
'Bougez, bougez!'



'Bougez, bougez!' Prevent s'y est mis, pourquoi pas vous aussi? ?

Sujets: [Promotion de la santé](#), [Travail sur écran](#)

Last change: 03.04.26







Nous avons délaissé notre chaise de bureau pour faire régulièrement un peu d'exercice physique:

???? réunions en marchant

???? travail debout

? stretching pendant quelques instants

? passionnantes parties de babyfoot à midi.

Pourquoi ? Parce que nous conseillons chaque jour des entreprises en matière de sécurité et de santé au travail et que nous voulons donner l'exemple.

Faire plus d'exercice au travail pendant la journée permet de:

?? diminuer l'absentéisme

?? augmenter l'énergie

?? mieux se concentrer

Petits gestes, belles améliorations!