

*¿Como  
formar una  
relación sana?*



# RAZONES POR LAS QUE TE QUIERO

(Marca con una "X")

☐

Por tu simpatía

☐

Por tu estilo

☐

Por tu belleza

☐

Por tu alegría

☐

Por tu ingenio

☐

Por tu inteligencia

☐

Por tu paciencia

☐

Por tu carácter

☐

Por tu buen humor

☐

Por tu cuerpo

☐

Por tus detalles

☐

Por tu imaginación

☐

Por cuidarme

☐

Por tu elegancia

☐

Por hacerme reír

☐

Por tu personalidad

☐

Por tu olor

☐

Por tus defectos

☐

Por tus ideas

☐

Por quererme

☐

Por tu creatividad

# 10 IDEAS PARA HACER EN PAREJA

- Cocinar juntos algo que jámas hemos comido
- Hacer cualquier deporte extremo juntos.
- Crear un recuerdo sobre los momentos vividos.
- Irnos al campo o un campamento cercano.
- Leer un dia un libro de relación.
- Recorrer el mundo entero.
- Conversar por un futuro mejor juntos.
- Estar juntos todo un dia entero.
- Hacer un maraton de nuestra serie favorita.
- Tener una cena super elegante para nosotros.



¿Que metas tenemos  
a futuro?

---

---

---

---

---

---

---



¿Cual fue la mejor cita  
como pareja?

---

---

---

---

---

---

---



¿Que fue lo primero  
que viste en mi?

---

---

---

---

---

---

---



¿Que significo para ti?

---

---

---

---

---

---

---



¿Como podemos seguir mejorando?

---

---

---

---

---

---

---



¿Por que me elegiste como tu pareja?

---

---

---

---

---

---

---



¿Recuerdas como nos conocimos?

---

---

---

---

---

---

---



¿Que no debe faltar en nuestra relación?

---

---

---

---

---

---

---



¿Que te gusta de mi?

---

---

---

---

---

---

---



¿Por qué razón elegimos  
amarnos?

---

---

---

---

---

---

---



¿Como podemos arreglar  
ante un problema?

---

---

---

---

---

---

---



¿Cual es el momento  
mas feliz que tuvimos?

---

---

---

---

---

---

---

# CANCION DE SPOTIFY

YOUR PHOTO

Artista



YOUR PHOTO

## September 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

## October 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## November 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

## December 2022

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



# 2022 - 2023

## Enero

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## Febrero

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
		5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

## Marzo

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
		5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## Abril

