



Vous lui avez

montré à

marcher.

Que lui

montrerez-vous

aujourd'hui?



Healthy NB en santé

Ma santé, c'est ma vie.

New Brunswick
C A N A D A

Une initiative du
PLAN PROVINCIAL
de la SANTÉ

Voici une leçon importante pour votre famille : inutile de toujours prendre l'auto. Faire quelques emplettes à pied, ensemble, ou marcher simplement pour le plaisir, c'est bon pour la santé du cœur – et bon pour les liens du cœur! De plus, vous prenez de bonnes habitudes pour la vie. Avec vos enfants, faites les premiers pas vers une vie plus saine.

Pour des trucs sur comment vivre plus sainement, consultez le site www.gnb.ca/mot-clé_santé.