

Les choses les plus importantes que vous devriez faire pour *votre santé* ne sont peut-être pas aussi évidentes que vous le croyez.



Apprenez

Bien manger et faire de l'exercice sont importants, mais ce qui contribue LE PLUS à notre santé sont le montant d'argent à notre disposition et le statut que nous occupons dans la communauté.

La santé = avoir des choix et des opportunités

La santé = un emploi gratifiant et un salaire adéquat

La santé = de la nourriture sur la table et un endroit où demeurer

La santé = un bon départ dans la vie

La santé = le sens d'appartenance à une communauté

Écoutez

Chacun a une histoire personnelle à raconter. Écoutez et songez aux façons dont ces histoires influencent la capacité de ces personnes à se maintenir en santé.

« Je viens de perdre mon emploi. »

« Il y a de la moisissure dans mon appartement. »

« J'aimerais tant avoir des amis proches. »

« Je ne peux pas trouver un bon service de garderie. »

« Parfois, je me rends à l'école et j'ai faim. »



Faites-vous entendre.

Les actions pour améliorer les choses qui favorisent notre santé à TOUS dépendent de TOUT notre soutien.

Engagez une conversation.

Partagez vos connaissances.

Pour en savoir davantage, appelez le Service de santé publique de Sudbury et du district, (705) 522-9200, poste 515 ou visitez notre site Web au www.sdhu.com.


Visez
Santé
dès aujourd'hui!
Service de santé publique de Sudbury et du district
Sudbury & District Health Unit