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## Mayo

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## Junio

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

# 2022 - 2023

## Julio

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## Agosto

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## Septiembre

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## Octubre

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## Noviembre

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## Diciembre

Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





YOUR PHOTO

UNA FOTO INOLVIDABLE

Fecha y lugar: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



YOUR PHOTO

NUESTRO PRIMER BESO

Fecha y lugar: \_\_\_\_\_

# 30 DIAS, 30 FOTOGRAFÍAS

**DÍA 1:  
UN AMANECER**

**DÍA 2: OJOS**

**DÍA 3: TU  
COMIDA**

**DÍA 4: UNA  
FOTO DE PEQUEÑO**

**DÍA 5:  
UN AMIGO**

**DÍA 6:  
UNA FLOR**

**DÍA 7:  
EL CIELO**

**DÍA 8:  
UN ANIMAL**

**DÍA 9:  
UN FAMILIAR**

**DÍA 10: CON  
ALGUIEN QUE EXTRAÑES**

**DÍA 11:  
UN POLAROID**

**DÍA 12:  
DE TUS ZAPATOS**

**DÍA 13:  
UNA FRASE**

**DÍA 14: FOTO  
DE UN DÍA ESPECIAL**

**DÍA 15: FOTO  
EN UNA FIESTA**

**DÍA 16:  
VESTIDO FORMAL**

**DÍA 17:  
FOTO FAMILIAR**

**DÍA 18: EN UNA  
PISCINA O PLAYA**

**DÍA 19: DE  
ALGO QUE ODIAS**

**DÍA 20:  
FOTO SONRIENDO**

**DÍA 21:  
EN MEME**

**DÍA 22:  
FOTO EN EL ESPEJO**

**DÍA 23: UNA  
PAGINA DE UN LIBRO**

**DÍA 24: FOTO DE  
ALGUIEN DESPREVENIDO**

**DÍA 25: EN  
UN RESTAURANTE**

**DÍA 26:  
EN LA ESCUELA**

**DÍA 27:  
EN TU CUMPLEAÑOS**

**DÍA 28:  
BEBIENDO ALGO**

**DÍA 29: PRIMERA  
FOTO DE TU CARRETE**

**DÍA 30: ULTIMA  
FOTO DE TU CARRETE**

# RETO DE 30 DÍAS EN PAREJA

- DIA 1:** Irse a un lugar donde nunca haya estado.
- DIA 2:** Arréglense y tengan una cita elegante.
- DIA 3:** Vayan a un concierto u obra de teatro juntos.
- DIA 4:** Hagan turnos para fotografiarse el uno al otro.
- DIA 5:** Realicen un viaje por carretera y canten sus canciones favoritas a todo pulmón.
- DIA 6:** Acurrúquense en el sofá y vean una película romántica, un programa de televisión o lean un libro.
- DIA 7:** Experimenten en la cocina y cocinen algo nuevo.
- DIA 8:** Haz una lista de los motivos por los cuales lo quieres y compártela con él.
- DIA 9:** Salgan a correr, hacer una caminata, hacer yoga o hacer ejercicio juntos.
- DIA 10:** Haz una playlist con canciones que signifiquen algo para ambos.
- DIA 11:** Sorpréndelo con boletos para el cine o el teatro.
- DIA 12:** En el trabajo, envíale un mensaje agradeciendo el tiempo que compartieron el fin de semana.
- DIA 13:** Deja una nota de amor a lo largo del día lo encuentre y le saques una sonrisa.
- DIA 14:** Tómense fotos juntos y compren un album juntos.
- DIA 15:** Vean juntos su película favorita en casa y luego cenén juntos con la televisión apagada.
- DIA 16:** Vistanse elegantes y vayan a una cita como si fuera la primera vez!
- DIA 17:** Ambos platiquen de su vida, intenten enfocar los momentos positivos.
- DIA 18:** Dialoguen como podrían mejorar más la relación, así de esa manera seguirán conociéndose.
- DIA 19:** Hazle tres cumplidos a tu pareja, que sepa lo especial, valorado y respetado por ti.
- DIA 20:** Deja que tu pareja elija una serie (primer capítulo) o una película para ver juntos.
- DIA 21:** Agradécele todo lo que ha compartido contigo, pero sobre todo, su vida.
- DIA 22:** Vayan a un concierto juntos, de preferencia que tu pareja elija, aprende más de sus gustos.
- DIA 23:** Dejense una nota en un lugar inesperado.
- DIA 24:** Hagan un picnic en un parque.
- DIA 25:** Bailen una canción romántica en privado.
- DIA 26:** Hagan ejercicio juntos.
- DIA 27:** Escribanse a mano, una carta de amor.
- DIA 28:** Vayan juntos al supermercado y compren un antojo delicioso para comer o hacer en casa.
- DIA 29:** Vayan a cenar a un lugar romántico.
- DIA 30:** Regálale un detalle, algo que sepas que le gustará.

Vale por...

Cocinar mi...

☐☐

...preferido

Marcar la opción preferida.

Vale por...

Un masaje relajante



\_\_\_\_\_  
Términos y Condiciones

.....  
.....  
.....  
.....

Vale por...

Un atardecer los dos solos



\_\_\_\_\_  
Términos y Condiciones

.....  
.....  
.....  
.....

Vale por...

Un paseo por la...



montaña

☐

☐ playa



Vale por...

Una sesión de peli,  
mantita y mimos



\_\_\_\_\_  
Términos y Condiciones

.....  
.....  
.....  
.....

Vale por...

Un montón de besos  
mañaneros



\_\_\_\_\_  
Términos y Condiciones

.....  
.....  
.....  
.....

Vale por...

Un súper abrazo



\_\_\_\_\_  
Términos y Condiciones

.....  
.....  
.....  
.....

Vale por...

Un baño de espuma



\_\_\_\_\_  
Términos y Condiciones

.....  
.....  
.....  
.....





