



UN PETIT PAS DE PLUS AU QUOTIDIEN UN GRAND PAS POUR VOTRE SANTÉ

Le programme D-marche, c'est surtout pour tout le monde !

Si pour agir sur sa santé « il n'y a qu'un pas », le programme D-marche vous invite à le faire en vous motivant à augmenter votre quantité de pas au quotidien et de manière durable. Ainsi, vous pourrez convertir votre temps libre comme vos temps de déplacement en temps santé...

Nous vous proposons une présentation interactive pendant laquelle sera remis à chacun un outil d'évaluation simple et ludique : un podomètre un peu particulier...

S'en suivront des temps d'accompagnement afin de garder le contact et entretenir la motivation.

**Aujourd'hui vous
avez fait :**

PAS

Intéressez pour participer à un programme D-marche sur votre structure , contactez nous :
Tel :
Mail :

