



**Vert
Marine**

CHU
ROUEN NORMANDIE



**PARLONS
SANTÉ!**

Prévenir pour mieux vivre

BOUGEZ, LIBÉREZ L'ESPRIT!

- BIEN-ÊTRE MENTAL
- MOINS DE STRESS AU QUOTIDIEN
- SOMMEIL DE MEILLEURE QUALITÉ
- CONFIANCE EN SOI RENFORCÉE
- QUALITÉ DE VIE AMÉLIORÉE

VERT MARINE ET LE CHU DE ROUEN

ENCOURAGENT LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ SPORTIVE RÉGULIÈRE
POUR RÉDUIRE LES SYMPTÔMES D'ANXIÉTÉ ET DE DÉPRESSION.



**Vert
Marine**

CHU
ROUEN NORMANDIE



**PARLONS
SANTÉ!**

Prévenir pour mieux vivre

BOUGEZ, LIBÉREZ L'ESPRIT!

- BIEN-ÊTRE MENTAL
- MOINS DE STRESS AU QUOTIDIEN
- SOMMEIL DE MEILLEURE QUALITÉ
- CONFIANCE EN SOI RENFORCÉE
- QUALITÉ DE VIE AMÉLIORÉE

VERT MARINE ET LE CHU DE ROUEN

ENCOURAGENT LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ SPORTIVE RÉGULIÈRE
POUR RÉDUIRE LES SYMPTÔMES D'ANXIÉTÉ ET DE DÉPRESSION.



**Vert
Marine**

CHU
ROUEN NORMANDIE



**PARLONS
SANTÉ!**

Prévenir pour mieux vivre

BOUGEZ, LIBÉREZ L'ESPRIT!

- BIEN-ÊTRE MENTAL
- MOINS DE STRESS AU QUOTIDIEN
- SOMMEIL DE MEILLEURE QUALITÉ
- CONFIANCE EN SOI RENFORCÉE
- QUALITÉ DE VIE AMÉLIORÉE

VERT MARINE ET LE CHU DE ROUEN

ENCOURAGENT LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ SPORTIVE RÉGULIÈRE
POUR RÉDUIRE LES SYMPTÔMES D'ANXIÉTÉ ET DE DÉPRESSION.



**Vert
Marine**

CHU
ROUEN NORMANDIE



**PARLONS
SANTÉ!**

Prévenir pour mieux vivre

BOUGEZ, LIBÉREZ L'ESPRIT!

- BIEN-ÊTRE MENTAL
- MOINS DE STRESS AU QUOTIDIEN
- SOMMEIL DE MEILLEURE QUALITÉ
- CONFIANCE EN SOI RENFORCÉE
- QUALITÉ DE VIE AMÉLIORÉE

VERT MARINE ET LE CHU DE ROUEN
ENCOURAGENT LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ SPORTIVE RÉGULIÈRE
POUR RÉDUIRE LES SYMPTÔMES D'ANXIÉTÉ ET DE DÉPRESSION.