



Fédération Française de Cardiologie

UN CŒUR QUI VA, LA VIE QUI BAT

50<sup>e</sup> anniversaire

# LES PARCOURS DU

# Cœur

du 1<sup>er</sup> avril au 30 juin 2025

Hauts-de-France

- ACTIVITÉS PHYSIQUES
- ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE
- ARRÊT DU TABAC
- GESTION DU STRESS
- GESTES QUI SAUVENT



## J'aime mon cœur, je participe.

Participez au Parcours du Cœur et découvrez les conseils d'hygiène de vie à pratiquer toute l'année pour vous protéger des maladies cardiovasculaires. Trouvez le Parcours du Cœur le plus proche de chez vous.

[www.parcoursducoeurhautsdefrance.fr](http://www.parcoursducoeurhautsdefrance.fr)

Soutenu par

