

## Santé du cœur et gestes qui sauvent

Les maladies cardio-vasculaires sont responsables de plus de 400 décès, chaque jour en France.

Les causes sont diverses: addictions, mauvaise hygiène de vie (manque de pratique sportive, alimentation non équilibrée, sédentarité excessive), stress...

La crise de la Covid-19 a entraîné une augmentation de ces facteurs de risque.

Afin de lutter contre ces risques, **Auto-évaluez vous!**

*AAA, la médecine du travail et Lumanisy sont à votre écoute et peuvent vous accompagner.*

### L'équipe HSE AAA



Comment va  
votre  
cœur?



#SAVEZ-VOUS  
SAUVER



<https://www.fedecardio.org/je-me-teste/savez-vous-sauver/>  
<https://www.fedecardio.org/je-me-teste/test-3-minutes/>



# Addictions

	ALCOOL		<b>NON AUX ADDICTIONS OUI A MA SANTÉ !</b> 
TABAC		CANNABIS	
<b>ON EN PARLE ?</b> Vidéos, témoignages, tests et contacts utiles à découvrir sur <b>www.santeaddictions.fr</b> pour échanger sans tabou et réfléchir aux solutions pour s'en sortir !			
			
			
<p>Un programme du CIDJ et du réseau Information Jeunesse, soutenu par le fonds de lutte contre les addictions</p> <p>cidj #Infojeunesse    CRJ    CRI-Bij    infojeunes    infomes</p>			
<p>En partenariat avec</p> <p>respadd    MAAD    COORDONATEUR FRANÇAIS DES PRODIGES ET DES INNOVATIONS    Paris France    FÉDÉRATION ADDICTION</p>			

