POUR VOTRE SANTÉ : BOUGEZ !

UTILISEZ LE MOBILIER À DISPOSITION,

PAR EXEMPLE LES CHAISES, POUR FAIRE DES ÉTIREMENTS OU DES EXERCICES DE RENFORCEMENT MUSCULAIRE

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

PÔLE SANTÉ TRAVAIL
Métropole Nord