



Semana DEL AUTOCUIDADO Y PREVENCIÓN



PATIO VERBENA

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable

¡Prepárate para una experiencia única que transformará tu forma de cuidarte!

Conoce la **programación completa** de la semana del Autocuidado y Prevención.



Del 19 al 26 de marzo

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable



**MIÉRCOLES
19 DE MARZO**

3 A.M. 4 A.M. 5 A.M. 6 A.M. 7 A.M. 8 A.M. 9 A.M. 10 A.M. 11 A.M. 12 P.M. 1 P.M. 2 P.M. 3 P.M. 4 P.M.

DESAYUNO SALUDABLE

EXÁMENES MÉDICOS PERIÓDICOS

SIMULADOR - TABAQUISMO

EXPLORANDO EL OÍDO HUMANO

PIENSA RÁPIDO

POKER LIFT

BICILICUADO

PREVINGO

QUÉ NO SE TE OLVIDE

SIMULADOR DE FATIGA

COCINERO SALUDABLE

MEDITACIÓN INMERSIVA

MANOS AL PLANETA

MI PLATO SALUDABLE

RETO VISUAL DE COLORES

BOMBA DE LA SEGURIDAD

RIESGO LOCATIVO

SER BIOMECÁNICO

PAUSA ACTIVA - REALIDAD VIRTUAL

JENGA OSTEÓ



**“NUTRE CUERPO
Y MENTE”**

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable



JUEVES 20 DE MARZO

3 A.M. 4 A.M. 5 A.M. 6 A.M. 7 A.M. 8 A.M. 9 A.M. 10 A.M. 11 A.M. 12 P.M. 1 P.M. 2 P.M. 3 P.M. 4 P.M.

DESAYUNO SALUDABLE

RIESGO CARDIOVASCULAR – PREVENCIÓN DE INFARTO - SIMULADOR

SIMULADOR DE MOTO

BATIDO SALUDABLE

SÚBETE A MI MOTO

EL CORAZÓN

DONACIÓN DE SANGRE

RULETA DE DECISIONES

EXÁMENES MÉDICOS PERIÓDICOS

SIMULADOR SALUD VISUAL

DESAFÍO DE CONCENTRACIÓN

PREVENCIÓN

PROPOSITOS SALUDABLES

MOVILIDAD SOSTENIBLE

DESAFIO DE CONCENTRACIÓN

RIESGO LOCATIVO

JENGA OSTEOPATIA

CAZADOR DE RIESGOS

CONCÉNTRECE

RIESGO MECÁNICO



**“SUPERA LÍMITES,
CULTIVA AMOR
PROPIO”**

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable



VIERNES 21 DE MARZO

3 A.M. 4 A.M. 5 A.M. 6 A.M. 7 A.M. 8 A.M. 9 A.M. 10 A.M. 11 A.M. 12 P.M. 1 P.M. 2 P.M. 3 P.M. 4 P.M.

DESAYUNO SALUDABLE

COCINERO SALUDA...

ORIGAMI PSICOSOCIAL

SER BIOMECÁNICO

PISTA DE CONTROL REMOTO

VIDEOTOSCOPIA

DAÑO AUDITIVO POR RUIDO - REALIDAD VIRTUAL

SIMULADOR DE PRÓSTATA

EXÁMENES MÉDICOS PERIÓDICOS

PIENSA RÁPIDO

SOPA DE LETRAS CARDIOVASCULAR

RETO VISUAL DE COLORES

HIGIENE DE MANOS

PONLE LOS EPPS A PEPE

CUIDADO DE MANOS

SUPERA TUS LÍMITES

YO NUNCA NUNCA

DESENREDATE

LUMBACCQUIO



“TU BIENESTAR ES TU MAYOR RIQUEZA”

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable



MARTES 25 DE MARZO

3 A.M. 4 A.M. 5 A.M. 6 A.M. 7 A.M. 8 A.M. 9 A.M. 10 A.M. 11 A.M. 12 P.M. 1 P.M. 2 P.M. 3 P.M. 4 P.M.

DESAYUNO SALUDABLE

BATIDO SALUDABLE

RIESGO CARDIOVASCULAR - PREVENCIÓN DEL INFARTO - SIMULADOR

PISTA DE CONTROL REMOTO

SIMULADOR DE MOTO

SÚBETE A MI MOTO

DAÑO AUDITIVO POR RUIDO - REALIDAD VIRTUAL

VIDEOTOSCOPIA

PREVENCIÓN ON

SIMULADOR SALUD VISUAL

SUPERA TUS LÍMITES

PROPÓSITOS SALUDABLES

MI PLATO SALUDABLE

MOVILIDAD SOSTENIBLE

ORIGAMI PSICOSOCIAL

PONLE LOS EPPS A PEPE

CUIDADO DE MANOS

CAZADOR DE RIESGOS

PAUSA ACTIVA - REALIDAD VIRTUAL

LUMBACCQUIO

SUPERA TUS LÍMITES



“CONSTRUYE UNA VIDA PLENA Y SALUDABLE”

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable



MIÉRCOLES 26 DE MARZO

3 A.M. 4 A.M. 5 A.M. 6 A.M. 7 A.M. 8 A.M. 9 A.M. 10 A.M. 11 A.M. 12 P.M. 1 P.M. 2 P.M. 3 P.M. 4 P.M.

DESAYUNO SALUDABLE

COCINERO SALUDA...

SOPA DE LETRAS CARDIOVASCULAR

JENGA OSTEO

SIMULADOR TABAQUISMO

SIMULADOR DE FATIGA

DONACIÓN DE SANGRE

EXPLORANDO EL OÍDO HUMANO

QUE NO SE TE OLVIDE

HIGIENE DE MANOS

EL CORAZÓN

SIMULADOR PREVENCIÓN DE CANCER DE PRÓSTATA

MANOS AL PLANETA

RELAJACIÓN OCULAR

RULETA DE DECISIONES

PREVINGO

BOMBA DE LA SEGURIDAD

BICILICUADOS

RIESGO MECÁNICO

SILLA RELAJANTE

SIMULADOR DE EXTINTORES

RIESGO LOCATIVO



“TU BIENESTAR ES NUESTRA PRIORIDAD”



Semana DEL AUTOCUIDADO Y PREVENCIÓN

PATIO VERBENA

Participa en actividades enfocadas en la **salud laboral** y **bienestar laboral**. Únete a nosotros para explorar temas claves de salud en el trabajo.



Del 19 al 26 de marzo

¡Te esperamos para una experiencia enriquecedora!!

Respeto por el Ser

Actuar con Conciencia

Poder de Equipo

Pasión por Servir

Ejecución Impecable