

# COMIENZE CON RECURSOS GRATUITOS, EVENTOS, DESCUENTOS Y MUCHO MÁS.

Al unirse al desafío Healthier 901 de Methodist Le Bonheur Healthcare, accederá a varios recursos, como la aplicación gratuita de bienestar Healthier 901, eventos, descuentos para socios y más.



## Aplicación gratuita para seguir su progreso

Registre su pérdida de peso, controle sus actividades y pasos, registre sus comidas, modere las calorías, descubra consejos saludables e interactúe con miembros de la comunidad. Además, la aplicación Healthier 901 se integra con otras aplicaciones de bienestar que ya use.



## Acceso a eventos y actividades en grupos

Descubra eventos y actividades para toda la familia que le permitan adoptar prácticas de bienestar consciente para revitalizar el cuerpo y renovar la mente.



## Descuentos y sorteos mensuales patrocinados

Los patrocinadores del programa y socios locales ofrecen descuentos y premios a los participantes todos los meses.



## Acceso a recetas saludables

Descubra platos deliciosos diseñados para estimular su bienestar, con ingredientes naturales y que puede cocinar en casa para ser una persona más saludable.



## Recursos para mantenerse motivado

Explore recursos adicionales de salud que lo ayudarán a mantenerse motivado y controlar su camino hacia una vida más saludable.

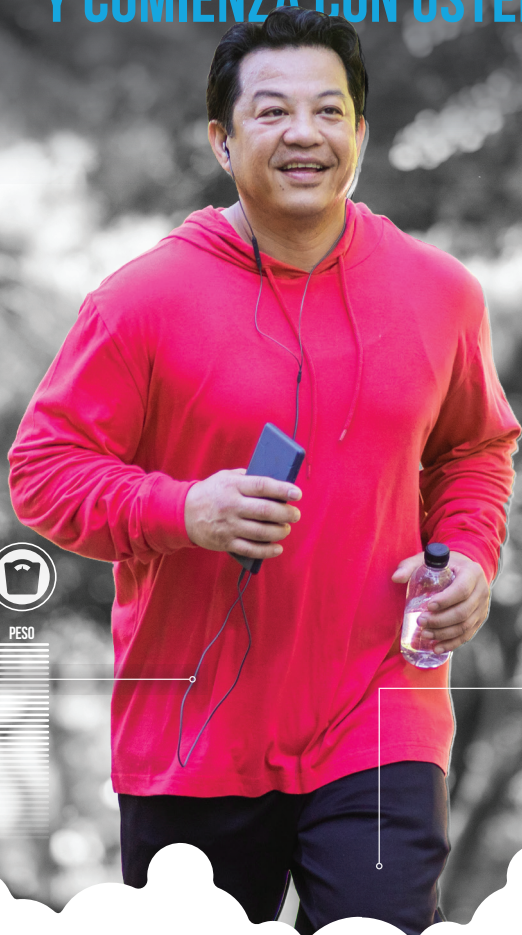


Únase a este movimiento  
descargando la aplicación  
[healthier901.com/app](https://healthier901.com/app)





# EL CAMBIO COMIENZA HOY Y COMIENZA CON USTED.



PESO

-12



PASOS

8,724

## SEA PARTE DEL MOVIMIENTO HEALTHIER 901

Más de un tercio de nuestra comunidad se ve directamente afectada por la obesidad, lo que hace que los sueños corran un mayor riesgo a desarrollar enfermedades potencialmente mortales. Juntos podemos cambiar esto y tener una comunidad más sana y activa. ¡Únase al movimiento Healthier 901 hoy mismo!

[healthier901.com/app](http://healthier901.com/app)

DESARROLLADO POR

