



## La Fundación MGS organiza una conferencia sobre hábitos saludables para el personal de MGS Seguros

Diciembre de 2016

Nota de Prensa

La nutrición y los hábitos saludables son **claves en nuestro bienestar**. Así lo afirmó la doctora Ana Jaime, profesional de la medicina y experta en nutrición, en la conferencia organizada el pasado **29 de noviembre** por la **Fundación MGS** para el personal de la aseguradora.

El evento, al que pudieron asistir los empleados de la sede de MGS en Barcelona, contó con la presencia de **Araceli Ruiz**, Directora de RRHH y Comunicación de MGS Seguros y Patrona de la Fundación, y fue grabado para su posterior difusión dentro de un amplio ciclo de charlas que forman parte de los **programas de formación** del personal de la entidad.

Hacer **ejercicio de forma moderada**, mantener una **alimentación sana y equilibrada**, y **evitar altos niveles de estrés** fueron algunos de los consejos que destacó la doctora Jaime para que los empleados de MGS mantengan un estilo de vida saludable, así como la **desmitificación de algunas creencias populares sobre alimentación**.

Esta iniciativa complementa los **programas de fomento de hábitos saludables** que la **Fundación MGS** ha organizado en los últimos años, destinados a mejorar el bienestar del equipo humano de la aseguradora.

**Para más información:**

MGS, Seguros y Reaseguros S.A.  
Departamento de Comunicación e Imagen Corporativa  
93 495 30 12 o 661 847 800  
[jortega@mgs.es](mailto:jortega@mgs.es)