

Anem al cinema!

Per seguir en la línia d'oferir-vos algunes propostes que alleugereixin l'estada a casa, avui volem endinsar-nos en el fabulós món del cinema.

El Cinema té infinitats de beneficis que ens poden ajudar (<https://jaimeburque.com/blog/la-guia/filmoterapia/beneficios/>):

- Ens Revitalitza
- Ens exposa a les nostres pors
- Té una funció catàrtica
- Ens relaxa
- Ens motiva
- Ens fa riure
- Ens fa plorar
- Ens ajuda a replantejar-nos les nostres actituds negatives
- Desenvolupa la nostra creativitat
- Augmenta i millora les nostres relacions
- Ens provoca una intensa reflexió
- Ens ajuda en la pèrdua
- Ens eleva
- Ens fa conscients de les nostres fortaleeses psicològiques

Per tot això volem compartir una proposta cinematogràfica que hem trobat per gaudir-la a casa amb els nostres fills i filles:

- 1- Ens encanta: 30 clàssics que nosaltres vàrem gaudir de petits (i no tant petits) i que podem redescubrir amb la canalla. Tot un plaer!
<https://www.fotogramas.es/noticias-cine/g5454231/30-clasicos-familiares-que-deberas-ver-de-nuevo-con-tus-hijos/>

Anem més enllà de Netflix i Disney per introduir-nos en un món nou d'aventres!

**Moltes Gràcies,
L'equipo de Gestors de Saned**

