

Unos valores  
Un clima especial  
Un entorno retador

*Empresa colaboradora de*



POLITÉCNICA



ATRESMEDIA





“ Si algo es importante en los negocios es la pasión de sus líderes y de sus empleados. ”

CENTRO  
**PRONAF**  
programas de nutrición y actividad física

Nuestro trabajo consiste en facilitar las **herramientas**, métodos, y técnicas necesarias para **aprender a enfocar** la vida con actitud **optimista y saludable**. Reduciendo el estrés, **mejorando la planificación** y aumentando la **productividad y calidad de vida** de los trabajadores.



# La pasión mueve montañas

La montaña requiere una preparación especial y actuar de manera diferente a la que se sigue en la mayoría de lugares.

En el **mundo empresarial** sucede lo mismo, ya que debemos innovar y ser flexibles a los cambios, y para ello, debemos prepararnos física y mentalmente,

Si queremos tener éxito, debemos estar dispuestos a entrenar y asumir un entorno retador donde seguir creciendo.



# El trabajo en EQUIPO, consigue que subas montañas

La superación personal y profesional hará que nuestra empresa sea inalcanzable y llegue a la cima de cualquier objetivo.

Para ello debemos entrenar a nuestro mejor activo, el capital humano.



# Diseñamos soluciones a medida con nuestros expertos en

## Nutrición



Programas nutricionales  
**Talleres de cocina**  
Menús saludables  
**Conferencias de nutrición**  
Estudio de composición  
Consulta con expertos

## Entrenamiento



Taller de entrenamiento  
**Escuela de espalda**  
Especial embarazadas  
**Charlas de entrenamiento**  
Retos deportivos  
**Club de corredores**

## Psicología



Cultura corporativa  
**Gestión de estrés**  
Estilo de liderazgo  
Estilo y moda  
Técnicas de comunicación  
Team Building  
**Vacaciones saludables**

## La promoción de hábitos saludables en la empresa permite

- Mejorar la calidad de vida
- Prevenir enfermedades
- Reducir absentismo laboral
- Desarrollar la resiliencia de las personas

"Las empresas deben ser capaces de dar un salto cualitativo que sitúe la promoción de la salud de los empleados como línea de trabajo corporativa incluida en el plan estratégico"

El promedio del retorno de la inversión (ROI) es de 2,54 euros por cada euro gastado en programas de bienestar en las empresas

Valora  
tu empresa  
de forma  
**GRATUITA\***

\* Consultar condiciones en [info@centropronaf.com](mailto:info@centropronaf.com)

CENTRO  
**PRONAF**  
programas de nutrición y actividad física



EN CENTRO PRONAF QUEREMOS

---

ESCUCHARTE

nutrición

ACOMPañARTE

entrenamiento

MOTIVARTE

psicología

IMPULSARTE

equipo

[www.centropronaf.com](http://www.centropronaf.com)