



Comisión de Relaciones Laborales

Desayuno de Trabajo

Buena salud física y mental = a ser más **productivo y feliz**

Miércoles 9 de enero de 2019, a las 9'30 horas

Objetivos

El objetivo de la sesión es aprender que gozar de buena salud física y mental a lo largo de la vida contribuye a que seamos más felices y productivos.

Tomar conciencia de que mantenerse activo es beneficioso para nuestra salud en particular y para la sociedad en general.

Identificar los problemas que estilos de vida no saludables pueden provocar en nuestra salud presente y futura.

Programa

- **Dieta saludable**
Vicenta Cubells Santaolaria. Médico de Unión de Mutuas.
- **El ejercicio físico: un hábito cardiovascular saludable.**
Vicente Pallares Carratalá. Médico de Unión de Mutuas.

Colabora



Lugar de celebración

Colegio de Economistas de Valencia. C/ Martí, 4.

Inscripciones

Las comisiones de trabajo son de asistencia gratuita y exclusiva para todos los colegiados del COEV.

Las solicitudes de preinscripción se realizarán a través de www.coev.com.

Las plazas se cubrirán por riguroso orden de inscripción.