



HOE LAAT IK 2018 KNALLEN?

«Elk jaar hoop ik op 1 januari vuurwerk te krijgen tussen de lakens. Het is toch een typisch moment om het vuur weer even aan te wakkeren, elkaar weer te beloven dat je elkaar opnieuw graag zal zien, zodat je met nieuwe seksuele energie aan het jaar begint. Hoe zorg ik ervoor dat 2018 knalt?»

Cindy (38)

Het antwoord zit hem in je eerste zin: 'elk jaar hoop ik'. Hoop doet misschien leven, maar voor extra vuur in je relatie, moet je toch echt met iets straffers komen. De daad bij de hoop voegen, bijvoorbeeld? Een lijstje met goede voornemens is voor je liefdesleven geen slecht idee. Bovendien ben je met zijn tweeën om over het naleven ervan te waken. Met zijn drieën zelfs, want reken maar dat ik je ook volgend jaar weer geregeld seksueel en relationeel met de neus op de feiten druk.

1. Date-donderdag: ooit stelde een minister voor om een avond per week uit te trekken voor je partner. Zijn idee werd gebagatelliseerd tot 'seksdonderdag', maar het basisidee was prima! Druk, druk, druk? Vaste sportavonden, de cursus Italiaans en kooklessen plannen we zonder tegenstribbelen. Niks mis met ook een vaste avond te reserveren voor de belangrijkste persoon in je leven, toch? Zet hem nu op de kalender en pin

elkaar erop vast. Wie de date afblaast, moet boete doen met een relationele oppepper en de 'gedupeerde' partner mag kiezen! Een uitgebreide massage. Voorlezen uit een erotisch boek. Samen je lingeerikast ordenen op 'sexy' en 'weg ermee'. Stel je menukaart met opdrachten al maar op!
2. Wegwezen: vooral voor koppels die in de huiselijke routine van werk-huis-kids gesukkeld zijn, is het raadzaam om zo nu en dan de liefde te bedrijven in een ander bed. Je seksleven heeft baat bij vernieuwing en verandering. Dat houdt je gedachten 'bij de zaak', eerder dan bij alle beslommingen. Boek zo nu en dan een B&B voor jullie tweetjes.
3. Geef je slaapkamer een facelift: hotels en B&B's zijn niet voor iedereen weggelegd, een make-over van je slaapkamer om het nieuwe jaar te vieren wel. Ook met een klein budget kan je veel bereiken. Bed in de andere hoek, nieuw overtrek en kussens, mooie hemeldoek of lavalampje in de hoek. Kinderspeelgoed, wasgoed of een strijplank horen nooit in de slaapkamer. Eigenlijk moet de tv buiten en smartphones leg je zo ver mogelijk van je bed. Ik wens je veel relationeel en seksueel welbevinden voor 2018!

Goedele

Goedele Liekens (54) is klinisch psycholoog-seksuoloog en presenteert programma's rond relaties en seksualiteit op de Nederlandse en Britse tv. Meer info op goedele.com. Ook een vraag voor Goedele? Stuur een mailtje naar nina@hln.be.



Foto: Johan Jacobs

FEESTVERPAKKING

Als er ooit een moment is om je een nieuw setje aan te schaffen, dan is het nu. Ook onder die feestjurk mag je schitteren.

Slip en beha Empreinte
€ 67 en € 113
www.empreinte.eu






**VOOR HEM
VOOR HAAR**

Stoute tekeningetjes zijn op de valreep nog dé trend van 2017. Leg ze onder de boom, eentje voor hem, eentje voor haar.

01 Wit hemd van Johnny be good met illustratie van Axelle Zwartjes in limited edition S/M/L
€ 140 vanaf eind december op www.johnybegood.be

02 Ring en oorknopjes met naakt koppeltje van Stories by helen b en some.thing(s)
beide € 64 www.helenb.be

POËZIEPANTY

Nikita Gill werd beroemd als *instapoet* op social media met haar aforistische gedichten. Ze ontwierp een panty die het vrouw-zijn wil vieren. «You are the architect of your own beautiful, wild chaos.» Onze mantra voor 2018.

Panty Emily van Wolford € 45
www.debijenkorf.nl

15 KANSEN

Nog snel op zoek naar een lief voor het jaar stopt, of maak je er een project van voor volgend jaar? Mieke Mievis en Hilde Martinez probeerden datingsites, nieuwe hobby's en nog mogelijke manieren uit om een geliefde tegen het lijf te lopen. Wat werkt en wat niet? Hart gezocht van Mieke Mievis en Hilde Martinez € 19,99 uitgeverij Houtekiet



Tekst: Eva Van Driessche