



NO ELEVATORS DAY

Journée Sans Ascenseur 30 Avril 2025



Centre de ressources et d'expertises



***Des
marches
au quotidien,
pour un cœur
qui bat bien !***

"L'activité physique sous forme de montée d'escaliers est associée à une réduction du risque de mortalité cardiovasculaire et de mortalité toutes causes confondues."

(Source : European Journal of Preventive Cardiology, Volume 31, Issue Supplement_1, June 2024)

#UseTheStairs #PrendreEscalier

Pour en savoir plus :

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE



NO ELEVATORS DAY

Journée Sans Ascenseur 30 Avril 2025



Centre de ressources et d'expertises



Un cœur vaillant prend les escaliers en chantant !

"L'activité physique sous forme de montée d'escaliers est associée à une réduction du risque de mortalité cardiovasculaire et de mortalité toutes causes confondues."

(Source : European Journal of Preventive Cardiology, Volume 31, Issue Supplement_1, June 2024)

#UseTheStairs #PrendreEscalier

Pour en savoir plus :

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE



NO ELEVATORS DAY

Journée Sans Ascenseur 30 Avril 2025



Centre de ressources et d'expertises



Un cœur vaillant prend les escaliers en dansant !

"L'activité physique sous forme de montée d'escaliers est associée à une réduction du risque de mortalité cardiovasculaire et de mortalité toutes causes confondues."

(Source : European Journal of Preventive Cardiology, Volume 31, Issue Supplement_1, June 2024)

#UseTheStairs #PrendreEscalier

Pour en savoir plus :

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE



NO ELEVATORS DAY

Journée Sans Ascenseur 30 Avril 2025



***Pas
à pas,
votre cœur
vous dit merci.***

"L'activité physique sous forme de montée d'escaliers est associée à une réduction du risque de mortalité cardiovasculaire et de mortalité toutes causes confondues."

(Source : European Journal of Preventive Cardiology, Volume 31, Issue Supplement_1, June 2024)

#UseTheStairs #PrendreEscalier

Pour en savoir plus :

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE



NO ELEVATORS DAY

Journée Sans Ascenseur 30 Avril 2025



Centre de ressources et d'expertises



***Votre
cœur a
besoin d'amour ?
Offrez-lui des
marches !***

"L'activité physique sous forme de montée d'escaliers est associée à une réduction du risque de mortalité cardiovasculaire et de mortalité toutes causes confondues."

(Source : European Journal of Preventive Cardiology, Volume 31, Issue Supplement_1, June 2024)

#UseTheStairs #PrendreEscalier

Pour en savoir plus :

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE



NO ELEVATORS DAY

Journée Sans Ascenseur 30 Avril 2025



Centre de ressources et d'expertises



***Le cardio,
c'est pas que
pour les joggeurs :
c'est aussi pour les
monteurs d'étages !***

"L'activité physique sous forme de montée d'escaliers est associée à une réduction du risque de mortalité cardiovasculaire et de mortalité toutes causes confondues."

(Source : European Journal of Preventive Cardiology, Volume 31, Issue Supplement_1, June 2024)

#UseTheStairs #PrendreEscalier

Pour en savoir plus :

no-elevators-day.nowwemove.com

ISCA

**NOW
WE MOVE**

#BEACTIVE