

Actividades

Calendario 2026

ENERO

**Nutrición:
hábitos que sí se
mantienen todo el año**



FEBRERO

**Inteligencia
emocional**



MARZO

**Limpiezas
dentales**



ABRIL

**Pausas
activas**



MAYO

**Salud mental en
el entorno laboral**



JUNIO

**Como comer
saludable
fuera de casa**



JULIO

**Como prevenir
el burnout**



AGOSTO

**Salud preventiva
(de acuerdo a
necesidades
de la empresa)**



SEPTIEMBRE

Estrés laboral



OCTUBRE

**Cáncer
de mama**



NOVIEMBRE

**Cáncer
de próstata**



PROGRAMA MENSUAL

- ✦ Nutrición activa los 12 meses.
- ✦ Valoración nutrimental mensual.
- ✦ Seguimiento + educación práctica.

**RECIBE MES CON MES UN
REPORTE DE LA SALUD DE
TUS COLABORADORES**