



### BENEFICIOS DEL EJERCICIO

Si usted es una persona que sufre de sobrepeso, o es sedentaria, fuma, tiene alto nivel de colesterol, o tiene estrés, es hora de que conozca los beneficios del ejercicio. Al menos unas tres veces a la semana debería practicar algún tipo de ejercicio. Si no está acostumbrado a hacer ejercicio, lo importante es buscar los espacios e ir adaptándose poco a poco y recuerde siempre antes de comenzar a realizar una actividad física, consultar con su médico.

### LAS EXCUSAS MAS FRECUENTES PARA NO HACER EJERCICIO SON

- 1 · No tengo tiempo
- 2 · Tengo que trabajar
- 3 · No tengo ropa apropiada
- 4 · Estoy muy cansado
- 5 · Hace frío o calor o llueve
- 6 · No quiero dejar sola a mi familia
- 7 · Hacer ejercicio es aburrido
- 8 · El ejercicio es para los jóvenes
- 9 · Nunca hice ejercicio, ¿por qué hacerlo ahora?
- 10 · No tengo quien me acompañe

### LOS BENEFICIOS DE CAMINAR O CORRER SON

- 1 · Es el modo más efectivo para mantener buena salud cardiovascular.
- 2 · Es el ejercicio aeróbico más fácil de practicar
- 3 · Es gratis
- 4 · Es una excelente medida para liberarse del estrés
- 5 · Es un buen ejercicio en cualquier programa de control de peso
- 6 · Es una forma de practicar una actividad al aire libre y conocer gente
- 7 · Te hace sentir bien
- 8 · Se puede practicar en familia y a cualquier edad
- 9 · Se ejercita con cualquier ropa y calzado cómodo
- 10 · Y si corremos podemos participar en la 7K Perrin!!!!



**Perrin**  
Fundada en 1951 林



## LOS ORÍGENES DE LA EMPRESA

**Perrin** fue fundada por el Dr. Che King Lin (1915-1998) nacido en Fúckien (China), graduado como ingeniero químico en la Universidad de Aurora, Shangai (1937) y doctorado en ciencias en la Facultad de ciencias de la Sorbonne, Universidad de Paris (1939).

Desde 1939 a 1950 combina su actividad en la Industria (Sino Researches y Sine Laboratories) con la docencia en la Universidad de Aurora y como miembro de la Academia Nacional de Ciencias de Pekín en la sección de Química Orgánica.

En 1950 emigra a Uruguay, y el 29 de Agosto de 1951 funda Perrin en honor a su profesor y tutor el físico-químico francés Jean Baptiste Perrin (1870-1942) premio Nobel de Física (1926).

En sus inicios **Perrin** elabora Cloruro de Sodio Inyectable y Glucosa medicinal y a fines de la década del 50 se hace conocer en el mercado doméstico fabricando sal de mesa **Perrin**.

Con el transcurso del tiempo se consolida la diversificación de su producción industrial incorporándose la elaboración de la Salsa de Soja, los productos para el agro, la importación y distribución de materias primas y los servicios para la industria.

A partir de 1999 se concreta una completa reforma de la planta productiva y las oficinas, siendo **Perrin** hoy un conjunto fabril de primer orden, moderno, versátil y respetuoso del medio ambiente.

## ¿A QUE NOS DEDICAMOS?

### División Química

Productos para la industria farmacéutica, metalúrgica, textil, curtiembres, fábricas de pintura, papel, productos de limpieza y muchos otros usos.

### División Agro

Fertilizantes, productos fitosanitarios y de uso veterinario.

### División Alimentos

Salsa de Soja, proteína hidrolizada de soja y aditivos para la industria alimenticia.

### División Servicios

Ofreciendo nuestra experiencia, instalaciones industriales y servicios de logística.

## NUESTRA MISIÓN

Suministrar de forma responsable productos y servicios de calidad relacionados con la química, el agro y la alimentación que aporten cada vez mayor valor y satisfacción a nuestros clientes, accionistas y personal.

## NUESTRA VISION

Ser una empresa referente en nuestras líneas de productos, reconocida, por sus clientes y la sociedad por su tradición, seriedad, calidad, servicios, y por su desempeño a nivel ambiental.

**Para lograr tales objetivos, Perrin** se adhirió de forma voluntaria al Programa Cuidado Responsable del Medio Ambiente y asegurar así desde el desarrollo hasta la disposición final del producto una manipulación adecuada de las sustancias químicas, un control rápido y eficiente de situaciones de emergencia y satisfacer las inquietudes del personal así como de la comunidad sobre la manipulación, almacenamiento y transporte de sustancias químicas.

Este programa de gestión se divide en códigos, los cuales brindan directivas generales que apuntan a la mejora continua.

**Código 1** Información a la comunidad y respuesta ante emergencias

**Código 2** Prevención de la contaminación

**Código 3** Seguridad en los procesos

**Código 4** Distribución y transporte

**Código 5** Salud y seguridad del personal

**Código 6** Cuidado responsable del producto

**Código 7** Protección de personas e instalaciones

Este programa es auditado por LATU Sistemas, obteniendo en la última auditoria realizada en marzo del 2007, un puntaje de 6.7 puntos sobre 10.