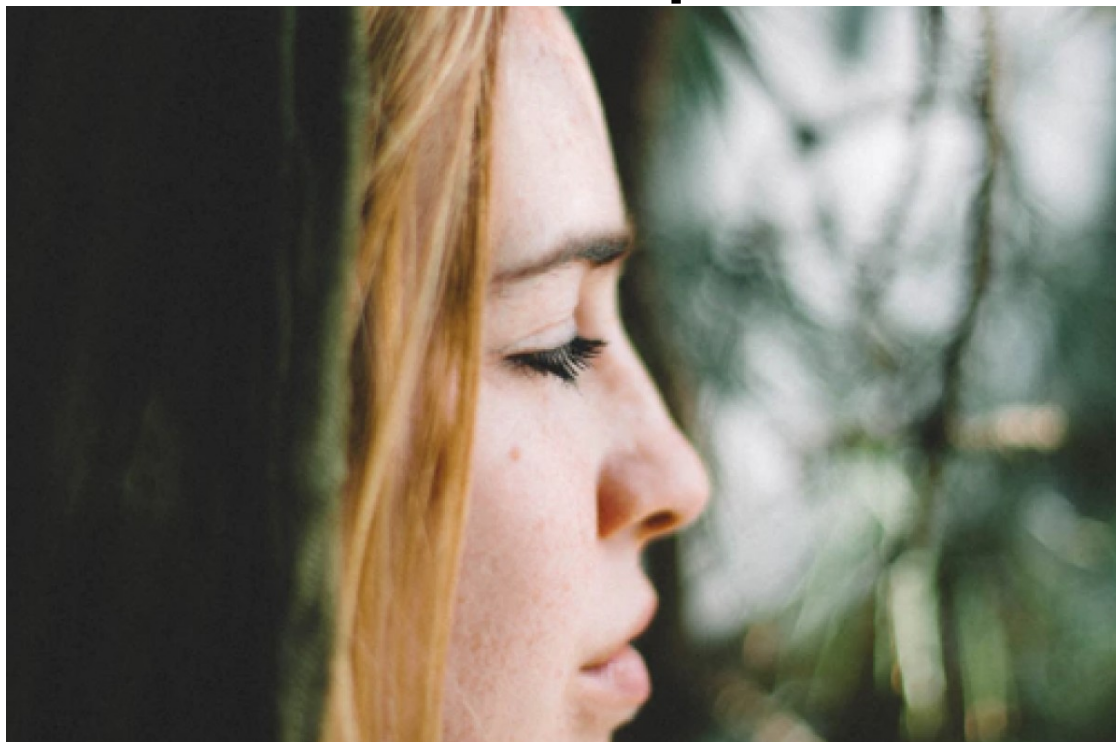




BULLYING | Actualitzat el 12/02/2019 a les 11:49

# 10 lliçons imprescindibles que ens ha ensenyat aquesta Youtuber i que has de veure abans que acabi el dia



Fa dos dies la youtuber María Herrejón va penjar un vídeo que creiem que és molt important veure. La jove se centra en la seva experiència i explica com l'ha afectat al llarg de la vida haver patit bullying de petita.

Més enllà de la seva pròpia experiència, en els 25 minuts que dura el vídeo, **la María dóna moltes lliçons de vida que ens hauriem de gravar tots i totes al cap per aprendre a conviure amb respecte i amor cap als altres, però sobretot cap a nosaltres mateixos/es.** Instagram i Internet ens estan fent molt mal, però cal aprendre'n i no creure'ns tot el que veiem. La perfecció no existeix per a ningú i hem de ser agraïts/des amb el que tenim i aprendre a estimar-nos per sobre de tot!

**Quina lliçó de la María Herrejón us agrada més o creieu que us pot ajudar més?**

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

[/playbuzz]

**Aquí podeu veure el vídeo sencer:**



---

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=No-MUr7zjjQ>

Video: [https://www.youtube.com/watch?v=G5A2-71S8\\_k](https://www.youtube.com/watch?v=G5A2-71S8_k)

**31FAM**, el grup de trap català amb més projecció del moment, passen per AdolescentsiCat. Parlarem amb ells de com han estat els seus inicis i com viuen aquesta primera etapa d'èxit i reconeixement.

Els farem passar algunes proves i, com sempre, hauran de respondre les preguntes de l'interrogatori íntim.