

verbaTeam

# 4 bonnes raisons d'encourager la mobilité douce

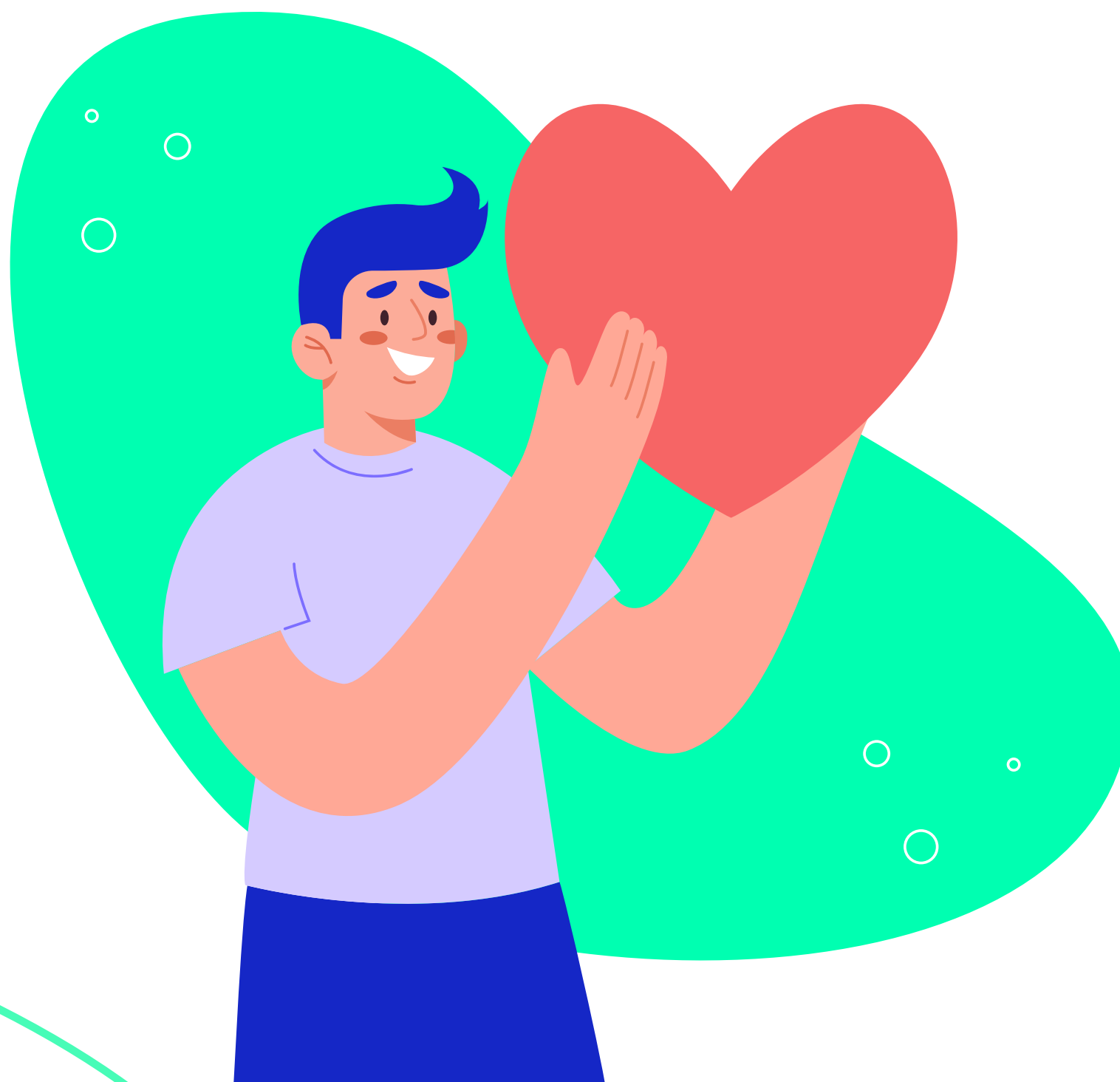


1



# Améliorer la santé cardiovasculaire

→ L'exercice régulier, même modéré,  
**a un impact positif sur le cœur.**



2

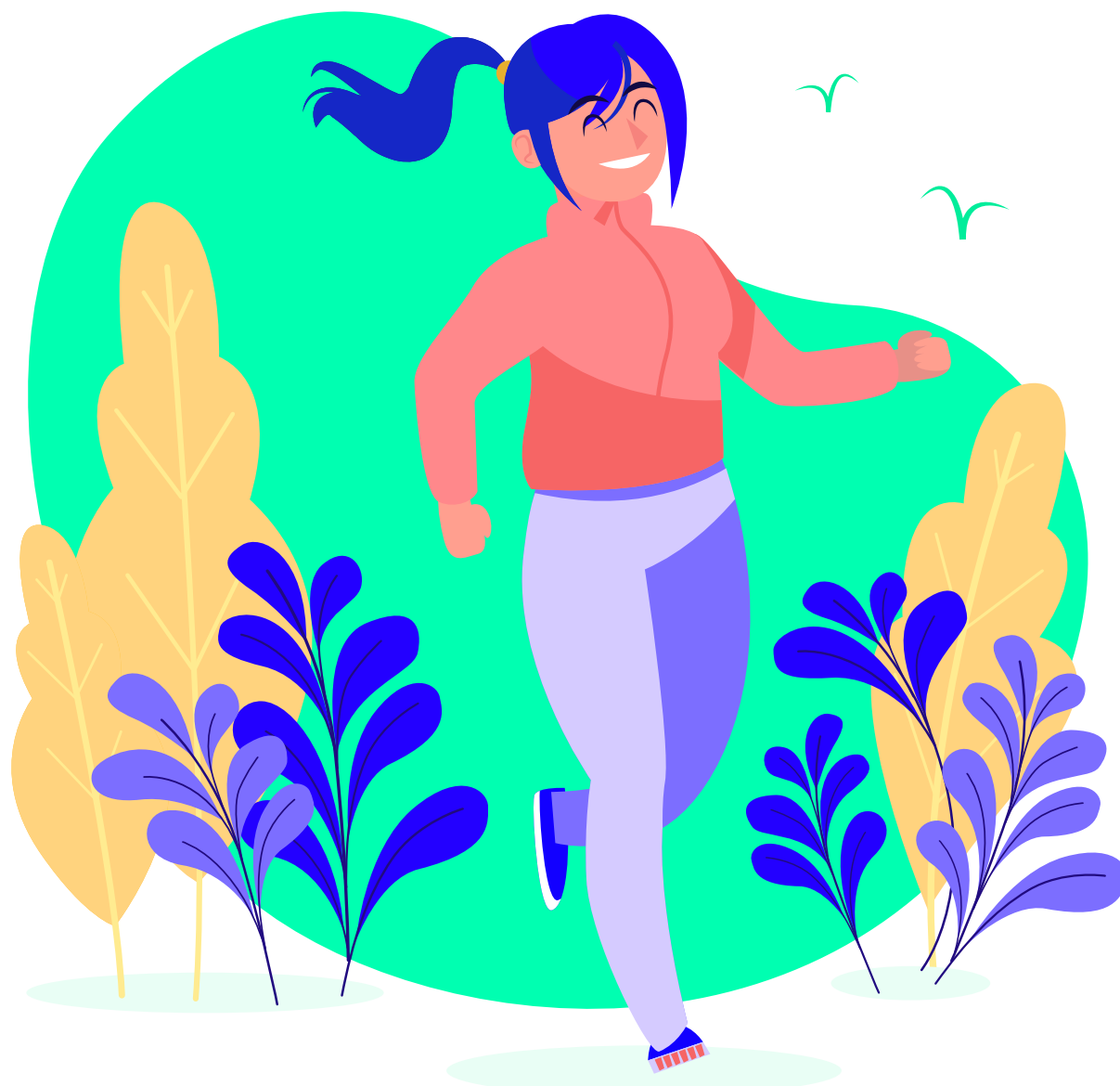
# Réduire le stress

→ Un moment de détente sans embouteillages.



# Augmenter l'énergie

- Une dose d'activité physique pour **commencer et finir la journée avec dynamisme.**



# Renforcer l'immunité

- Une meilleure forme physique contribue à **un système immunitaire plus robuste.**





# verbaTeam

Les experts VerbaTeam  
vous accompagnent  
dans votre politique QVCT

Contactez-nous !

