

“Nunca es demasiado tarde para sentirse bien”.



No hacíamos mucha actividad física. Pero después aprendimos que un poco de ejercicio puede hacer una gran diferencia en cómo nos sentimos. Por eso, ahora caminamos, bailamos o simplemente nos divertimos. Siempre que estamos en movimiento, estamos mejorando nuestra salud y con un poco de suerte, podremos disfrutar y seguir juntos por muchos, muchos años.

Viva como si su vida dependiera de ello.