



## El valor de cuidar els altres

### Resum

Aquesta crisi ens obliga a relacionar-nos i cuidar-nos de forma diferent, en alguns casos amb una intensitat no viscuda fins al moment, com en la relació de parella, i en altres casos vivint relacions a distància amb persones estimades.

El confinament ens permet observar altres formes de comunicar-nos, de cuidar-nos, de sentir-nos a prop.

Podem aprofitar l'oportunitat que ens ofereix aquesta crisi per explorar i aprofundir en les nostres relacions convertint-les en relacions més lliures, més autèntiques i més sinceres.

Et convido a posar en pràctica aquesta oportunitat expressant a alguna de les persones properes com et sents i com ha canviat la teva perspectiva des d'aquest confinament.