CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR
INSCRIPCIÓN PASO A PASO

Rincón de la Salud
de Fraternidad-Muprespa



INSCRIPCIÓN PASO A PASO

1 Visita la sección CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR que se encuentra en el portal RINCÓN DE LA SALUD de Fraternidad-Muprespa:
rincondelasalud.com/caminando-hacia-el-bienestar



Caminando hacia el bienestar

2 INSCRÍBETE:



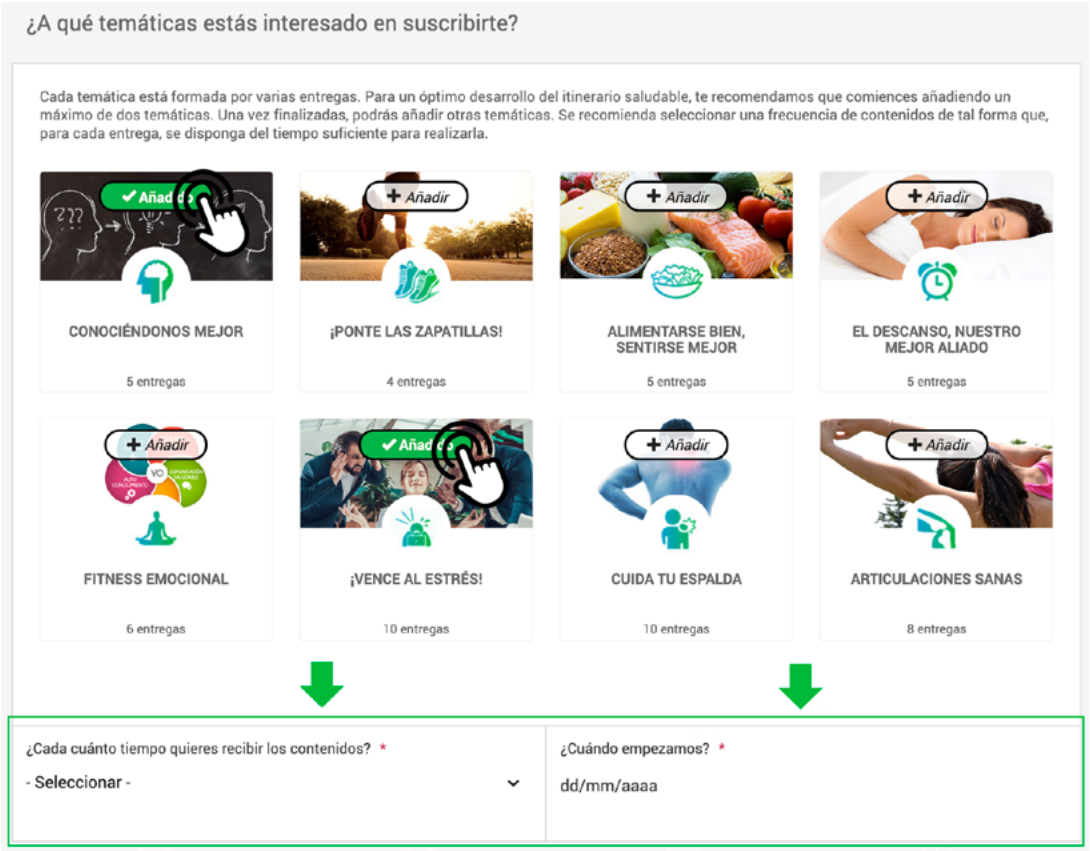
INSCRÍBETE AQUÍ

3 Cumplimenta el formulario para crear un itinerario saludable:



4 Selecciona:

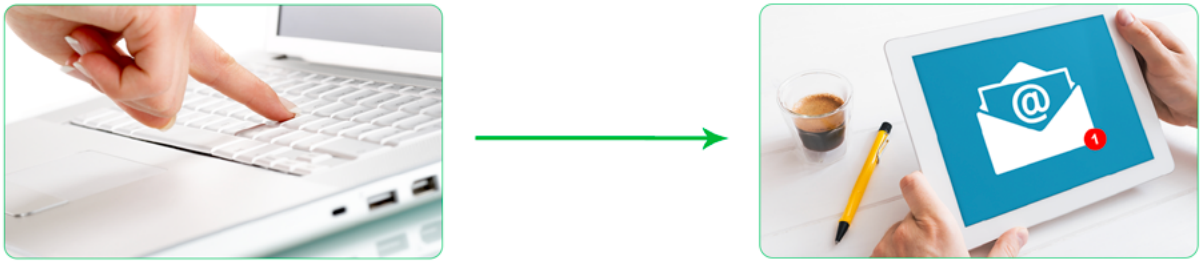
- Los bloques temáticos que te interese añadir al itinerario.
- La frecuencia con la que se recibirán los contenidos en el correo electrónico.
- La fecha de comienzo.



Fraternidad Muprespa

5 **Confirma** el itinerario a través de tu correo electrónico.

