego intercambien la información al final del evento.

4 Den seguimiento individual: Aunque asistir juntos es genial, el seguimiento individual permite desarrollar relaciones profesionales propias.

5 Celebren los logros juntos: Después del evento, tómense un momento para celebrar nuevas conexiones u oportunidades, reforzando el valor de su colaboración como pareja.

Hacer networking en pareja puede transformar la tarea, a veces intimidante, de construir relaciones profesionales en una experiencia divertida y enriquecedora. Al apoyarse mutuamente, no solo amplían su panorama profesional, sino que fortalecen su relación, haciendo que cada presentación sea un paso adelante en su camino juntos.



¿por qué no... cocinamos algo?

¡Perfección de Club Sandwich!

¡Prepárate para crear tu propio club sandwich épico!

- 1 Comienza seleccionando tres rebanadas de tu pan favorito y tuéstalas ligeramente hasta que queden perfectas.
- 2 Unta mayonesa en una rebanada y mostaza en otra, preparando el escenario para una explosión de sabor.
- 3 Ahora viene la magia: agrega lechuga crujiente, rebanadas jugosas de jitomate y pepino en láminas finas para un toque fresco y crujiente.
- 4 Pero eso no es todo: coloca pavo deli jugoso, jamón sabroso y tocino crujiente para llevar tus papilas a un viaje inolvidable.
- 5 Cierra con la última rebanada de pan y asegura todo con palillos, logrando ese acabado perfecto para foto.
- 6 Córtalo en diagonal como un profesional y ¡admira tu obra maestra!

Ingredientes (para 2 porciones)

- 3 rebanadas de pan
- Mantequilla suavizada
- 3 cucharadas de mayonesa
- Lechuga romana
- 2 rebanadas de jitomate
- Sal
- Pimienta negra recién molida
- 2 piezas de tocino, cocido
- 1 rebanada gruesa de queso cheddar
- 2 rebanadas de pavo
- 2 rebanadas de jamón



¿Y si tenemos Una cita?

Tienda de segunda mano

Prepárate para poner a prueba tu creatividad con un reto de tiendas de segunda mano. Reúne a tu pareja y embárcate en una búsqueda del tesoro por los pasillos de las tiendas de segunda mano de tu zona. Con un presupuesto ajustado y una imaginación desbordante, prepárate para descubrir joyas ocultas y hallazgos de última moda que harán que ambos sean el centro de atención, por las buenas y las malas.





cocktail

¡del mes!

Espresso Martini

El Espresso Martini fue inventado por Dick Bradsell a finales de los años 80 en el Fred's Club de Londres, por petición de una joven que quería una bebida que "me despierte y luego me destruya". Bradsell recordó que la cafetería del Soho Brasseries estaba justo al lado de la barra, lo que hacía difícil que los posos de café no se regaran por todos lados. En esa época, el vodka era la bebida favorita, y Bradsell lo combinó con café para crear el ahora famoso Espresso Martini.

Ingredientes y herramientas

- 50 ml de vodka
- 25 ml de licor de café
- 45 ml de espresso
- 1 pizca muy pequeña de sal
- 1 shaker (tipo Boston o Parisino)
- 1 colador (también llamado Hawthorne)
- 1 colador fino (tipo coco)
- 1 jigger (medidor)

Preparación

1. Agrega todos los ingredientes al shaker.
2. Llévalo con hielo fresco y agita vigorosamente.
3. Cuela doblemente usando el colador Hawthorne y el colador fino sobre una copa de Martini.
4. Decora con tres granos de café.

¿Por qué elegir un Espresso Martini para una ocasión romántica?

Este cóctel nació cuando alguien joven pidió una bebida que los mantuviera activos durante toda la noche y, quizá, hasta el día siguiente.

A veces, podemos tomarnos el tiempo para hacer algo especial que nos mantenga despiertos y haga el momento único.

¿Por qué preparar algo que se puede disfrutar en cualquier parte del mundo? Porque nadie más lo hará como ustedes dos esta noche.

¡Así que disfrútenlo!





Laugh Together: ¡Risas sin parar!

Laugh Together es el juego perfecto para parejas que quieren dejar atrás lo rutinario y reconectar de una forma llena de diversión. Ideal si buscas algo más que una cita común.

Lo que incluye:

- 200 cartas divididas en 3 categorías: Talento, Trivia y Juegos. Cada una con retos, preguntas y juegos que garantizan risas compartidas.
- Un dado para determinar qué categoría jugarás.
- Lápices y blocs para llevar puntajes o escribir respuestas.
- 20 cartas de premio para añadir aún más sorpresa al juego.

Perfecto para:

- Romper la rutina cuando no saben qué hacer
- Noches en casa, fines de semana o cualquier momento de relax en pareja
- Regalos de aniversario, cumpleaños o simplemente para demostrar cariño de una forma original.

Precio especial mensual: En Amazon México, el precio está alrededor de \$449 MXN.

Laugh Together no es solo un juego: es una excusa para reír juntos, conocerse más, sorprenderse, y crear momentos que se quedan en la memoria. Si quieres que tu relación tenga detonadores de alegría, este producto del mes lo cumple al 100 %.





