

Les enfants de 1 à 4 ans devraient bouger au moins 180 minutes par jour!



À la maison, à la garderie, à l'école ou dans la communauté,
nous devons tous encourager les enfants à bouger.

Pour en savoir plus ou obtenir des trucs et des idées
d'activités, consultez avousdejouerensemble.ca



À vous
de jouer
ensemble!

best start
meilleur départ
by/par health **nexus** santé

Financé par
LAWSON
FOUNDATION