

MHC

MAKING HAPPY COUPLES

NO MÁS PELEAS
Establece objetivos
financieros en equipo

**DESCUBRE 5 TIPS
PARA HABLAR
SOBRE SEXO**

**¡LO QUE UN
COACH DE CITAS
PUEDE HACER POR TI!**

RISA, AMOR Y CALORÍAS

Conoce a Sophie & Thor



VOL. 1

La historia *detrás de la revista*

¡Hola!

Somos Daniel y Daniella, de Miami, Florida. Llevamos siete años viajando y disfrutando la vida juntos. Ya sea jugando, explorando nuevos lugares o probando el mejor café y cocteles del mundo, siempre estamos en busca de nuevas aventuras.

Pero cuando llegó la pandemia, todo cambió. De pronto, nos vimos encerrados en casa, tratando de aprovechar el tiempo juntos como podíamos. Y no fuimos los únicos: empezamos a escuchar a otras parejas que estaban pasando por lo mismo. Entre el trabajo, los hijos y todo lo que la vida lanza de pronto, es muy fácil dejar la relación en segundo plano.

Por eso creamos **Why Don't We**. Queríamos ayudar a que las parejas se mantuvieran conectadas y mantuvieran viva la chispa, sin importar las circunstancias. Con la ayuda de profesionales increíbles, estamos desarrollando productos pensados para poner su relación como prioridad.

Y también lanzamos **MHC (Making Happy Couples)**, una revista digital hecha exclusivamente para parejas. Ahí encontrarás de todo: desde qué ponerte para una cita en la playa, hasta tips para mejorar la comunicación en pareja.

Gracias por ser parte de este proyecto. ¡Esperamos que lo disfrutes tanto como nosotros!

Si tienes ideas, dudas o te gustaría colaborar, escríbenos a:
daniella@makinghappycouples.com





1ra
edición

Contenido

Notas del Editor 2

Tips y trucos 4

**¡Lo que un Coach de Citas
puede hacer por ti! 5**

Historias reales de parejas reales 8

Hablemos de sexo 12

#OutfitdeCita 14

**Carlos Rivera y
Cinthya Rodríguez 17**

Producto del mes 19

**Establece objetivos
financieros en equipo 20**

¿Tenemos una cita? 22

Horoscouple 22



TIPS Y TRUCOS



Cómo mantener viva la chispa en pareja (todos los días)

A veces el ritmo de la vida, las responsabilidades y la rutina hacen que el romance se quede en pausa... pero no tiene por qué ser así. Aquí te compartimos una guía práctica (y divertida) para mantener la conexión, la pasión y el cariño encendidos durante todo el año. Porque el amor no se cuida solo: ¡se cultiva!

1

Rompe la rutina y sorprende

La monotonía es enemiga del deseo. ¿La solución? Pequeños gestos espontáneos. Organiza una cita inesperada, tomen una clase juntos, exploren su ciudad como turistas o hagan un picnic en la sala. Lo importante es salirse del piloto automático y volver a elegir(se).

4

Tiempo de calidad: no negociable

No importa qué tan ocupados estén: su relación necesita espacio propio. Planeen una noche a la semana solo para ustedes. No tiene que ser algo caro o elaborado, lo importante es la intención: conectar, platicar, reír, disfrutar(se).

2

Desconéctense del celular, conéctense entre ustedes

Con tantas pantallas y pendientes, es fácil olvidar lo esencial: el tiempo presente juntos. Propónganse guardar los teléfonos durante la comida, tener una charla sin distracciones o simplemente verse a los ojos más seguido. Ese tipo de presencia construye intimidad real.

5

Aventúrense juntos

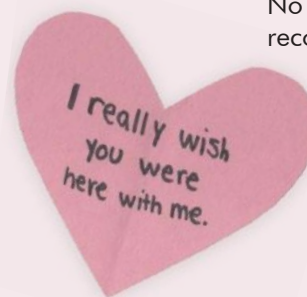
Salirse de lo de siempre les da vida. Pueden aprender algo nuevo, probar una experiencia diferente o retarse a salir de su zona de confort. Hacer cosas nuevas juntos fortalece el lazo y trae emoción a la relación. El amor no se mantiene solo. Requiere juego, intención, risas, complicidad y detalles que, aunque parezcan pequeños, hacen la diferencia.

No esperes una fecha especial para reconectar.

3

Que nunca falte el coqueteo

El ligue no es solo del principio. Mándale mensajitos coquetos, déjale una nota en su bolsa o sorpréndele con algo sexy. Recuérdale que todavía te emociona, te atrae y te hace sonreír.



¡DESCUBRE LO QUE UNA COACH EN RELACIONES PUEDE HACER POR TI!

Te presentamos a **Sabrina Visconti**, una increíble coach en relaciones que tiene una misión clara: ayudarte a encontrar el amor genuino y construir relaciones duraderas. Tuvimos el gusto de platicar con ella y conocer más sobre su experiencia en comunicación efectiva e inteligencia emocional. Sabrina es una verdadera inspiración, con resultados comprobados ayudando a sus clientes a navegar el mundo del amor moderno.

