

# Los mejores *momentos* se comparten en *familia*



## *Paseo en la ciclo vía*

Un excelente ejercicio cardiovascular que fortalece nuestro corazón.



## *Tarde de películas*

Una forma divertida para compartir. Incluye pasa-bocas saludables, como pinchos de fruta jugos naturales, frutos secos.



## *Picnic al aire libre*

Una idea diferente para fomentar una alimentación saludable en un lugar agradable.



## *Salida al Parque*

Una divertida jornada para ejercitarte.



## *Caminata ecológica*

Una experiencia al aire libre, para respirar un ambiente diferente rodeado de la naturaleza.



## *Lectura antes de dormir*

Un espacio para dejar volar la imaginación.



## *Juegos de mesa*

Un momento de esparcimiento y mucha diversión.



En Compensar EPS,  
eres saludable

