



HCWellness

Bienestar en un Invierno Maravilloso

Febrero 1st-25th, 2023

Haciendo del invierno el más maravilloso tiempo del año.

¿Qué es el Bienestar en un Invierno Maravilloso?

Durante el mes de Febrero (2/1/23-2/25/23), motivamos a nuestra comunidad a “salir y disfrutar” con un enfoque en su bienestar.

Bienestar significa un sentimiento de salud y tranquilidad.

Bienestar en un Invierno Maravilloso es una oportunidad para individuos en enfocarse en las 8 dimensiones de bienestar: física, emocional, financiera, espiritual, vocacional, intelectual, ambiental, y social. No tiene un costo en participar y está disponible para todos en nuestra comunidad.

El bienestar es un proceso continuo y de toda la vida, no solo un momento. MHAS, The United Fund, Huron County Chamber of Commerce, y Firelands Forward se han unido junto con muchos otros socios de bienestar para apoyar a nuestra comunidad en las ocho dimensiones interconectadas del bienestar para desarrollar hábitos cotidianos que mejoran la calidad de vida. Tomarse el tiempo para enfocarse en el bienestar también puede ayudar a las personas a vivir más, a controlar condiciones de salud actuales, y apoyar la recuperación de enfermedades, lesiones, y adicciones.

¿Cómo puedes participar?

Los miembros de la comunidad utilizarán una lista de verificación de bienestar para visitar las organizaciones participantes (enumeradas a continuación) durante todo el mes de Febrero. Lleve su lista de verificación a las ubicaciones participantes y cada visita se “marcará” como completa. Después de completar visitas a organizaciones de al menos 4 dimensiones de bienestar, cada participante podrá entrar a un sorteo para tener la oportunidad de recibir una canasta de bienestar el 2/25/23.

1. Obtenga su lista de verificación de Bienestar en Invierno (recogerla en cualquiera de las ubicaciones participantes que se enumeran a continuación).
2. Durante el mes, visite organizaciones de al menos 4 de las dimensiones de bienestar incluidas en la lista.
3. Una vez completada, deje la lista de verificación en las ubicaciones participantes.
4. Cada participante que envíe una lista de verificación participará en un sorteo para recibir una canasta de regalo de bienestar.
5. ¡Únase a nosotros en nuestro último evento de bienestar del mes el 25/02/23 para una entrada doble!

Escanea Aquí!



FIRST CALL

2-1-1

