

# MARCHER 10 000 PAS PAR JOUR

**C'est ce que  
recommande  
l'Organisation  
Mondiale de la Santé  
pour garder la forme.**

**Et en dessous des  
10 000 pas ?  
Chaque pas a un impact  
positif pour la santé !**

**PRÊT À CHANGER VOS HABITUDES ?**

**VENEZ EN PARLER AVEC VOTRE  
SERVICE DE PRÉVENTION ET DE SANTÉ AU TRAVAIL**



**Flashez-moi  
pour plus de conseils et d'astuces !**

SANTÉ  
AU TRAVAIL

**AISMT13**

prévenir  
les risques  
professionnels