



Estimado(a) profesor(a) o director(a):

Gracias por su interés en *The Daily Mile*. Nuestra campaña tiene un objetivo – mejorar la salud física y mental de los niños animando a más colegios a que se inscriban en el programa *The Daily Mile*.

The Daily Mile ayuda a que los niños estén en mejor forma, más sanos y más felices, y tiene un impacto positivo en su comportamiento y niveles de concentración, lo cual repercute en sus logros académicos. *The Daily Mile* es simple y efectiva, permitiendo a cada niño o niña, incluyendo a los que tienen necesidades especiales, que realice actividad física a diario. Se trata de un programa gratuito de implantar, requiere tan solo 15 minutos al día, y a los niños les encanta.

Los colegios interesados en comenzar *The Daily Mile* encontrarán todo lo que necesitan en nuestra web, incluyendo estudios que han demostrado el impacto transformador de *The Daily Mile* sobre la salud y el bienestar tanto físicos como mentales de los alumnos.

Nuestra página [Principios Básicos](#) explica cómo realizar *The Daily Mile* correctamente. También encontrará la sección [Preguntas Frecuentes](#), con respuestas a la mayoría de las preguntas que pudiera tener. En nuestra página [Recursos](#) encontrará un "Pack de Bienvenida" gratuito que le ayudará en el comienzo, así como una variedad de vídeos cortos creados por colegios participantes en nuestra sección de [Vídeos](#), en los que podrá ver cómo se desarrolla la actividad en la práctica.

Lamentablemente, las tasas de obesidad entre los niños españoles son de las más altas de Europa. Los niveles de actividad física también son preocupantemente bajos. Todo ello, unido al creciente número de casos de problemas de salud mental entre niños y adolescentes, deja claro que como adultos responsables del bienestar infantil, debemos actuar ya.

¿Qué puede hacer Ud. al respecto?

Todos podemos colaborar para atajar este problema conjuntamente. Le invitamos a que se una a los miles de colegios de todo el mundo que ya están ayudando a los niños a que mejoren su salud y bienestar mediante *The Daily Mile*. Sólo tiene que visitar nuestra página www.thedailymile.es/inscripcion

Simplemente rellene el formulario y su colegio aparecerá en nuestro Mapa Global. Recibirán los últimos recursos gratuitos del equipo *The Daily Mile*, incluyendo un "Pack de Bienvenida" para ayudar a que su colegio arranque a toda velocidad con *The Daily Mile*.

Si tiene cualquier pregunta, por favor póngase en [contacto](#) con nosotros.

Espero que decidan unirse a nuestra comunidad global.

Lourdes García Campos
Embajadora de *The Daily Mile* España