



Centre Hospitalier
Vallée de la Maurienne

Connaitre
les Gestes
de 1ers
secours



Adopter une
alimentation saine



Pratiquer
une activité
physique



Se laver
les
mains



Préserver son
environnement
intérieur



Être ACTEUR de sa santé

Se faire dépister



Rédiger des
directives
anticipées



Continuer à se
former en
éducation
thérapeutique

Prévenir les
addictions



Se soigner



Mai 2024