

CÀPSULES DE TRANQUIL.LITAT



EHHH, AIXECA LA MORAL!

En ocasions està més trist o abatut, et connectes més amb tot allò més negatiu dels teus pensaments. Per reconduir-ho et recomanem aquesta càpsula de tranquil.litat. Connecta amb la teva part més alegre, la que et dóna energia i et connecta amb els altres des del cor.

Si trobes que algú de la teva família requereix d'aquesta càpsula, anima'l a que faci l'activitat amb tu.

<https://youtu.be/BuqY07KpY3A>

The screenshot shows the YouTube interface. At the top left is the YouTube logo with 'ES' next to it. To the right is a search bar with the text 'Buscar'. Below this is a video player showing a group of four children (three girls and one boy) smiling and playing in a field of bright yellow flowers. The video title is '3:31 Aixecant la moral'. Below the title, it says '2557 visualizaciones · 9 ago. 2014'. At the bottom of the player are icons for likes (8), comments (0), share (COMPARTIR), save (GUARDAR), and a menu icon (three dots).