

Calendario saludable para el 2021



El equipo editorial de Familia y Salud os ofrece nuestros mejores deseos saludables para el nuevo año que empieza.



¡Empieza el 2021! Tras un año difícil y complicado, nos enfrentamos a nuevos retos e ilusiones. Deseamos que vaya llegando el final de esta pandemia y que nuestra vida vaya recuperando la normalidad. Pero nuestro mayor deseo para todos vosotros, es que disfrutéis de una vida en familia, plena, activa y saludable. Que vuestros hijos crezcan sanos y felices. Que consigáis todo lo que os propongáis y que tengáis la motivación y la energía necesarias para lograrlo.

Para ayudaros en esta tarea, hemos querido regalaros el que hemos llamado "**Calendario saludable**

para el 2021". Vuestro año, ¡sin duda!

En él encontraréis algunas pequeñas rutinas y actividades , que son fáciles de poner en práctica y que mejorarán mucho la salud y el bienestar de toda la familia.¿Os apuntáis? Un propósito para cada mes. ¡Podéis empezar ya!

El **Calendario saludable de Familia y Salud** lo podéis descargar [en formato PDF para impresión AQUÍ](#) o pulsando sobre la imagen. Utilizadlo como vuestro calendario familiar para este año. Esperamos que os guste y os sea útil.

Hecho con todo nuestro cariño, para vosotros. ¡Feliz año 2021!

Equipo Editorial Familia y Salud

Fecha de publicación: 26-11-2020
