

# EMPRESAS SALUDABLES: UNA APUESTA DE FUTURO

Lunes –Monday –Lundi – Montag – Lunedì

La organización evita agobios y favorece la seguridad.

¡Pon orden!



Martes –Tuesday – Mardi – Dienstag – Martedì

Mantén la calma. El estrés es malo para tu mente y para tu salud.



Miércoles – Wednesday – Mercredi – Mittwoch – Mercoledì

Muévete y vigila cómo. Si cuidas tu cuerpo ¡lo notarás!



Cada día, un nuevo paso hacia la SALUD

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Jueves – Thursday – Jeudi – Donnerstag – Giovedì

Juega limpio y abandona los malos hábitos. Bueno para tu salud... ¡y tu bolsillo!



Viernes –Friday– Vendredi – Freitag – Venerdì

Vigila tu salud. La prevención también es importante.



Sábado –Saturday – Samedi – Samstag – Sabato

Seguros dentro y fuera del trabajo. ¡No te confíes!



Domingo –Sunday – Dimanche – Sonntag – Domenica

Descansar es fundamental.



Quitarle horas al sueño es perder años y salud.