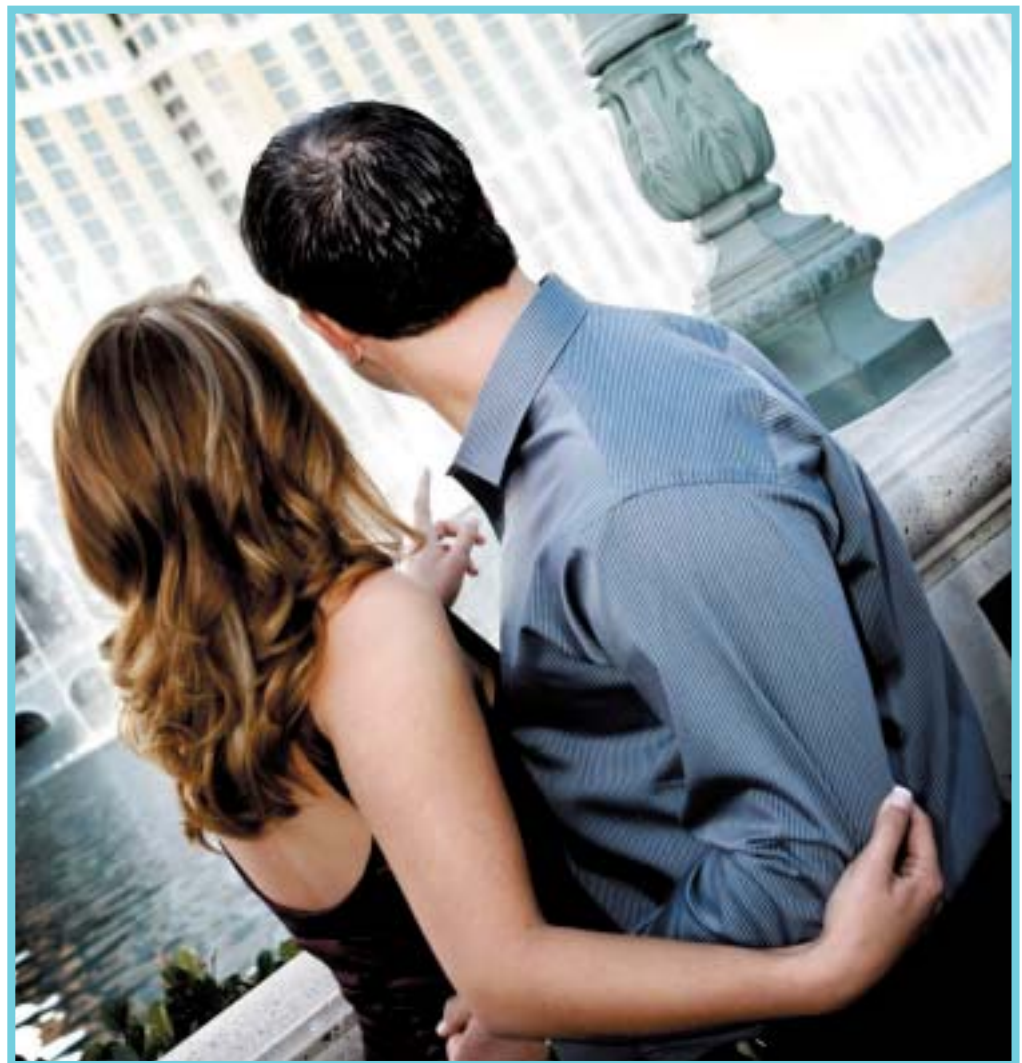


¡Vámonos de paseo!

El feriado de Carnaval se une con el festejo por el Día San Valentín. Así que ya tienes la excusa perfecta para disfrutar y relajarte, en familia, con pareja o con amigos. Aprovecha para planificar tu viaje, organizar maletas, reservar espacios y salir de la ciudad. Los expertos aconsejan realizar viajes cortos con tu pareja para reafirmar la relación.



Fotos: captura Internet

Feriado ideal para

EL AMOR Y LA AMISTAD

Viajes: una terapia para el amor

Las relaciones de pareja no son fáciles de llevar. El convivir con una persona trae consigo tanto satisfacciones como conflictos. Entender a la persona que vive a nuestro lado requiere de diferentes procesos: conocimiento de sí mismo y del otro. Esta no es una tarea sencilla, pero es una parte fundamental dentro de la relación entre dos personas unidas por un mismo sentimiento.

El tiempo es quizá un elemento sustancial en una relación de pareja. Éste tiene el poder de desgastar o estrechar los lazos que los unen. Todo esto, sin embargo, está atravesado por otras circunstancias como la costumbre, dependencia, celos, rutina u otros.

Para la Dra. Soledad Ávila, psicóloga de parejas, una buena estrategia para mejorar la relación es viajar. Son varios los aspectos positivos que una salida trae consigo: crean un tema de planificación conjunta en donde los dos se ven involucrados, tendrán suficiente tiempo a solas para conversar, e incluso discutir para conocer mejor cuál es el problema que los agobia o, sino es el caso, para mantener la fluidez y buena energía que caracteriza a tu relación. Qué mejor que San Valentín, incluso sino lo celebras, para darte una oportunidad, excusa y razón de volver a los inicios y retomar el cariño y detalles con esa persona.

“Con un viaje se pueden romper los parámetros de lo cotidiano y es el tiempo preciso para conversar, compartir momentos íntimos que a diario olvidamos”, asegura la Dra. Ávila.

Lugares a donde ir...

La privilegiada ubicación de Ecuador permite tener varias opciones para viajar y disfrutar de diversas actividades que se están a pocas horas de distancia.

No importa si es en pareja, con familia o amigos, lo importante es que elijas el lugar y las actividades adecuadas según con las personas que vayas para que todos disfruten de un feriado inolvidable.