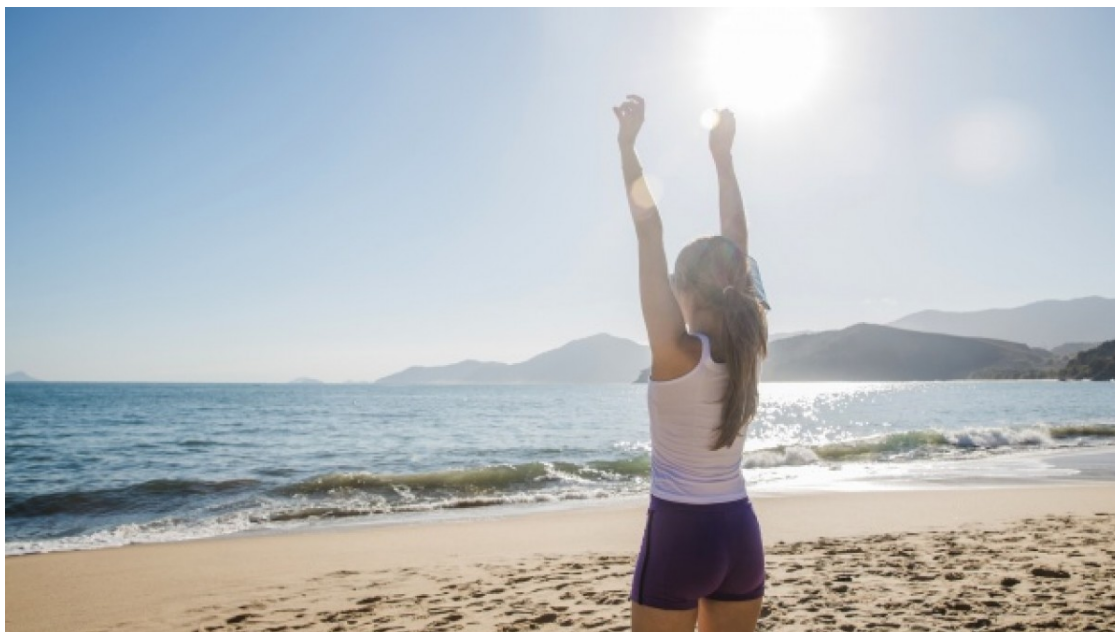


4 maneres de millorar la relació amb el teu cos



Com passa moltes vegades amb altres coses, **els humans tenim una relació contradictòria amb el nostre cos**. Per algunes coses l'estimem i per d'altres no tant.

Fa pocs dies la revista digital Pijama Surf (<https://pijamasurf.com/2019/06/4-formas-de-mejorar-la-relacion-con-tu-cuerpo/>) va fer un article en el que dóna 4 consells clau per començar a estimar una mica més el nostre cos, ja que és únic i estarà amb tu tota la vida! Nosaltres te'ls hem resumit. **Què en penses, creus que ho podràs posar en pràctica?**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

```
[/playbuzz]
```