

COMBATE EL INSOMNIO - MEJORA LA CALIDAD DE VIDA - CAMINAR MEJORA LA SALUD CARDIACA - HACER DEPORTE PROTEGE FRENTE A ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS - AUMENTA EL BIENESTAR - MEJORA LA AUTOESTIMA



El deporte mejora tu calidad de vida

El ejercicio físico mejora la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la "imagen corporal" y la sensación de bienestar, produce una estabilidad en la personalidad caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental.



UNIÓN DE MUTUAS
Mutua Colaboradora con la Seguridad Social N.º 267



EMPRESA
**UNIÓN DE MUTUAS
SALUDABLE**