



Fédération
Française de
Cardiologie

UN CŒUR QUI VA,
LA VIE QUI BAT

LES PARCOURS DU

Cœur

Hauts-de-France

du
1^{er} avril
au
30 juin
2026



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

Soutenu par



• 3 hauts-de-france