

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Para aquellos empleados que participan en el Programa por primera vez este es el cronograma de actividades:



	Ab16	My16	Jn16	Jl16	Ag16	Sep16	Oct16	Nov16	Dic16	En17	Fe17	Mz17	Ab17	My17	Jn17	Jl17	Ag17
Reunión Informativa y de Inclusión	29-abr																
Inscripción y Selección de Pax		3 ^º sem.															
Primera visita individualizada (valoración analíticas, medición y planificación objetivos y estrat. Dietética y de ejercicio)		4 ^º sem.															
Mediciones seguimiento pax. x Promotor de la Salud				Jueves (previa cita) 15' x pax													
Reunión mensual Promotor de la Salud con Líder de cada grupo				30' x líder													
Talleres formativos																	
Sesión para selección de líderes																	
Formación Líderes																	
Sesiones mensuales de grupos				45'-60' / mes													
Última visita individualizada (valoración analíticas, medición y consecución de objetivos)																	
Workshop Experiences: vamos a comer (Optativo)																	
Workshop Experiences: vamos al gimnasio (Optativo)																	

Taller de Motivación al cambio	02/06 de 16h. a 18h. y de 18h. a 20h.
Taller de Dietas	07/06 de 09h. a 11h. y de 11,30h. a 13,30h.
Taller de Tabaco	10/06 de 09h. a 11h. y de 11.30h. a 13.30h.
Taller de Estrés	04/07 de 09h. a 11h. y de 11,30a 13,30h
Taller de Tensión	16/06 de 09h. a 11h. y de 11,30h. a 13,30h.
Taller de Actividad Física	21/06 de 09h. a 11h. y de 11,30h a 13,30h.
Sesión para selección de líderes	29/06 de 09h. a 12h.
Formación Líderes	30/06 de 09h. a 12h.
Workshop Experiences: vamos a comer (Optativo)	7/07, 04/08, 08/09, 06/10 (2016) - 30/03, 27/04, 25/05, 29/06, 27/07 (2017)
Workshop Experiences: vamos al gimnasio (Optativo)	Julio 16 a Julio 17