

MENS SANA IN CORPORE SANO

“MENTE SANA, SI HAY UN CUERPO SANO”

La mayoría de las personas que no cuidan su cuerpo dejan de cuidar su mente. Con lo cual hay que empezar por cuidar el cuerpo para poder cuidar a la vez la mente

Tener una mente sana está principalmente relacionado con tener un cuerpo sano y viceversa; tener un cuerpo sano también ayuda a tener una mente sana. Ambos están relacionados, debido a que es importante tratar esos problemas para, además de conseguir felicidad, lograr un cuerpo sano y equilibrado. Y además practicar ejercicio puede ayudar a conseguir una mente sana.

AITANA EGIDO 4ºB

**PROYECTO
ESCUELAS
SALUDABLES**

