

Aidez les enfants à être actifs et à faire de chaque journée une journée idéale !



Les enfants peuvent atteindre la durée totale de **60 minutes** d'activité physique recommandée par jour en faisant diverses activités d'intensité moyenne à élevée tout au long de la journée.

Tout compte!



York.ca/HealthySchools

EN SAVOIR PLUS

