



VIVA

POWERED BY **visana**



VIVA Académie

Le Microsport au travail,
oui c'est possible!



Rejoignez VIVA Académie et profitez des conseils de notre physiothérapeute pour apprendre à vous sentir bien au travail

Vous permettre d'être en bonne santé et surtout de pouvoir le rester est toujours au cœur de nos préoccupations. C'est pourquoi nous avons imaginé la VIVA Académie, un programme pour prendre soin de vous, avec des cours à thèmes interactifs, comme la nutrition et le bien-être.

Le tout premier cours de notre Académie sera consacré au **Microsport au travail**. Il s'agit de vous offrir la possibilité de vous sentir bien lors de votre activité professionnelle grâce à l'apprentissage de mouvements et d'exercices, bon pour la tête et le corps. Ces séances sont dispensées par le service de physiothérapie du Réseau de l'Arc et vous y êtes cordialement invité.

Les avantages de la VIVA Académie

- Apprentissage d'exercices en petit groupe
- Guidé pas à pas par des physiothérapeutes
- Gratuité et exclusivité pour les membres VIVA
- Fiche personnelle fournie après la séance

Informations pratiques

Cette première séance aura lieu le **mardi 18 juin 2024 de 18h à 20h** à La Couronne à Sonceboz, au cœur du Grand Chasseral, rue Pierre-Pertuis 1 à Sonceboz-Sombeval.

Inscription auprès des gestionnaires de santé au 0800 225 225 ou par email: gestionnairesanteviva@reseaudelarc.net

20 places sont disponibles pour les membres VIVA exerçant une activité professionnelle et désireux d'allier travailler et santé.

Vous souhaitez en savoir plus sur VIVA ?
Vous trouverez de plus amples informations
sur notre site internet:
viva-health.ch