Si estás listo para encontrar el amor y vivir relaciones más plenas, ¡Sabrina es la coach que estabas buscando! Sigue leyendo para descubrir cómo puede transformar tu vida amorosa.

P: ¡Sabrina, qué gusto tenerte con nosotros! Cuéntanos un poco sobre ti y cómo empezaste en esto de ser coach en relaciones. ¿Cuál es tu historia?

R: Mi camino como coach en relaciones comenzó con una gran fascinación por las relaciones humanas y las complejidades del amor. A través de mis propias experiencias y corazones rotos, aprendí lo valioso que es el autoconocimiento, la comunicación y la inteligencia emocional para crear conexiones significativas. Eso me llevó a estudiar el comportamiento humano y las dinámicas de pareja. Hoy, me apasiona ayudar a las personas a enfrentarse al mundo de las citas con confianza y autenticidad, y a construir relaciones que realmente las llenen.

P: ¡Qué interesante! Entonces, ¿cómo defines el rol de una coach en relaciones y cuál es tu principal objetivo al trabajar con tus clientes?

R: Como coach en relaciones, empodero a las personas para que enfrenten los retos del amor y las citas con seguridad y autenticidad. Mi objetivo principal es ayudarles a entenderse mejor, descubrir lo que realmente buscan y reconocer patrones que tal vez los estén frenando, todo para lograr relaciones más sanas y felices.



P: ¡Eso le serviría a cualquiera, esté soltero o no! Jaja. ¿Cuáles son los problemas más comunes por los que la gente te busca?

R: Muchas personas vienen a mí para trabajar temas como ansiedad al salir con alguien, mejorar su comunicación, saber cómo usar apps de citas, sanar relaciones pasadas o simplemente ganar confianza y autoestima en el terreno amoroso.



Practicar el amor propio y el autocuidado, estableciendo intenciones y límites claros, es la clave.

P: ¡Vaya! Suena muy completo. ¿Cómo comienzas una sesión? ¿Cómo es trabajar contigo?

R: En una sesión típica, empezamos con una charla abierta para conocer sus objetivos, retos y experiencias. A partir de ahí, podemos trabajar creencias limitantes, practicar formas de comunicarse mejor, o trazar un plan de acción para conocer nuevas personas. Cada sesión se adapta totalmente a las necesidades de cada persona e incluye desde ejercicios prácticos hasta simulaciones y consejos aplicables.

P: Y una vez que tienes ese panorama inicial, ¿cómo personalizas tu asesoría según cada persona?

R: Mi enfoque es muy integral. Tomo en cuenta su personalidad, vivencias y metas. A través de la escucha activa y la empatía, adapto cada consejo y ejercicio para que realmente les funcione y conecte con su forma de ser.

P: Aunque todo es personalizado, seguro hay consejos que siempre compartes. ¿Podrías decirnos algunos básicos para mejorar nuestra vida amorosa?

R: ¡Claro! Siempre les recuerdo la importancia de practicar el amor propio, tener intenciones claras, poner límites saludables, mejorar su comunicación, ser auténticos y mantener una actitud positiva durante el proceso.

P: ¿Y qué pasa con quienes batallan con su autoestima o seguridad? ¿Cómo los ayudas?

R: Trabajo mucho en la reflexión personal, identificar y cambiar creencias que los limitan, reconocer sus fortalezas, y crear un espacio de apoyo y crecimiento. También les doy herramientas prácticas para que ganen seguridad en interacciones sociales y citas.

P: ¡Eso suena súper útil! ¿Tienes alguna historia bonita o memorable que quieras compartírnos?

R: Sí, una que siempre recuerdo es la de una cliente con baja autoestima y miedo al rechazo.



Con el tiempo, y gracias a nuestras sesiones, empezó a quererse más, se atrevió a ser vulnerable y ganó la confianza para salir al mundo. Finalmente conoció a alguien que la valoró tal como es, y hoy están en una relación muy bonita.

P: ¡Eso sí que es un final feliz! Hablemos de las apps de citas, que están súper de moda. ¿Cómo ayudas a tus clientes con eso?

R: Les enseño a crear perfiles auténticos y atractivos, elegir la plataforma que más se alinee con ellos, cómo comunicarse en línea de forma efectiva, y cómo manejar expectativas. También vemos cómo protegerse y equilibrar el mundo digital con las conexiones reales.

P: Y ya que hablamos de relaciones reales, ¿qué les enseñas sobre comunicación y establecer límites?

R: Les insisto mucho en ser claros y honestos. Les doy herramientas para expresar sus necesidades con seguridad y, al mismo tiempo, estar abiertos a escuchar. Aprenden técnicas de comunicación efectiva, escucha activa y cómo resolver conflictos de manera sana.

