



# Guía de la Buena esposa

11 reglas para mantener a tu marido feliz

Sé la esposa que él siempre soñó

# 1 Ten lista la cena

Planea con tiempo una deliciosa cena para su llegada.

Esta es una forma de dejarle saber que has estado pensando en él y que te preocupan sus necesidades. La mayoría de los hombres están hambrientos cuando llegan a casa.

Prepara su plato favorito







# ¡Luce hermosa!

Descansa 5 minutos antes de su llegada para que te encuentre fresca y reluciente.

Retoca tu maquillaje, ponte un listón en el cabello y luce lo mejor posible para él. Recuerda que ha tenido un día duro y sólo ha tratado con compañeros de trabajo.



### 3 Se dulce e interesante

Su aburrido día de trabajo quizá necesite mejorar. Tú debes hacer todo lo posible por hacerlo.

*Una de tus obligaciones es distraerlo.*



# Arregla tu casa

cuatro

Debe lucir  
impecable

Haz una última ronda por las principales áreas de la casa, justo antes de que tu marido llegue. Levanta libros de escuela, juguetes, etc. Y limpia con un plumero las mesas.





## Hazlo sentir en el paraíso

Durante los meses más fríos del año debes preparar la chimenea antes de su llegada. Tu marido sentirá que ha llegado a un paraíso de descanso y orden, esto te levantará el ánimo a ti también.

Después de todo, **cuidar de su comodidad te brindará una enorme satisfacción personal.**



# 6 Prepara a los niños

Cepíllales el cabello, lava sus manos y cámbiales la ropa en caso de ser necesario. **Son sus pequeños tesoros** y él los querrá ver relucientes.

*tómate unos minutos para arreglar a los niños*





# 7 Minimiza el ruido

A la hora de su llegada apaga lavadora, secadora y aspiradora e intenta que los niños estén callados.

Piensa en todo el ruido que él ha tenido que soportar durante su pesado día de oficina.



# 8 Procura verte feliz

**Regálale una gran sonrisa  
y muestra sinceridad en tu  
deseo de complacerlo.**

**Tu felicidad es la  
recompensa por su  
esfuerzo diario.**





# Escúchalo

Puede que tengas una docena de cosas importantes que decirle, pero a su llegada no es el mejor momento para hablarlas.

Déjalo hablar antes, recuerda que sus temas son más importantes que los tuyos.







# 10 Ponte en sus zapatos

No te quejes si llega tarde,  
si va a divertirse sin ti  
o si no llega en toda la noche.  
Trata de entender su mundo  
de compromisos.

Trata de entender su mundo de  
presión y compromisos, y su  
verdadera necesidad de estar  
relajado en casa.

11

## No te quejes!

**No lo satures  
con problemas  
insignificantes.**

Cualquier problema tuyo,  
es un pequeño detalle  
comparado con lo que  
él tuvo que pasar.









Hazlo sentir  
a sus anchas

**Extra!**

*Deja que se acomode en un sillón  
o se recueste en la habitación.*

Ten una bebida caliente lista para él. Arregla su almohada y ofrece quitarle sus zapatos.

**Habla con voz  
suave  
y placentera**