



CONSELLS | | Actualitzat el 09/04/2020 a les 12:37

5 consells per sentir-te més feliç a casa



El confinament no és fàcil, i cadascú el viu a la seva manera. Hi ha algunes petites coses que et poden ajudar a fer-te sentir millor!

```
[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.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-z-sdk'));
```

[/playbuzz]

Si us està costant gestionar la distància amb la vostra parella, si us sentiu més angoixats/des de l'habitual o si necessiteu consell sobre com afrontar el confinament, podeu escriure de manera anònima al nou consultori de Confinats. Una persona experta resoldrà els vostres dubtes gratuïtament.

[consultori]5[/consultori]