P: Ya que estamos con señales, ¿cuáles son las green flags y red flags que deberían tener en cuenta al conocer a alguien?

R: Green flags o buenas señales: respeto mutuo, buena comunicación, inteligencia emocional, valores compartidos, disposición al compromiso y constancia en el trato. Red flags o alertas: evasión de responsabilidades, control excesivo, faltas de respeto, actitudes incoherentes o no respetar límites ni el consentimiento.

P: ¡Mil gracias por toda esta información! Para terminar, ¿qué es lo que más disfrutas de ser coach en relaciones? ¿Y qué consejo le darías a alguien que está entrando al mundo de las citas?

R: Lo que más disfruto es ver la transformación de mis clientes: cómo se empoderan, se descubren, y encuentran relaciones que realmente les llenan. A quienes están empezando les diría: sé tú mismo, trabaja en quererte, mantente abierto a nuevas experiencias y confía en el proceso. Lo más importante es disfrutar el camino y aprender de cada paso.

¿Listo para dar el siguiente paso en tu vida amorosa?

Sigue a Sabrina Visconti y descubre cómo puede ayudarte a vivir el amor desde un lugar más auténtico y consciente.





Amor, risas, aventura y calorías

Conoce a Sophie & Thor

Sophie y Thor son el tipo de pareja que hace que la vida parezca una aventura emocionante.

Sophie, bailarina de toda la vida y apasionada por el teatro musical, aporta creatividad y movimiento a todo lo que hace. Thor, emprendedor con exitosas inversiones en marketing, bienes raíces y música, se apasiona por construir y crear. Juntos, han convertido su pasión por la exploración, la comida y las nuevas experiencias en un proyecto próspero que conecta con miles de personas.

Pero más allá de su éxito, su vínculo se basa en la risa, el apoyo y una profunda comprensión mutua. En esta entrevista, comparten su historia, las lecciones que han aprendido y su visión de futuro.

Sobre nosotros

¿Cuánto tiempo llevan juntos?

5 años

¿Tienen hijos?

No.

¿Dónde viven?

Ciudad de México

¿A qué se dedican?

Tenemos un canal en redes sociales donde compartimos contenido sobre comida, viajes, juegos de mesa y la vida en pareja.

¿Un dato curioso sobre ustedes como pareja?

Salimos durante 4 meses antes de ser novios oficialmente. Thor dice que fue mucho tiempo, Sophie dice que no.

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

Decimos Sí a toda nueva experiencia que se nos presente, eso nos permite crear recuerdos divertidos juntos.

Para nuestros lectores interesados en su contenido, ¿cuál es la mejor forma de seguirlos o contactarlos?

@SeTeAntojaMX en FB, IG, TT, y YT.

“Siempre nos hacemos reír. Podemos ser muy graciosos, pero al mismo tiempo, somos muy serios y profesionales.”

Todos amamos una buena historia de amor. ¿Pueden contarnos cómo se conocieron y qué les gustó del otro?

Teníamos amigos en común, así que coincidimos varias veces, pero ambos teníamos pareja y no conectamos mucho en ese momento. Pasaron los meses y nos volvimos a encontrar, ahora solteros. Fue tan fácil platicar que enseguida nos hicimos amigos y empezamos a hacer actividades juntos. Con el tiempo surgieron sentimientos y nuestras salidas se convirtieron en citas.

Después de unos meses, Thor le pidió a Sophie que fuera su novia en un festival donde escribías un deseo en un farol flotante y lo soltabas en un lago. Fue muy romántico y único.

¿Qué admiran del otro que creen que sería difícil encontrar en otra pareja?

Que hemos logrado equilibrar una relación de pareja con un negocio sin que sea un conflicto. Sabemos que para muchas parejas puede ser complicado, y claro que tiene sus retos, pero para nosotros ha sido muy natural. Trabajamos duro sin descuidar nuestra relación.

¿Cómo nació la idea de iniciar un proyecto juntos?

Al principio solo era un hobby. Cada vez que salíamos de cita tenía que ser a un lugar distinto: un restaurante, una experiencia, un museo, un viaje... ¡no se valía repetir! Sophie empezó a recibir mensajes pidiéndole recomendaciones y un amigo nos sugirió que lo compartiéramos en redes; lo tomamos en serio, y el resto es historia.



¿Por qué comida? ¿Por qué compartir recomendaciones con el mundo?

Nuestra actividad favorita es salir a comer. Sophie es muy especial con la comida y Thor es todo lo contrario, le encanta probar lo más raro del menú. Nos equilibramos perfecto.

¿Qué creen que los hace únicos como pareja?

Siempre nos hacemos reír. Podemos ser súper payasos y divertidos, pero también muy profesionales cuando se trata de trabajo. Siempre nos apoyamos y nos damos estabilidad. Además, tenemos mucha comunicación y madurez emocional, lo que nos ayuda a resolver cualquier desacuerdo fácilmente.



