

Amour toujours :

Les recettes pour un couple qui dure

"Il y a mille recettes !", explique Marie-Claude Gavard, médecin psychiatre spécialiste des problèmes de couples*. Elle décrypte les trois principales.

1) Procéder au bon casting

"Dans un siècle de zapping, il est important de se laisser le temps de choisir. C'est l'inverse du coup de foudre ! La sélection se base sur les affinités mais aussi les grandes valeurs de vie".

2) Savoir que l'autre n'est pas acquis

"Il ne fait pas partie des meubles ! Comme avec les amis, il faut toujours rester bienveillant, rester conscient qu'il peut partir".

3) Des fêtes pour souligner l'intimité

"La Saint Valentin et les autres fêtes permettent de marquer sa reconnaissance à l'autre d'avoir été choisi, malgré sa propre imperfection. C'est rassurant et permet d'exprimer sa gratitude, d'être dans une bulle amoureuse. Il faut multiplier les petits rendez-vous en tête à tête".

*auteur de "60 clés pour réussir son couple", éditions Odile Jacob.

Une Saint Valentin réussie

"La Saint Valentin se cultive toute l'année ! Faire attention à l'autre, lui montrer qu'on l'aime doit être régulier. A l'inverse, ces fêtes et rituels permettent aussi de tirer la sonnette d'alarme, de prendre conscience que l'on a sombré dans la routine ou négligé l'autre. Pour trouver le bon cadeau, ne sombrez pas dans le cliché. Ainsi, ne réservez pas dans un restaurant chic si votre

moitié est casanière et appréciera davantage un petit dîner la maison. De même, si vous voulez lui offrir un cadeau, évitez de lui poser directement la question 'Chéri(e), qu'est-ce qui t ferait plaisir ?' mais tachez de trouver un cadeau qui lui plair à coup sûr... Il serait dommage que la soirée vienne à la soupe à la grimace !" Messieurs, pour une prise de risque limitée, sachez qu'un bouquet de fleurs est presque universellement apprécié...!



Plaisirs d'offrir

La vie en rose

Pour une Saint-Valentin très glamour, ce sac besace est idéal ! De taille large, ce « must-have » de la saison se porte en toutes circonstances : haut-perchée sur des escarpins, pour aller travailler ou se promener et bien-sûr, pour une soirée romantique en tête-à-tête !

Sac besace Texto. Prix : 39,90 €. Tél. Lecteurs : 04 42 18 39 30.
www.texto-france.fr



Invitation au voyage...

Amateurs de moments de quiétude à deux, voici un cadeau qui plaira tant à Madame qu'à Monsieur : le thé des Amours. Envoûtant, ce mélange de thé vert et rouge est parfumé aux fleurs d'oranger, de jasmin d'hibiscus... Un régal pour les gourmand(s), bien plus original qu'une boîte de chocolats !

Thé des Amours, de l'Empire des Thés. Prix : 5,50 €/10 grammes. Disponible dans les boutiques L'Empire de Thés et sur le site Internet www.empiredesthes.fr

N° 59 Février 2011

MENSUEL
GRATUIT

temps libre

MAGAZINE

Le mois de l'amour

Cocooning à deux

Week-end
romantique

Acheter
un mobil-home



L'invitée du mois :
Anny Duperey

Les articles déjà parus sur www.temps-libre.info