



3/4 SÉANCES

## MON COACHING ACTIVITÉ PHYSIQUE



La sédentarité est délétère pour la santé. Ne pas bouger double le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète, d'obésité, entraîne des douleurs articulaires et augmente le risque de cancer.

Passez à l'action ! Un(e) infirmier(e) formé(e) vous accompagne.

**Ce coaching téléphonique est pris en charge financièrement par les Branches du Transport pour vous aider à préserver votre santé.**

**Prenez rendez-vous sur votre espace client Carcept Prev.**

**[www.carcept-prev.fr](http://www.carcept-prev.fr)**

Ce coaching vous rapporte 10 points de solidarité que vous pourrez convertir en services d'accompagnement en cas de coup dur. Pour plus d'informations, rendez-vous sur :



Site internet : [transportezvousbien.fr](http://transportezvousbien.fr)  
Facebook : page Transportez-Vous Bien



**carcept prev**

ASSUREUR D'INTÉRÊT GÉNÉRAL