

Tes jambes se réveillent doucement...

Ce n'est pas une punition, c'est de la prévention

L'ascenseur est en panne... Et si tu bougeais un peu ?

Encore un effort, ton cœur adore ça

Respire, t'es déjà plus haut que la moitié des gens !

Tu sens la victoire arriver ?

Bravo ! Ton corps et ton cerveau te disent merci



Promotion santé Valais approuve ce mouvement quotidien

Un petit pas pour toi, un grand pas pour ta santé

Une marche pour les jambes, une idée pour la tête

Bouger, c'est nourrir ton cerveau. Et ça, c'est intelligent !