Por qué no... compartir nuestros miedos, nuestros sueños, nuestro pasado y nuestro futuro. Tú llevas el chocolate y yo llevo el vino.

¿Cuál ha sido la mejor experiencia que han vivido? Ya sea de comida, viaje, etc.

En 2023 fuimos a Nueva York y una noche fuimos a Times Square con un amigo. De repente, Thor me pidió que viera una pantalla gigante y ahí estaba mi nombre. Pensé que era un anuncio, pero empezó a salir un video con clips nuestros. Cuando volteé a verlo, estaba hincado pidiéndome matrimonio.

¿Cuál ha sido la situación más chistosa que los ayudó a conocerse mejor?

Nos fuimos a vivir juntos al año y medio de novios. Para muchos eso es rápido, y lo entendemos. Pero antes habíamos viajado a Noruega, de donde es parte de la familia de Thor, y nos quedamos allá dos meses. Esa experiencia nos ayudó muchísimo a conocernos y fue como un ensayo de vivir juntos. Consejo: viajen con su pareja, si todo sale bien, ¡es una buena señal!

Si tuvieran que definir su relación en tres palabras, ¿cuáles serían?

Espontánea, honesta, equipo.

¿Cuál ha sido su mayor reto y su mayor logro como pareja?

El mayor reto fue dejar la comodidad de vivir con nuestros papás para comenzar una vida juntos, queríamos asegurarnos de mejorar nuestra calidad de vida. Y por eso, creemos que nuestro mayor logro ha sido precisamente eso.



Como pareja joven, sabemos que cada uno tiene sus sueños. ¿Cómo logran combinarlos para crecer juntos?

Todo se trata de que la visión a futuro sea parecida. Esa conversación es súper importante tenerla desde el inicio. Los sueños no tienen que ser los mismos, pero el rumbo debe coincidir. Y siempre apoyarse, pase lo que pase.

¿Qué consejo le darían a otras parejas que quieren emprender o empezar un negocio juntos?

Crean en su idea, no inviertan dinero que no estén dispuestos a perder, sean constantes y disciplinados, definan quién hace qué, aprendan a hacer un plan de negocios, entiendan que habrá sacrificios y, sobre todo, separen lo laboral de lo sentimental.

Si no se dedicaran a esto, ¿en qué estarían? ¿Seguirían en un proyecto juntos?

¡Muy probablemente sí! Confiamos mucho el uno en el otro. Ambos tenemos alma de workaholic, así que si no fuera esto, estaríamos persiguiendo otra idea, juntos o por separado.

De hecho, tenemos planes de lanzar más proyectos relacionados con comida y marketing.

¿Cuál ha sido la cita más divertida que han tenido? Esa que consideran la mejor experiencia.

Hemos hecho de todo: paracaidismo, acampar, globos aerostáticos... pero una de nuestras favoritas fue cuando subimos una montaña con nieve. Íbamos sufriendo y en silencio, pero al llegar a la cima todo valió la pena. Fue de nuestras primeras aventuras y nos unió mucho.

Si quisieran cambiar el mundo una pareja feliz a la vez, ¿cómo completarían la siguiente frase?

Por qué no... compartir nuestros miedos, nuestros sueños, nuestro pasado y nuestro futuro. Tú llevas el chocolate y yo llevo el vino.

5 TIPS PARA HABLAR DE SEXO EN PAREJA

Por: Amy Rowan



Amy Rowan

Soy sexóloga clínica y coach de intimidad certificada. Me apasiona ayudarte a liberar todo el potencial de placer que llevas dentro. Te ofrezco la educación sexual para adultos que nunca recibiste, desmonto los mitos que te impiden disfrutar de las experiencias sexuales, te ayudo a superar la vergüenza y el miedo, y a experimentar la conexión y la confianza en la intimidad.

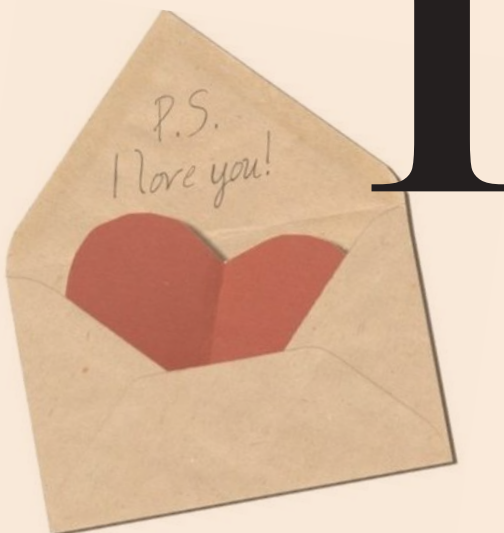
¡Hola, tortolitos!
Hoy vamos a hablar de lo bueno, lo real... lo candente: el sexo. Sí, ese tema grande, directo y a veces medio incómodo, pero que merece un lugar especial en su comunicación de pareja. No importa si llevan poco tiempo o ya tienen años juntos: abrir la conversación sobre deseos, fantasías y preferencias puede encender la chispa como nunca.



