

**Cotemar se suma al Compromiso para el
Fomento de una Cultura de Activación Física**
Bajo el lema #CuandoTeActivasTeLiberas se busca vencer la inactividad física

20 de octubre de 2022.

Ciudad de México, México.- El día de hoy, **Grupo Cotemar** se sumó al **Compromiso para el Fomento de una Cultura de Activación Física**, promovido por el **Consejo de la Comunicación “Voz de las Empresas”**, el cual es respaldado por diferentes instituciones públicas y privadas para contribuir al **Plan de Acción Mundial sobre Activación Física** impulsado por la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, que lleva por nombre **“Más personas activas para un mundo más sano”**. En México, el objetivo es incentivar al 2% de la población que se mantiene físicamente inactiva para que realicen 30 minutos de actividad física 5 días a la semana.

Para **Grupo Cotemar**, privilegiar la salud física, mental y emocional de sus colaboradores en tierra y alta mar es un compromiso constante; por ello, desde hace más de 10 años, **Cotemar** cuenta con un programa llamado **Balance Cotemar**, el cual ha ido evolucionando hasta tener un enfoque basado en la promoción de una vida saludable entre sus colaboradores y sus familias a partir de cuatro pilares: nutrición, actividad física, descanso y balance de vida.

El **Compromiso para el Fomento de una Cultura de Activación Física** busca:

- Promover la activación física entre los colaboradores, durante al menos 30 minutos cinco días a la semana.
- Realizar y fortalecer programas que coadyuven al fomento de una cultura de activación física.
- Promover actividades, reactivar y crear programas de activación física en espacios públicos, centros recreativos, escuelas y centros de trabajo.
- Instalar o participar en el Comité Estatal de Promoción de la Activación Física.
- Promover acciones de formación de activadores físicos.
- Establecer metas y objetivos.
- Impulsar y promover campañas de activación física.
- Contribuir al desarrollo y creación de estudios sobre los diferentes programas de activación física.

“En **Cotemar** estamos comprometidos con el bienestar de nuestra gente en todos los sentidos, por ello, nos sumamos a las iniciativas que fortalezcan la calidad de vida de nuestros colaboradores y sus familias, así como de las comunidades con las que trabajamos. Sin duda, el **Compromiso para el Fomento de una Cultura de Activación Física** nos permite robustecer tanto nuestro programa **Balance Cotemar** como las actividades de **voluntariado** que llevamos a cabo con la sociedad”, comentó una fuente interna de Cotemar.





Cotemar es una empresa mexicana socialmente responsable con más de 43 años de experiencia, comprometida con la sociedad y sus grupos de interés, que busca generar valor manteniendo los más altos niveles éticos de desempeño.

###

Acerca de Cotemar, S.A. de C.V.

EXPERIENCIA, EFICIENCIA, ENTREGA Y EMPATÍA SOCIAL NOS DEFINEN

Somos una compañía 100% mexicana fundada en 1979 que brinda soluciones integrales para la exploración y producción (E&P) costa afuera, desde el soporte operacional hasta proyectos de diseño y construcción costa afuera.

Nuestra experiencia e infraestructura, única en el Golfo de México, nos posiciona como la mejor opción, colaborando con nuestros clientes y ayudándolos a superar sus retos, maximizando el retorno de la inversión.

Impulsados por nuestra cultura de colaboración y convertir los retos en grandes oportunidades. Ejecutamos proyectos de forma segura, eficiente y en tiempo, nuestros más de 43 años de trayectoria nos respaldan. One stop to get it done, and done right.

Visita nuestra página web: www.cotemar.com.mx Redes sociales: <https://www.facebook.com/COTEMAR.Oficial/> / <https://twitter.com/CotemarOficial> / <https://www.linkedin.com/company/cotemar> / <https://vimeo.com/user52605752>

Contacto: Israel Ramón Estrada Vidal irestradav@cotemar.com.mx / Cel. 938-124-7926.

