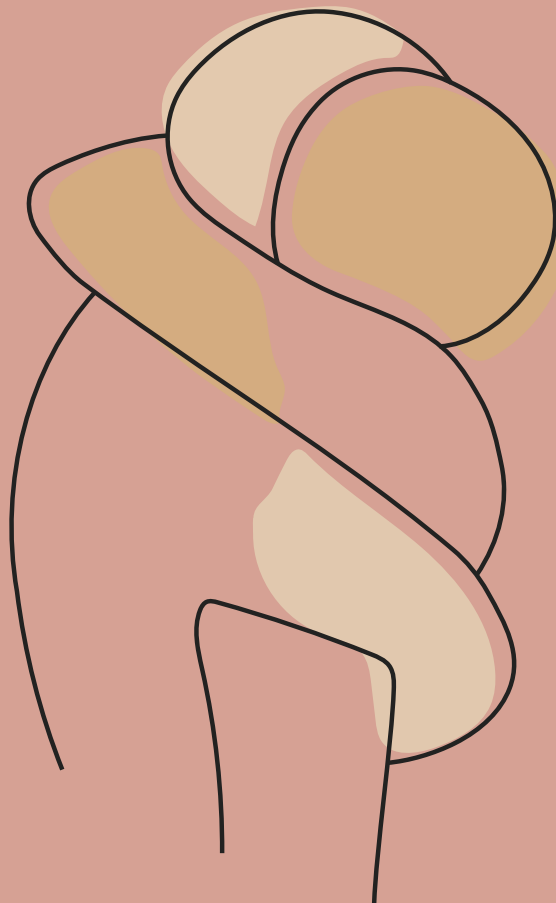


Relatie must do's

"De kwaliteit van onze relaties, bepaalt de kwaliteit van onze levens"



Relatie must do's

7 dingen die jij vandaag voor jullie relatie kunt doen!



Vertel je partner voor het slapen gaan wat je zo waardeert aan hem of haar



Spendeer tijd samen (zonder afleiding zoals telefoon of tv)



Neem verantwoordelijkheid voor je eigen geluk (en leg dat niet bij je partner)



Spreek uit wat je wensen en behoeftes zijn (hoe spannend dat ook is)



Verras je partner, het hoeft niet groots, maar kan al met een klein gebaar zoals iemands favoriete koffie zetten met een lief briefje erbij



Stel je kwetsbaar op, door de moed te nemen om je uit te spreken, terwijl je niet weet wat de uitkomst gaat zijn

Vertrouw op een goede uitkomst!