# PACK DE VALES

un regalo con amor

para



VALE POR

---

---



VALE POR

---

---



VALE POR

---

---



VALE POR

---

---



VALE POR

---

---



VALE POR

---

---



VALE POR

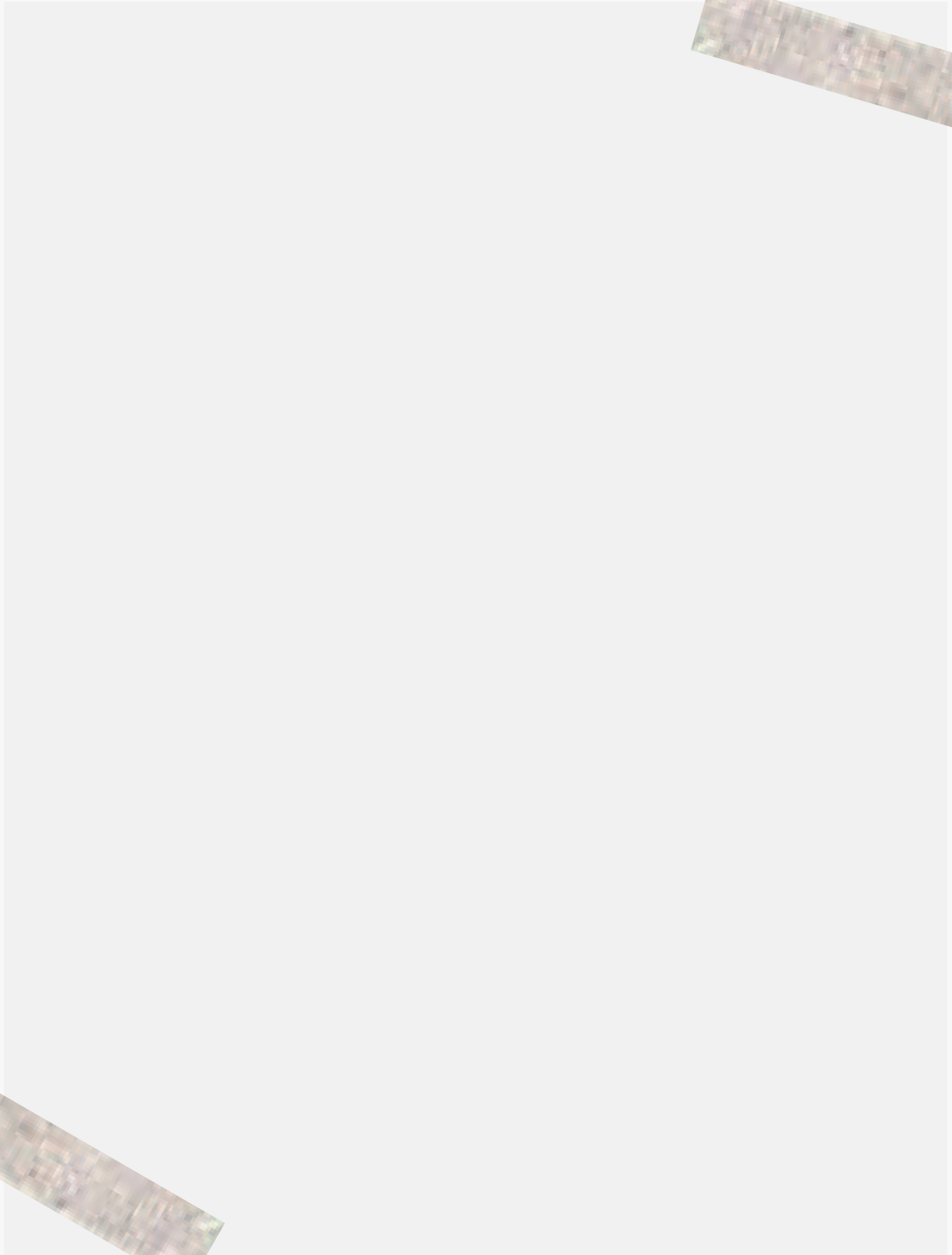
---

---



# FRASES DEL DIA

¿que palabras te inspiran?



# NUESTRO RECUERDO

