



Bienestar Físico

Semana de la Salud

Verbena y PIR Gaco

Del 3 al 9 de Mayo del 2023

Actuar con Conciencia

EMPIEZA TU RETO

Actividad 4 EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES	Actividad 5 BICITALLER	Actividad 6 ADIVINA LA CANCION	Actividad 7 COCTELES SALUDABLES	Actividad 8 MANEJO DE EMOCIONES	Actividad 9 TAMIZAJE CARDIOVASCULAR	Actividad 10 IDENTIFICACION DE RIESGOS Y PELIGROS	Actividad 11 PILATES ECR	Actividad 12 SILLA DE RELAJACION	Actividad 13 VIDEOSCOPIA
Actividad 14 JENGA DE LA SEGURIDAD	Actividad 15 GALLINA CIEGA	Actividad 16 MEGA MENTE	Actividad 17 LABORATORIO DE GMOVIL	Actividad 18 CEREBRANDO LA SALUD	Actividad 19 FATIGA VISUAL	Actividad 20 IMPORTANCIA DEL SUEÑO	Actividad 21 BRIGADA DE SALUD ORAL	Actividad 22 SOY VIAL	Actividad 23 CUIDADO EN LA VIA
Actividad 24 CUIDANDO EL MEDIO AMBIENTE	Actividad 25 TE RETO RIESGO MECANICO	Actividad 26 MATCH FISIO	Actividad 27 SIMULADOR DE MOTO	Actividad 28 COCINERO SALUDABLE	Actividad 29 AUTOMASAJE	Actividad 30 YOGA	Actividad 31	Actividad 32	Actividad 33
Actividad 34	Actividad 35	Actividad 36							

Completa **sin tachones**, Para participar **debes asistir** a la mayor cantidad de **actividades** que te sea posible y **finalizar cada una**.

Participa, llena tu pasaporte y juega por Espectaculares Premios.

Nombre

Cédula

Celular

Cargo



Deposita en el buzón

Para participar debes asistir a la mayor cantidad de actividades que te sea posible y finalizar cada una.

Términos y condiciones: Recuerda diligenciar la **información completa y sin tachones**. Para participar debes **asistir a la mayor cantidad de actividades** que te sea posible y al finalizar cada una **solicita el sello correspondiente** por parte del coordinador de la actividad. Puedes asistir varias veces a la misma actividad, pero **sólo se pondrá un sello por la misma**. Una vez finalice la semana de la salud, **entrega el PASAPORTE** en la dirección de **QHSE**, quienes tengan más actividades registradas, **tendrán más opciones de ganar**.



GMOVIL

Actuar con Conciencia

Semana de la Salud

Verbena y PIR Gaco



Del 3 al 9 de Mayo del 2023

H

GANAR DEPENDE de tus BUENOS

HÁBITOS ¡PREPÁRATE!

Actuar con Conciencia

MIÉRCOLES • 3 "NO TEMAS AL CAMBIO"

03:00 A.M.	DESAYUNO SALUDABLE	CIRCUITO MOTOR	SIMULADOR DE CONDUCCION						
04:00 A.M.									
05:00 A.M.									
06:00 A.M.									
07:00 A.M.									
08:00 A.M.									
09:00 A.M.									
10:00 A.M.									
11:00 A.M.									
12:00 M.									
01:00 P.M.									
02:00 P.M.									
03:00 P.M.	EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES	BICITALLER	VIDEOSCOPIA	JENGA DE LA SEGURIDAD	MEGA MENTE	GALLINA CIEGA	LABORATORIO DE GMOVIL	SILLA DE RELAJACION	
04:00 P.M.									

JUEVES • 4 "CONFIA Y SIENTE SEGURIDAD EN TI"

03:00 A.M.	DESAYUNO SALUDABLE	CIRCUITO MOTOR	SIMULADOR DE CONDUCCION						
04:00 A.M.									
05:00 A.M.									
06:00 A.M.									
07:00 A.M.									
08:00 A.M.	SOY VIAL								
09:00 A.M.									
10:00 A.M.									
11:00 A.M.									
12:00 M.									
01:00 P.M.									
02:00 P.M.									
03:00 P.M.	EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES	CUIDADO EN LA VIA	SILLA RELAJANTE						
04:00 P.M.									

VIERNES • 5 "EL OPTIMISMO CONDUCE AL LOGRO"

03:00 A.M.	DESAYUNO SALUDABLE	MATCH FISIO	SIMULADOR DE MOTO						
04:00 A.M.									
05:00 A.M.									
06:00 A.M.									
07:00 A.M.									
08:00 A.M.									
09:00 A.M.									
10:00 A.M.									
11:00 A.M.									
12:00 M.									
01:00 P.M.									
02:00 P.M.									
03:00 P.M.	EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES	VIDEOSCOPIA	IDENTIFICACION DE RIESGOS Y PELIGROS	CEREBRANDO LA SALUD	TAMIZAJE CARDIOVASCULAR	YOGA	CUIDADO EN LA VIA		
04:00 P.M.									

LUNES • 8 "MANTÉN LA CALMA"

03:00 A.M.	DESAYUNO SALUDABLE	MATCH FISIO	SIMULADOR DE MOTO						
04:00 A.M.									
05:00 A.M.									
06:00 A.M.									
07:00 A.M.									
08:00 A.M.	SOY VIAL								
09:00 A.M.									
10:00 A.M.									
11:00 A.M.									
12:00 M.									
01:00 P.M.									
02:00 P.M.									
03:00 P.M.	EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES	IDENTIFICACION DE RIESGOS Y PELIGROS	MEGAMENTE	YOGA	LABORATORIO DE GMOVIL	VIDEOSCOPIA	CUIDADO EN LA VIA		
04:00 P.M.									

MARTES • 9 "LA PAZ COMIENZA CON UNA SONRISA"

03:00 A.M.	DESAYUNO SALUDABLE	CIRCUITO MOTOR	SIMULADOR DE CONDUCCION						
04:00 A.M.									
05:00 A.M.									
06:00 A.M.									
07:00 A.M.									
08:00 A.M.	SOY VIAL								
09:00 A.M.									
10:00 A.M.									
11:00 A.M.									
12:00 M.									
01:00 P.M.									
02:00 P.M.									
03:00 P.M.	EXAMENES MEDICOS OCUPACIONALES	VIDEOSCOPIA	JENGA DE LA SEGURIDAD	MANEJO DE EMOCIONES	BRIGADA DE SALUD ORAL	PILATES	CUIDANDO EL MEDIO AMBIENTE	CUIDADO EN LA VIA	
04:00 P.M.									

