

Cultivando los cuidados de la Salud y la Vida

Agosto 2022

EDITORIAL

Si estás decidido a cultivar tu salud y tu vida, necesitas una vida saludable. La dieta es uno de los pilares fundamentales para una salud y una vida saludable. La dieta es un conjunto de hábitos que te permiten alcanzar tus objetivos de salud; No importa si es perder peso o simplemente tener un cuerpo más sano, se trata de cómo te alimentas y cómo llevas tu vida diaria.

Cuando hablamos de vida saludable, consideramos como base tres dimensiones, la dimensión del cuerpo, la dimensión de la mente y la dimensión espiritual. A medida que se profundiza en la integración de estas dimensiones es posible que desees un estilo de vida más saludable, esta es una progresión natural de la búsqueda de la plenitud.

Es así como vamos desarrollando nuevos hábitos y comportamientos que nos generan mayor energía y que nos permiten claridad y una mejor manifestación de esas tres dimensiones.

Boletín del mes



José Rojas
jrojascompany.com



Si cambió tu estatus migratorio, cambiaron tus ingresos, cambiaste de trabajo, cambiaste de residencia, te casaste o te nació un hijo; puede que califiques para aplicar a una inscripción especial y obtener tu cobertura de salud.



El proceso, la intención, el aquí y ahora, la tarea que estamos realizando y lo que vamos a hacer inmediatamente después son nuestra verdadera prosperidad.

Nuestra póliza de accidentes y enfermedades te ayuda a enfrentar gastos imprevistos pagándote los beneficios en efectivo directamente a ti.





Una dieta alta en fibra aporta energía para fortalecer tus músculos, además, puede reducir el riesgo de desarrollar diversas enfermedades, sobre todo las relacionadas con los sistemas cardiovascular y digestivo.

Propiciar la calma y la serenidad es primordial para nuestra salud, ya que promueve el bienestar psíquico y emocional, disminuyendo los niveles de estrés y fortaleciendo, de esta forma, nuestro sistema cardiovascular.



Con un seguro de vida tienes la oportunidad de planificar y cuidar el futuro de tu familia.



José Rojas
jrojascompany.com



Los juegos de mesa son un excelente aliado para mantener la salud, ya que te ayudan a desarrollar tus capacidades motoras, mentales y sensoriales; mejoran la concentración, la memoria, la observación y la imaginación; además, bajan los niveles de estrés y de ansiedad.

La gratitud mejora la calidad del sueño, de la salud y de la vida en general, ya que, entre otros beneficios, disipa los sentimientos negativos, y disminuye el nivel de estrés y la ansiedad, al tiempo que nos conecta con la energía universal



Propiciar la calma y la serenidad es primordial para nuestra salud, ya que promueve el bienestar psíquico y emocional, disminuyendo los niveles de estrés y fortaleciendo, de esta forma, nuestro sistema cardiovascular.

Para las personas, tener buena salud implica las posibilidades de mantener un excelente desarrollo humano, así como disfrutar de la vida.



Luego de un diagnóstico, recuperarse es posible.

¿Conoces las coberturas que te ayudan desde el diagnóstico y durante el proceso de recuperación para cubrir lo que el seguro primario de salud no cubre?

La paz nos permite mejorar nuestra calidad de vida, pero además, es el principal recurso de promoción de la salud y prevención de enfermedades.





El seguro suplementario de accidentes te ayuda a enfrentar gastos imprevistos, pagándote los beneficios en efectivo directamente a ti, y en el caso de accidentes ocupacionales te puede pagar hasta el doble de los beneficios.

Nuestra fortaleza interna implica una reflexión de nuestras capacidades para lograr un estado de equilibrio, bienestar y armonía que nos permita una vida óptima como seres humanos altamente productivos y exitosos en cualquier área de nuestra vida.



DATOS DE CONTACTO

Asesores de Seguros de Salud y Vida

 [754-248-3558](tel:754-248-3558)

 [@jrojascompany](https://www.instagram.com/jrojascompany)

 [jrojascompany.com](http://www.jrojascompany.com)

