

Cultura desde casa combatir el estrés por la pandemia

Categoría: Minas de Matahambre

Publicado: Domingo, 25 Octubre 2020 09:21

Escrito por Juan María González Cabanas

Visto: 403



Las instalaciones: casa de cultura, biblioteca, cine, librería y museo vuelven a cerrar sus puertas en Minas de Matahambre, a partir del regreso a la Fase de Transmisión Autóctona Limitada. Es muy importante en esta etapa de aislamiento social, asimilar ahora el contexto cultural desde el hogar.

Los libros conforman una vía directa y sólida para ampliar los conocimientos, al tiempo que recrean.

Desde la casa la lectura puede incrementarse, como refugio de placer y ruptura de estrés.

Las películas, espectáculos, conciertos y bailables se extrañan también. Los mineros hace tiempo que no concurren a áreas grandes a disfrutar en grupos, sin embargo la televisión y los demás medios tecnológicos pueden sustituir estas ausencias con las cuales estaban conectados, sobre todo, los públicos adolescentes y juveniles.

Es tiempo de diversificar la cultura, hacerla posible desde otros medios y modos.

La música en casa se puede escuchar y bailar, por lo tanto le hace un doble favor al cuerpo, por una parte alimenta al espíritu a la vez que ejercita los músculos y reporta salud.

Cultura desde casa combatir el estrés por la pandemia

Categoría: Minas de Matahambre

Publicado: Domingo, 25 Octubre 2020 09:21

Escrito por Juan María González Cabanas

Visto: 403

Ante las circunstancias adversas, el optimismo y la manera de encarar la vida es primordial.

Ni la cólera, ni el mal humor conllevan a un buen comportamiento que repercuta en beneficio de los componentes de la familia.

Asimilar el momento y hacer que el arte allane las relaciones interpersonales en días de recogimiento, es triunfar como individuo.