

Rincón de la Salud es cultura saludable

Tu cuerpo es tu compañero de vida.
Cuídalo, escúchalo y atiéndelo.



Rincón de la Salud es cultura saludable

Una **empresa saludable** es aquella que además de prevenir los daños a la salud, **promociona conscientemente su mejora**.

Desde nuestra web del **Rincón de la Salud** te ayudamos con innovadores y atractivos materiales para conseguir entornos laborales saludables, favoreciendo los buenos hábitos (guías, vídeos, infografías, médico mentor, etc.)



Bienestar emocional

Para **entrenarte a nivel emocional** y hacer frente a las demandas de tu entorno de forma saludable.

Apúntate a nuestro Taller de Fitness emocional.



Bienestar físico

Un estilo de vida saludable es aquél que contempla **la práctica regular de actividad física**. Tiene múltiples beneficios sobre la salud de las personas trabajadoras.

Actívate con nosotros.



Empresa saludable

Si quieres dar los **pasos para serlo**, consulta el módulo exclusivo del Rincón de la Salud, que te guiará para conseguirlo.

Sigue el camino, paso a paso, en tu recorrido saludable.

“ **La salud física es el primer requisito para la felicidad.** ”

