

¡Apúntate un tanto!



El deporte tiene el poder de cambiar el mundo. Es un derecho fundamental y una poderosa herramienta para fortalecer los lazos sociales y promover el desarrollo sostenible y la paz. Y además protege la salud de nuestros seres queridos. ¿Qué otra cosa puede darnos más?

La [Organización de las Naciones Unidas](#) realiza una campaña internacional de concienciación el jueves 6 de abril.

En [Familia y Salud](#), este 2023 estamos inmersos en nuestra campaña "[En marcha hacia una vida sana, ¡únete!](#)" que estamos desarrollando durante todo el año. ¡No podíamos dejar de celebrar este evento! [El deporte es salud](#). El deporte es uno de los hábitos saludables más importantes en nuestra vida y uno de los más eficaces y útiles. ¡Promovedlo en vuestra familia!

¡Apuntáos un tanto y haced del deporte uno de vuestros objetivos!

¡Enhorabuena a aquellas familias que ya lo practican! Y para las que os estáis iniciando, nuestra web realiza su propia campaña de este mes que podéis consultar pichando aquí: "[Apúntate un tanto!](#)", donde encontraréis muchas ideas e información que os puede ayudar a empezar. ¡Ánimo!

Equipo Editorial Familia y Salud