1 ¡Resalta lo positivo!

Imagínate esto: un sándwich de cumplidos. No, no es algo nuevo del menú, sino una técnica de comunicación que funciona súper bien.

Empieza diciendo lo que más te gusta de su vida íntima. Luego, agrega un poco de retroalimentación suave. Y termina con otro cumplido que cierre con cariño. Es como una carta de amor con un toque de "me encantaría que probáramos esto otro".



2

Usa películas para abrir la conversación y explorar

¡Luces, cámara, acción! Si quieren subirle la temperatura a la relación, el cine puede ser su mejor aliado.

Cámbiense un ratito de las series de siempre por algo más subido de tono: puede ser una comedia romántica con escenas intensas o incluso una peli indie más atrevida.

Y si están en confianza, hasta pueden ver contenido erótico bien curado. La idea no es copiar todo lo que ven, sino abrir la puerta a lo que desean... y platicarlo.



3

El momento lo es todo

Hablar de sexo requiere el momento adecuado. Regla número uno: no lo saques cuando tu pareja acaba de llegar, tiene hambre, está cansada o estresada. Esperen un rato tranquilo, relajado, donde ambos estén de buenas. Eso abre el espacio para una conversación mucho más rica (en todos los sentidos).



4

Navega las diferencias

Spoiler alert: no siempre van a coincidir en todo. Pero eso no es malo. Reconocer que cada persona tiene sus propias preferencias es parte del juego.

No se trata de tener la razón, sino de disfrutar juntos. Hablen de lo que les gusta, respeten los límites del otro y encuentren su punto medio. ¡Esa es la aventura!



5

Usa frases que empiecen con “yo”

Repite conmigo: “Las frases con ‘yo’ son mis nuevas mejores amigas”. Porque sí, cambiar el “tú nunca...” por un “yo me siento...” puede hacer toda la diferencia. En lugar de culpar, enfócate en expresar lo que sientes, lo que deseas, o lo que necesitas. Ya sea pedir más juego previo o proponer una nueva posición, hacerlo desde el “yo” mantiene la conversación clara, respetuosa y libre de drama.

Que las olas no arruinen tu primera cita en la playa



Riley Cream High Waisted Bikini by Soah Riley

Bikini de cintura alta: Alarga visualmente el torso y resalta tus curvas de forma súper favorecedora

Kim One-Piece Swimsuit by Montce



Traje de baño completo con drapeado: Da soporte y cubre lo suficiente, sin perder el estilo.

Tip: elige colores oscuros para estilizar tu silueta.

Cuerpos con curvas



Por: Esmeralda Chavez

Guía definitiva de estilo para dejar a tu date encantado con tu look

Ahhh, la playa... ese lugar que suena perfecto para una primera (o segunda) cita.

Piel bronceada, olas suaves, brisa salada y un ambiente que parece sacado de una película romántica. Pero ojo, entre tanta postal bonita hay una realidad que pocos cuentan: las citas en la playa pueden ser más complicadas de lo que parecen.

Y es completamente normal que tanto mujeres como hombres se sientan inseguros con su imagen corporal. La playa es un lugar donde todo se ve (y se siente), y eso puede hacer que nos sintamos un poco vulnerables o incómodos.

Así que para que tú solo te preocupes por disfrutar, aquí te va tu kit de supervivencia fashion para una primera cita en la playa.

Para figuras más delgadas



Bikini tipo bandeau: Este estilo destaca tus hombros y escote. Elige un color llamativo o un estampado divertido para lucirte y darle un toque único a tu look.

Luna Bikini by Amuse Society

Aguas con esto:

Échale onda con los accesorios: Un buen sombrero, lentes de sol y unos aretitos pueden levantar tu look y, de paso, te cuidan del sol.

Usa ropa ligera que te proteja del sol y no olvides el bloqueador: Tu piel también quiere pasarla bien, no la descuides.



Pombeline Linen Bias Slip Midi Dress

Si planeas meterte al agua o hacer alguna actividad en el mar, un vestido tipo salida de baño con un toque sexy es un básico infalible.



Florence Set by Free The Label

Un conjunto de camisa y shorts de lino puede ser una excelente opción para una primera cita en la playa, ya que es cómodo, fresco y con mucho estilo.



Sara Crochet Cover-Up Maxi Dress by Capittana

Otra gran opción para una cita casual en la playa. Busca un vestido con una silueta favorecedora y detalles divertidos como olanes, bordados o estampados frescos.

OUTFITS PARA ELLA

PARA ÉL

Elige ropa con la que te sientas bien, más allá de modas o lo que digan los demás. La seguridad en ti mismo siempre será el mejor accesorio que puedes llevar.

Short tipo bermuda (boardshorts):

Los clásicos que no fallan. Están hechos de tela resistente y de secado rápido, con un corte cómodo y cintura ajustable con cordón.



