



Tres bons propòsits pel 2017



1

Escola de columna. Fem salut

Recorda que:

- Disposes de la sala de fisioteràpia per fer ús del gimnàs:

Dilluns a divendres de 7-9 h, de 14-15 i de 19-21h

- Per reforçar els coneixements teòrics/pràctics consulta les accions formatives en el Portal de Formació
- Disposes d'un seguiment personalitzat en Medicina del Treball

Comitè de Seguretat i Salut del CSSV



Tres bons propòsits pel 2017

Pugeu escales!
+ esglaons
+ salut!

2

A la feina, fem salut. Pugem escales!



- Pujar escales és una activitat molt recomanada per mantenir un bon nivell de salut.
- Evita agafar l'ascensor i anima't a pujar les escales!





Tres bons propòsits pel 2017

Junts és més fàcil! 3 punts clau:

**L'entorn és de tots,
gaudim-lo sense fum!**



**Passo de fumar!
I tu?**

**Decideix-te a deixar de fumar,
avui és el dia**



3

Pots deixar de fumar!

- El Servei de Prevenció et pot ajudar (extensió 186 dimarts i divendres) o pots trucar al 061.
- Claus per assolir l'objectiu
www.papsf.cat
www.papsf.cat/docs/guia.pdf