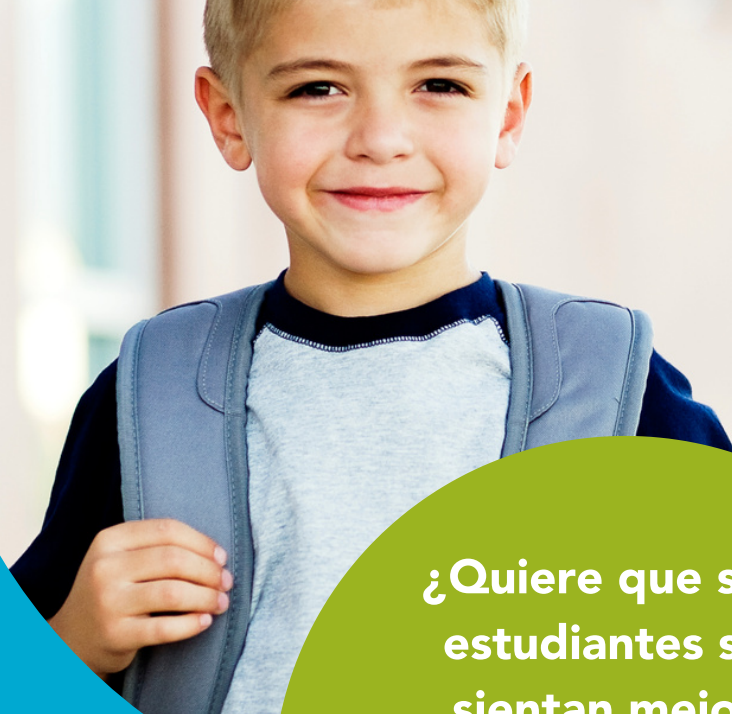


# ¡Aumente la autoestima de sus alumnos!



Los estudiantes con un nivel saludable de confianza en sí mismos, tienen menos ansiedad, están más motivados y tienen mejores relaciones interpersonales.

El tercer grado fue difícil para Louie. A menudo luchaba contra la ansiedad y se la hacía difícil hacer amigos. Pero una vez que su maestro le presentó a la clase The Daily Mile, la vida de Louie mejoró. Correr ha aumentado la confianza en sí mismo. Le ha demostrado que puede lograr metas. Se siente mejor físicamente, sus niveles de estrés se han reducido y correr le ayuda a sentirse más tranquilo. El descanso cerebral diario de 15 minutos, incluso lo ha ayudado a hacer algunos amigos. "Lo disfruto porque ahora me siento bien conmigo mismo".

## ¿Qué es The Daily Mile?

The Daily Mile es un programa GRATIS, sencillo y simple. Es un ejercicio social y divertido de 15 minutos y un descanso mental durante el horario escolar. Se ha demostrado que mejora la salud física, social, emocional y mental, y el bienestar de nuestros niños, independientemente de su edad, capacidad o circunstancias personales.

## ¿Cómo obtengo The Daily Mile para mis estudiantes?

Preséntele The Daily Mile a un maestro de la escuela. ¡Empiece hoy mismo un programa piloto de Daily Mile en su escuela!

¿Quiere que sus estudiantes se sientan mejor consigo mismos?  
¡The Daily Mile hace que los niños se sientan felices!

## Contáctenos

281-535-6820  
team@thedailymile.us  
www.thedailymile.us

