

James Brand & Co presenta La dieta de la creatividad

[Multimedia](#)

La agencia creativa James Brand ha colaborado con la clínica Soma para elaborar unas pautas que seguir para estimular la creatividad mediante la alimentación (y, en general, de la salud)

Para hacer más digerible la vuelta a la rutina de esta nueva temporada, la agencia creativa de Barcelona, [James Brand & Co](#), ha decidido realizar, en colaboración con la [clínica deportiva SOMA](#) Sport Medical Center de la ciudad condal, la "Dieta para estimular la creatividad".

El team de James Brand ha colaborado con el equipo de especialistas de Soma Sport Medical Center, para preparar un conjunto de consejos y de indicaciones que puedan ayudar a cuidar mejor no solamente del cuerpo, sino también de la creatividad y de aumentar la tendencia a la inspiración gracias a la comida y al ejercicio físico.

"Seamos sinceros, tod@s necesitamos cuidarnos para estar bien y, sobre todo, para ser más creativ@s y poder enfrentarnos a los desafíos de la rutina de cada día con ese boost de creatividad que permita vivir mucho mejor".

Se puede encontrar el pequeño manual para comer mejor y sentirse más creativ@s en el [blog de James Brand & Co](#) y en sus perfiles social, donde se podrá encontrar una ayuda para cuando hay que hacer la lista de la compra, sin olvidarse lo que puede hacer más creativo y proactivo también.

Demasiadas veces los buenos propósitos de septiembre no han sobrevivido hasta octubre.

Demasiados abonos al gym se han quedado inutilizados después de los primeros tres meses.

Demasiadas veces se ha vuelto a descargar esa app de comida a domicilio después de haberla cancelado del móvil para no caer en tentación.

"Que el único bueno propósito de este otoño sea sentirse mejor y más creativ@s: los otros buenos propósitos ya se realizaran más fácilmente luego. Que el 1 de enero está a la vuelta de la esquina y para buenos propósitos de más siempre hay tiempo".