Los trajes de baño tipo bóxer son una opción más ceñida que los boardshorts y son ideales si buscas un bañador que te dé más soporte y comodidad.

**SHORTS TORTUES
MULTICOLOR**
By Vilebrequin



Vacation Trunk by Tan Earth

Perfume para una cita en la playa

Un perfume con una buena fragancia puede hacer toda la diferencia. Aquí te damos ideas para ella y para él con perfumes perfectos para un día de playa.



Para ella:
Aqua Allegoria de Guerlain

Para él Colonia de Acqua Di Parma

Las notas de salida de bergamota, limón y naranja son frescas y vigorizantes, mientras que las notas de corazón de lavanda, romero y jazmín son florales y masculinas. Las notas de fondo de sándalo, vetiver y almizcle aportan calidez y sensualidad. A tu cita le encantará.



Playera + Shorts de baño

Una playera lisa en un color neutro como blanco, azul marino o gris siempre es una apuesta segura. También puedes probar con una playera que tenga onda playera, como rayas o un estampado náutico.



Camisa de lino entallada y shorts de lino en un color neutro

La combinación de cortes a la medida y tela natural crea un look sofisticado pero relajado, perfecto para un día casual en la playa.

Carlos Rivera y Cynthia Rodríguez

Amor discreto, vínculo inquebrantable



Desde una sólida amistad hasta convertirse en una pareja llena de complicidad, la historia de Carlos Rivera y Cynthia Rodríguez es un ejemplo contemporáneo de cómo el amor auténtico se cultiva en la intimidad y crece con el paso del tiempo.

Todo comenzó en 2006, cuando coincidieron en el concurso Desafío de Estrellas. Cynthia era reconocida como presentadora y cantante; Carlos, un joven que exploraba su carrera tras ganar La Academia. En ese periodo ella lo veía todavía como un “niño”, y cultivaron una amistad sólida.

Tras varios años, esa amistad evolucionó de forma sutil pero definitiva. En 2015, mientras Cynthia lo entrevistaba en su canal de YouTube (“Cyn Censura”), surgió una química evidente: “parecían adolescentes coqueteando”, recordaron algunos espectadores. Pronto ambos admitieron que “los amigos no se besan en la boca” —citando a su amiga Yuridia— y así reconocieron que algo había cambiado.

En 2016 hicieron pública su relación, aunque siempre evitando el altavoz mediático, para proteger su intimidad. Con el tiempo, Cynthia tomó la iniciativa: “Yo necesito que me pidas que seas mi novia”, confesó. Igualmente, ambos declararon haber llegado al amor con madurez: ninguno venía de experiencias fáciles, pero su conexión fue más fuerte.

Tras años de noviazgo discreto, en junio de 2022 se casaron en una ceremonia íntima en Ribera del Duero, España, sin publicidad ni grandes anuncios. Un año después anunciaron la llegada de su primer hijo, León, quien nació el 4 de agosto de 2023.

Carlos ha expresado abiertamente su gratitud por Cynthia: “Ella se convirtió en mi vida”, afirmando que muchas de las canciones recientes de su álbum fueron inspiradas por ella: “Un reflejo de lo que representa mi esposa”.

¿Cuál es la clave de su fortaleza?

- Discreción como escudo: Ambos destacan que reservar la relación al entorno cercano les ha dado paz: “Entre más nos guardamos, más felices somos”.
- Respeto por los tiempos: Su unión no fue precipitada; se dieron los espacios para crecer y elegir estar juntos desde la madurez y no la prisa.
- Apoyo mutuo: Carlos no duda en decir que Cynthia es el motor en su vida profesional y personal, inspirándole a escribir desde el corazón.



Carlos Rivera y Cynthia Rodríguez representan una pareja que ha sabido construir un amor sólido a través del respeto, la discreción y la complicidad. Su historia muestra que con paciencia, autenticidad y protección de la intimidad, dos personas pueden encontrar un vínculo duradero y significativo, a la vez que brillan en su profesión y ahora en la aventura de la paternidad.



Producto del mes

¡El juego de citas que rompe la rutina!

Why Don't We Date? es el juego perfecto para parejas que quieren salirse de lo típico y reconectarse de una forma divertida. Con 52 ideas de citas sorpresa en una caja, este juego te reta a probar nuevas experiencias, reír juntos y descubrirse desde otro ángulo.

Ideal para noches en casa, fines de semana o cuando simplemente dicen: "¿y ahora qué hacemos?"

PRECIO: \$379

¡52 citas sorpresas para divertirse juntos!

Ideal para regalos de aniversario, cumpleaños, o cualquier ocasión especial.