HOROSCOUPLE

by Mariamely Leoni



Mariamely Leoni

**Coach de Desarrollo
Consciente**



**Certificada en
Lectura de Carta
Natal**



@masquemama.club

Seguro vas a estar de acuerdo conmigo: la comunicación es el problema #1 que enfrentan las parejas, y a veces parece que hablamos en código Morse cuando en realidad deberíamos dominar el idioma del amor.

Dicen que debes tratar a los demás como te gustaría que te trataran, pero yo tengo una versión cósmica de esa regla de oro: trata a tu pareja como a ellos les gusta ser tratados. Al final, ¿de qué sirve hablar el idioma del amor si tu pareja domina un dialecto que ni conoces? Cuando conectas con el estilo único de comunicación de tu signo y el de tu pareja, logras un puente estelar que lleva la relación a otro nivel.

Así que toma tu Horoscouple y prepárate para un viaje celestial a través del universo de la comunicación en pareja. Te prometo que será tan iluminador como entretenido.

SIGNOS EN SINTONÍA

Cerrando la brecha de comunicación entre signos



Aries

Ve al grano, directo. Usa palabras positivas y frases que transmitan energía, acompañadas de gestos llamativos para darle fuerza. Mejor frases cortas, intensas y sin rodeos.



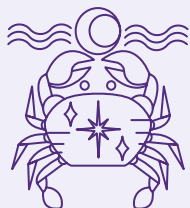
Tauro

Habla con claridad, que cada palabra brille por sí sola. Usa oraciones breves y precisas. Muéstrales las recompensas tangibles que pueden obtener, pinta con palabras lo que hay para ellos. Y dales su tiempo: necesitan saborear las decisiones como un buen vino.



Géminis

Sé ágil, dinámico y flexible con tus palabras. La velocidad es clave al hablar con ellos. Si se desvían, tráelos de vuelta suavemente, siempre con respeto. Y animales a actuar con frases breves, chispeantes y directas.



Cáncer

Abrígalos con un lenguaje cálido y protector. Evita la crítica, aunque sea constructiva, porque podrían confundirla con rechazo. Valida siempre lo que sienten: sus emociones son tan reales como las estrellas. Usa frases que empiecen con “yo siento”; llegan directo a su alma.



Leo

Llénelos de reconocimiento por sus logros. Protege su autoestima a toda costa. Si hace falta corregirlos, hazlo en privado y con tacto, sin dañar su orgullo. Y recuerda: para ellos, la jerarquía siempre debe quedar clara.



Virgo

Habla con precisión, cuidando cada detalle. Usa un vocabulario amplio, pero bien elegido, porque para ellos las palabras tienen mucho peso. Refuerza su valor recordándoles lo sabios que son; a veces olvidan lo inteligentes que en verdad resultan.



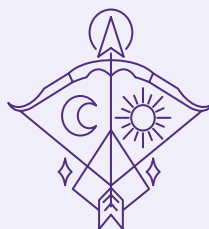
Libra

Encuentra el equilibrio entre la suavidad y la firmeza. Motívalos con frases inspiradoras. Guía, pero no decidas por ellos: acompáñalos en el proceso. Y siempre con estilo: evita la vulgaridad.



Escorpio

Sé directo, claro como el agua; nada de rodeos. Ten paciencia y, si hace falta, repite las cosas con amabilidad. La verdad, aunque duela, es lo que más valoran: para ellos, la honestidad es puro magnetismo.



Sagitario

Escoge bien tus palabras, porque podrían usarlas en tu contra. Déjate llevar por la conversación hasta encontrar un punto en común. Respeta su visión del mundo e intégrala en la tuya. Háblales como iguales: nada de jerarquías.



Capricornio

Prefieren la comunicación escrita, así que los mensajes o notas son lo suyo. Evita los dramas emocionales; céntrate en temas prácticos o en aquello que dominan. Y recuerda: un “no” de Capricornio nunca es definitivo, siempre hay rendijas por donde entrar.



Acuario

Plantea tus ideas como preguntas, no como órdenes. Sugiere en lugar de imponer; necesitan sentirse incluidos. Sé claro y conciso, casi como un telegrama. Eso sí: olvídate de cualquier tono autoritario.



Piscis

Háblales con ternura, como si tus palabras fueran un abrazo. Nada de rudeza ni vulgaridad. Toca su fibra moral apelando al sentido de lo correcto: lo que dicta la sociedad, la tradición o la ley.



Directorio



Amy Rowan Clinical

Sexóloga

📧 @amyrowanintimacycoach

amy.rowan.intimacy@gmail.com



Mariamely Leoni

Coach de desarrollo consciente
en lecturas de carta natal

📧 @masquemama.club



Esmeralda Chavez

Diseñadora de joyería

📧 @crystaldustdesigns



Sabrina Visconti

Coach de relaciones
www.visecure.net



Esteban Enrique

Cabrera Luquez

Bartender

📧 @esteban.cabrera_V_



Si quieres aparecer o colaborar,
contáctanos en:
info@makinghappycouples.com

MHC
MAKING HAPPY COUPLES

BY



makinghappycouples.com

AVISO

Si bien nos esforzamos por ofrecer contenido útil y perspicaz, es importante destacar que "Making Happy Couples" no pretende sustituir el asesoramiento profesional. Los artículos, consejos y recomendaciones que presentamos en nuestra revista se basan en experiencias personales, investigaciones y opiniones de expertos, pero no deben interpretarse como asesoramiento profesional ni terapéutico.

