

## ¡QUÍTATE UN PESO DE ENCIMA!

Los departamentos de Seguridad y Salud en el Trabajo invitan a todo el personal de Oleopalma a participar en su campaña:



- **INSCRIPCIONES:** 23 al 31 de enero 2019
- **FECHA DE INICIO:** 5 de febrero 2019
- **FECHA DE CIERRE:** 30 de abril 2019
- **PUBLICACIÓN DE GANADORES:** 2 de mayo 2019



### ¡IMPORTANTE!

- Los ganadores serán quien logren bajar más porcentaje sobre su peso, en un tiempo promedio de 12 semanas.
- Se contará con un “Pesómetro” donde semanalmente se estarán registrando los pesos de cada participante.
- Se darán pláticas para orientar a los participantes sobre cómo mejorar sus hábitos alimenticios con base en una sana alimentación y activación física.
- Se premiará a los 3 primeros lugares de cada lugar con un reconocimiento y a los 5 primeros lugares en general se revisará con Dirección General si se puede dar algún reconocimiento en especie.



*¡Inscríbete gratis!*

**Nuestro objetivo** es mejorar los hábitos alimenticios, promover la activación física y prevenir enfermedades crónico-degenerativas como: sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial, entre otras.

***Más información con el área de SST o la coordinación de comunicación***