



12 tips för att lyckas med Alla Hjärtans Dag

Stressad inför Alla Hjärtans Dag? Att köpa den perfekta presenten, hitta exakt rätt kort och planera den optimala romantiska middagen?

Koppla av. Det går att göra Alla Hjärtans Dag speciell, utan ångest! Det viktigast är att du uttrycker din kärlek på ett eller annat sätt. Här är några tips som hjälper dig lyckas – och kan föra er lite närmare varandra!

1. Glöm inte bort dagen!

Det värsta du kan göra är faktiskt att helt glömma bort Alla hjärtans dag. Det finns numera en uttalad eller outtalad förväntan på denna dag. Skriv in det nu direkt i din kalender med påminnelse några dagar innan!

2. Skriv ned din partners alla positiva sidor.

Vad du tänker, syns på dig. Notera allt du uppskattar hos din partner och varför du uppskattar att han eller hon finns i ditt liv. Lista positiva egenskaper och gemensamma minnen. Allt detta ger dig grunden till att stråla av kärlek till din partner under hela dagen!

3. Ge din partner total uppmärksamhet. Det är din partner som ska få din odelade uppmärksamhet denna dag. Inte barnen, familjen eller vännerna. Inte mobilen, surfplattan eller datorn. Inte en tidning eller bok. Nej, din partner!

4. Tänk romantik. Alla hjärtans dag handlar om romantik. Det innebär att ta sig tid att göra det lilla extra för att dagen ska bli speciell, t ex att klä upp sig för din partner. Försök att se dig själv som din partner ser dig och leverera sedan över förväntningarna.

5. Gör inte samma sak som du gjorde förra året. Även om det fungerade bra, kommer din partner att uppskatta något nytt och annorlunda. Han eller hon blir glad om du tänkt lite extra när du planerat hans/hennes Alla Hjärtans Dag. Var kreativ. Vad kan du göra som vore lite magiskt?

6. Skicka en present till jobbet. En present eller blommor eller choklad till jobbet påminner din partner om er kärlek även utanför hemmiljön. Dessutom visar det för kollegorna att han/hon är älskad och ihågkommen på Alla hjärtans dag.

7. Skriv ett kärleksbrev. Ett riktigt kärleksbrev, inte ett sms eller mail. Tala om för din partner vad han/hon egentligen betyder för dig. Berätta för henne varför du skulle välja henne igen och igen och igen. Han eller hon kommer att hålla brevet som en kär del av livet.

8. Sprid dina kärleksförklaringar under dagens lopp. I stället för en stor gåva, ge flera mindre gåvor under dagen. Kanske en gåva till frukost, en på framsätet i bilen, en i badrummets medicinskåp och en på dörmattan när han eller hon kommer hem?

9. Laga mat för din partner. Gör något utanför det vanliga som visar att du bryr dig. Frukost på sängen, en romantisk middag hemma eller en speciell dessert?

10. Se en romantisk film. Kryp ihop i soffan med ett glas vin och se en bra film. För tips på filmer, se <http://www.imdb.com/genre/romance>.

11. Erbjud massage. Finns det något mer avslappnande och välgörande än en massage? Skaffa massageolja, lär dig några massagetekniker och ge din partner en bra fot- eller ryggmassage.

12. Ta det lugnt. Kläm inte in för mycket i dagen eller på kvällen. En lugnt tempo är en viktig del av att göra Alla hjärtans dag bra för din partner.

Lycka till!

Bill Larsten
Passionerad för din framgång
Conferator Kompetens AB



Conferator Kompetens AB
www.conferator.se
08-441 80 00 info@conferator.se

