

MENDOCINO COUNTY WORKING ON WELLNESS

NOVEDADES PARA 2025:

Gane Puntos de Incentivo de Bienestar por ser Voluntario y Apoyar la Alimentación de Productos Locales



Este año, el [Programa de Incentivos de Bienestar](#) del Condado recompensa a los empleados por retribuir a sus comunidades a través del servicio voluntario. Al participar en actividades como trabajo en organizaciones sin fines de lucro, limpiezas comunitarias, orientación o servir en equipos de liderazgo del condado, los empleados mejoran su bienestar mientras refuerzan la comunidad.

El Programa de Incentivos de Bienestar también recompensa a los empleados por apoyar una alimentación saludable y local. Al elegir alimentos frescos y de origen local, los empleados pueden mejorar su nutrición, aumentar su energía y mejorar su bienestar general, mientras contribuyen a la sostenibilidad ambiental y apoyan la economía local.

Para obtener más información sobre Mendocino County Working on Wellness (MCWOW) y el Programa de Incentivos de Bienestar, haga clic [aquí](#).

CONSTRUYE HÁBITOS SALUDABLES:

El Desafío de Bienestar de Primavera Está En Marcha



Cada año, MCWOW organiza dos desafíos de bienestar: uno en primavera y otro en otoño. Este año, el personal está disfrutando del Desafío de Fitness *Costa a Costa* de Primavera, que se lleva a cabo del 3 de marzo al 13 de abril. Durante este desafío de 6 semanas, se alienta a los empleados del condado a caminar al menos 6,000 pasos al día, comer más frutas y verduras, y tomar dos descansos de 2 minutos cada día. A partir del 3 de marzo, 136 empleados se habían unido al desafío. Los desafíos ayudan a conectar los diferentes departamentos de los empleados del condado a través del Muro de Bienestar y promueven hábitos de bienestar que perduran mucho después de que termine el viaje. Haga clic [aquí](#) para obtener más información sobre el Desafío de Fitness de Primavera.