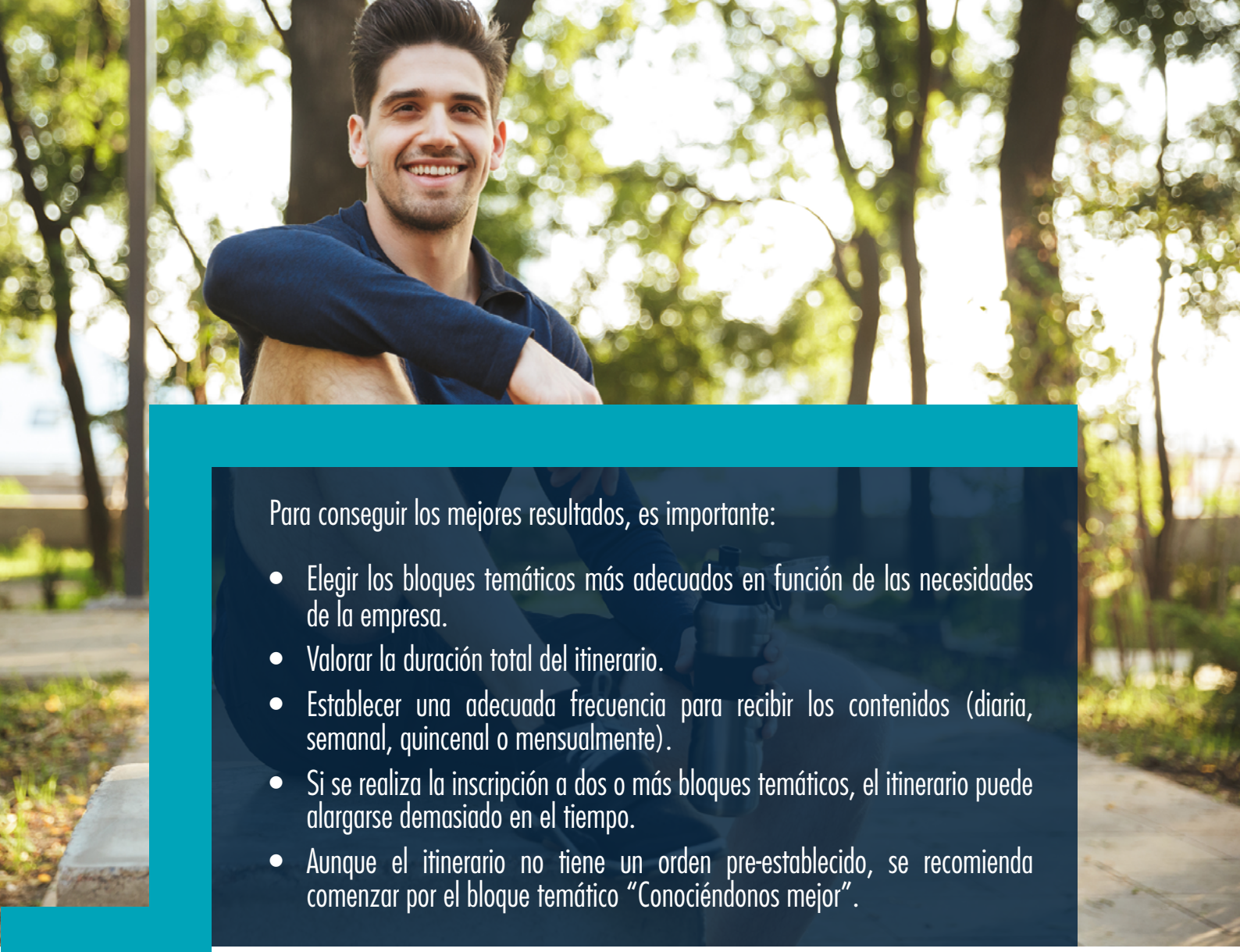
6 **Reenvía** a los trabajadores destinatarios el correo electrónico que recibirás a continuación a través del cual deben confirmar la inscripción cumplimentando un sencillo formulario de activación (**¡IMPORTANTE!**).



7 Tras activar el itinerario, los trabajadores comenzarán a **recibir los contenidos** de forma automática y directamente en su correo electrónico con la frecuencia y fecha de comienzo establecida por la empresa al hacer la inscripción

¡Bienvenidos a CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR!





Para conseguir los mejores resultados, es importante:

- Elegir los bloques temáticos más adecuados en función de las necesidades de la empresa.
- Valorar la duración total del itinerario.
- Establecer una adecuada frecuencia para recibir los contenidos (diaria, semanal, quincenal o mensualmente).
- Si se realiza la inscripción a dos o más bloques temáticos, el itinerario puede alargarse demasiado en el tiempo.
- Aunque el itinerario no tiene un orden pre-establecido, se recomienda comenzar por el bloque temático "Conociéndonos mejor".

Importante: Algunos de los contenidos de CAMINANDO HACIA EL BIENESTAR se encuentran en nuestra Aula de Prevención Online, cuyo acceso es **exclusivo para los trabajadores de empresas asociadas** a Fraternidad-Muprespa. Si ya estás registrado en nuestra Aula de Prevención Online podrás acceder con tu DNI y contraseña o certificado digital. En caso contrario, será necesario que te registres previamente solicitando tu usuario aquí.

Número de entregas que componen cada bloque temático:

- Conociéndonos mejor: 5 entregas.
- ¡Ponte las zapatillas!: 4 entregas.
- El descanso, nuestro mejor aliado: 5 entregas.
- Alimentarse bien, sentirse mejor: 5 entregas.
- Fitness emocional: 6 entregas.
- ¡Vence al estrés!: 10 entregas.
- Cuida tu espalda: 10 entregas.
- Articulaciones sanas: 8 entregas.

Fraternidad Muprespa

Rincón de la Salud

Fraternidad-Muprespa pretende conseguir el éxito a través de un comportamiento ejemplar tanto a nivel interno, como con sus grupos de interés y con la sociedad en general. Es consciente de su papel como Entidad Colaboradora con la Seguridad Social y de su naturaleza sin ánimo de lucro. Nuestro estable compromiso con los principios de las Naciones Unidas, con las mejores prácticas directivas y organizacionales y su rigor en el desempeño de sus funciones aseguran un funcionamiento impecable, honesto y ejemplar.

Estos son los valores que rigen su actuación:

- Servicio a los clientes
- Compromiso de los empleados
- Sentido de lo público
- Eficiencia, calidad e innovación