Perfecto para todas las etapas de la relación

Cómpralo en: www.makinghappycouples.com

Establecer metas financieras en pareja

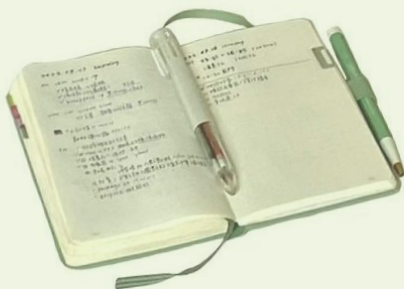


Vamos a hablar de cosas grandes: **poner en orden sus metas financieras juntos**. Suena complicado, pero la verdad es que no es ciencia espacial. Estamos aquí para hacerlo sencillo, claro y digerible, como pan con mantequilla.

2

Pongan en orden sus prioridades

Vamos a hablar con la neta: no todos los sueños tienen el mismo peso, ¡y está bien! Tómense un momento para identificar qué es lo más importante para cada uno. Ya sea pagar una deuda de universidad o darse ese gustito en tecnología, lo importante es que sus metas encajen como piezas de rompecabezas.



4

La clave es ser flexibles

La vida da vueltas, y a veces nos cambia los planes. Por eso es importante tener un plan flexible. Si algo no sale como esperaban, no pasa nada: lo ajustan en equipo. Lo importante es no rendirse, sino adaptarse juntos a lo que venga.

Así que ya lo saben: establecer metas financieras en pareja no tiene por qué ser un dolor de cabeza. Con un poco de trabajo en equipo, buena comunicación y mucho amor, estarán más cerca de cumplir sus sueños.
¡Salud por eso!

1

Soñar juntos, planear juntos

Imaginen que están en su sillón viejito, con un cafecito o una chela en mano, soñando en grande. Desde comprar su casa ideal hasta ese viaje soñado que siempre han querido hacer. Dejen volar su imaginación. Luego, anoten todo y empiecen a armar su plan paso a paso, juntos.

3

Échenle lápiz a los números

Hora de sacar la calculadora. Dividan sus metas en partes más pequeñas y realistas. ¿Cuánto necesitan ahorrar al mes? ¿Para cuándo quieren lograrlo? Hagan sus cuentas juntos y armen un mapa financiero tan claro como el agua.

5

Celebren cada logro

Y por último, ¡no se olviden de celebrar! Aunque sea un pasito chiquito. ¿Lograron ahorrar lo que se propusieron este mes? ¡Chócalas! ¿Llegaron a una meta de ahorro? Dense un gustito, aunque sea una cenita sencilla en casa. Celebrar juntos también es parte del proceso.

WHY DON'T WE TENEMOS UNA CITA?

Pollo a la Parmesana

Este pollo a la parmesana es perfecto para una cena romántica para dos.

Ingredientes

- 1 huevo, batido
- ½ taza de pan molido
- 2 pechugas de pollo sin hueso ni piel
- ½ taza de queso Oaxaca o manchego rallado
- 1 taza y media de salsa de jitomate casera o tipo italiana.
- 2 cucharadas de queso Cotija rallado (puedes sustituir al parmesano)

Preparación

1. Precalienta el horno a 175 °C. Engrasa ligeramente una charola para hornear o cúbreala con papel encerado. En un platito hondo coloca el huevo batido. En otro, el pan molido.

2. Pasa las pechugas por el huevo y luego cúbre las bien con el pan molido. Acomódalas en la charola y hornea durante 40 minutos, hasta que estén bien cocidas.

3. En un refractario mediano, vierte la mitad de la salsa de jitomate. Coloca encima las pechugas ya horneadas y cubre con el resto de la salsa. Agrega el queso Oaxaca o manchego rallado encima, y espolvorea con el queso Cotija.

4. Hornea por 20 minutos más, hasta que el queso se derrita y se dore ligeramente.



Tiempo de preparación :

1h 30 mins

Porciones: 2

Sugerencia para acompañar

- Espagueti al ajo con aceite de oliva.
- Verduras al vapor o ensalada de arúgula con vinagreta balsámica.
- Una copa de vino tinto o agua de jamaica bien fría.

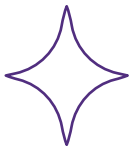


Cita del mes

Noche de Intercambio Cultural

Amplía tus horizontes sin salir de casa organizando una noche de intercambio cultural. Cada uno elige un país que te interese y prepara una presentación. Sumérgete en la historia, la música, la danza y la gastronomía de tus destinos. No olvides vestirse apropiadamente e incluso intentar decir algunas palabras en el idioma local.

¡Es como viajar por el mundo sin jet lag!



HOROSCOUPLE

Por: Mariamely Leoni



Si te gusta la psicología, probablemente has escuchado la frase “nómbrale para domarlo”. Los psicólogos la usan mucho cuando se trata de emociones, pero a mí me gusta aplicarla a esos rasgos de personalidad que, según yo, me vienen tatuados por los astros.

Estudiar mi carta astral desbloqueó otro nivel de autoconciencia y libre albedrío. Me permitió ponerle nombre a ciertos comportamientos que no eran tan lindos... y así poder transformarlos en versiones más atractivas (y sexys) de mí misma.

