



[Centrale pub pour tous les sites Internet - Faites connaitre votre entreprise, votre commerce!](#) :: Your Favorite Site

### Sédentarité : est-il possible de rester actif au bureau ?

<https://www.n-3ds.com/actualites/26081-sedentarite-est-il-possible-de-rester-actif-au-bureau/>

Évitez la sédentarité au bureau en pratiquant une activité physique. Faire de l'exercice est essentiel pour avoir une bonne santé, rappelle l'OMS. Les employés de bureau sont nombreux à avoir une vie sédentaire. Or, pour garder la forme, il est primordial de pratiquer une activité physique, rappelle l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). Comment allier boulot et exercice pour lutter contre la sédentarité ?

Évitez la sédentarité au bureau en pratiquant une activité physique. Faire de l'exercice est essentiel pour avoir une bonne santé, rappelle l'OMS. Les employés de bureau sont nombreux à avoir une vie sédentaire. Or, pour garder la forme, il est primordial de pratiquer une activité physique, rappelle l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé). Comment allier boulot et exercice pour lutter contre l

Date created: 04 01 2020