Especial: esport, salut i futbol

written by Sara Carbonell y Varios autores y autoras | 6 d'August de 2025



Quant exercici es recomana que fem i que facen els xiquets i xiquetes? Quin paper té l'esport en la prevenció de l'ansietat i la depressió?

⇓⇓⇓

Esport i salut

Mantindre's actiu a l'estiu protegix la ment de la infància d'emocions negatives com a tristesa i ansietat, enfortint el seu benestar…

⇓⇓⇓

Esport i benestar emocional, també a l'estiu

És cert que el futbol porta implícita una certa violència o no té per què? Els qui firmem este article no entenem el futbol amb violència. Som dos de la Reial Societat i cinc de l'Athletic

Club de Bilbao, equips amb una gran rivalitat…

⇓⇓⇓

Futbol i no violència: el derbi basc

[Imatge creada amb IA en Copilot]