La astrología fue un antes y un después para mí, porque por fin entendí por qué a veces me dan ganas de hacerle un escaneo completo al celular de mi esposo (mi lado Escorpio tomando el control). Pero ojo, no uso eso como excusa. En lugar de actuar por impulso, respiro y tengo una conversación interna con ese pequeño escorpión. Aprender a reconocer lo que siento y darme permiso de sentirlo sin reaccionar de inmediato ha sido el mejor antídoto contra el divorcio.

Y luego vino otro desbloqueo: entender la naturaleza astrológica de mi pareja. Ahí empezó lo que yo llamo “aceptación radical”. Cuando llegas a ese punto, no te queda de otra más que respetar la esencia del otro, sentarte a hablar y llegar a acuerdos (poner límites) sobre cómo van a hacer que estas dos ruedas locas del zodiaco giren juntas... o no.

Yo le digo “aceptación radical”. Otras personas le dicen “amor incondicional”. Como sea, respetar la naturaleza astrológica del otro ha sido una de las muchas formas que hemos encontrado para seguir juntos.

Empecemos por lo básico...



Descubre tu signo

5 rasgos clave según tu astrología



Aries

Impulsivo, vibrante, pionero. Te gusta sobresalir y que te noten. Valiente, actúas con pasión y determinación.

Dinámico, atrevido y siempre listo para la acción. Lideras con confianza (y un poquito de impulsividad).

RETO MAYOR: La paciencia.



Tauro

Estable, con los pies en la tierra y fan de los placeres sensoriales. Firme, confiable y constante. **Paciente, práctico** y amante de las cosas bonitas. Tierno, físico y de corazón suave. Decidido y entregado... pero le encanta consentirse.

RETO MAYOR: La espontaneidad.



Géminis

Divertido, curioso, adaptable. Sociable, expresivo, y amante de las conversaciones infinitas. **Doble cara, pero en el buen sentido:** ves todos los ángulos. Multitasker nivel leyenda. Tus decisiones siempre consideran a tus amistades.

RETO MAYOR: El aburrimiento.



Cáncer

Sensible, intuitivo, protector. **Con alma de cuidador y corazón gigante.** Empático, soñador y muy conectado con la familia. Lunar, hogareño y profundamente emocional.

RETO MAYOR: No tomarse todo personal.



Leo

Majestuoso como un león, con presencia que no pasa desapercibida.

Seguro de sí mismo, magnético y con energía de rey/reina.

Apasionado, creativo y dramático (un poco está bien). Leal, generoso y amoroso a lo grande.

RETO MAYOR: La humildad.



Virgo

Perfeccionista, detallista y súper organizado.

Práctico, metódico y con enfoque en mejorar todo.

Modesto, observador, y con sabiduría natural. Busca el orden, la armonía y servir desde el corazón.

RETO MAYOR: La autocrítica.



Libra

Busca equilibrio, belleza y armonía en todo.

Encantador, elegante, social y diplomático.

Mediador natural, odia el conflicto.

Siempre con estilo, y siempre queriendo agradar.

RETO MAYOR: Enfrentar el conflicto.



Escorpio

Intenso, misterioso y magnético.

Valiente, poderoso y con gran intuición.

Detective del zodiaco, va al fondo de todo.

Transforma el dolor en fuerza.

Ama sin términos medios: todo o nada.

RETO MAYOR: La flexibilidad.



Sagitario

Espíritu libre, optimista y aventurero.

Apasionado por explorar el mundo (externo e interno).

Ríe fuerte, vive rápido y siempre busca la verdad.

Sociable, filosófico y soñador.

RETO MAYOR: Conectarse con el momento presente.



Capricornio

Ambicioso, disciplinado y determinado.

Paciente, práctico y con mente de constructor de imperios.

Firme en sus metas, confiable y reservado.

Parece frío... pero por dentro es puro amor.

RETO MAYOR: Pedir ayuda.



Acuario

Visionario, original y un poco rebelde.

Mentalidad de futuro, ideas brillantes.

Humanitario, creativo, fuera de lo común.

Sociable, pero independiente.

Rompe reglas con estilo.

RETO MAYOR: Seguir reglas o respetar la autoridad.



Piscis

Soñador, empático y con alma mística.

Intuitivo, sensible y amoroso.

Artístico, compasivo y entregado.

Tiene una conexión profunda con lo espiritual.

RETO MAYOR: Regular sus emociones.

Directorio

Dr. Amy Rowan
Sexóloga clínica

Mariamely Leoni
Coach Consciente Certificada
en Lecturas de Cartas Natales
📷 @masquemama.club

Esmeralda Chavez
Diseñadora de joyas
📷 @crystaldustdesigns

Sabrina Visconti
Coach en Relaciones
www.visecure.net

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

MHC
MAKING HAPPY COUPLES

BY



makinghappy couples.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.