

POUR
VOTRE
SANTÉ :

BOUGEZ !



**1 H PAR JOUR POUR LES ENFANTS ET
LES ADOLESCENTS**



**30 MIN PAR JOUR
POUR LES ADULTES**



Pendant la période de confinement, un seul mot
d'ordre : prenez soin de vous !



**PÔLE
SANTÉ
TRAVAIL**
Métropole Nord