**La santé du cœur : Modèles pour médias sociaux**

**Directives :** Copiez l’image et le texte ci-dessous et collez le tout dans une publication pour médias sociaux. Retirez le texte en rouge et ajoutez vos coordonnées.

**Caption:**

**BANNER: Pour l’amour de votre cœur**

De petits changements peuvent entraîner d’énormes bienfaits pour votre santé cardiaque. Ce mois-ci, prenez des mesures pour améliorer votre bien-être, ainsi que votre santé cardiaque. 💖

Grâce à vos avantages Wellbeats *Mieux-être*, vous avez accès à une variété de vidéos pour favoriser votre santé générale et cardiaque. Voici quelques options en vedette pour nos trois piliers :

**Mise en forme**

[3, 2, 1, allons-y!](https://portal.wellbeats.com/search(m:class-detail/3908)#overview)

[Circuit de puissance](https://portal.wellbeats.com/search(m:class-detail/3913)#overview)

**Nutrition**  
[Déjeuner : bien commencer la journée](https://portal.wellbeats.com/search(m:class-detail/3729)#overview)

[Mieux manger, c’est mieux dormir](https://portal.wellbeats.com/search(m:class-detail/3734)#overview)

**Corps-esprit**  
[Énergie et équilibre](https://portal.wellbeats.com/search(m:class-detail/3759)#overview)

[Respiration méditative](https://portal.wellbeats.com/search(m:class-detail/3798)#overview)

**Prêt à prendre soin de votre cœur?**

Accédez à Wellbeats depuis l’application mobile ou un [navigateur Web](https://portal.wellbeats.com/?redirectTo=%2Fhome), et connectez-vous avec votre adresse courriel professionnelle.

Pour toute question, veuillez communiquer avec [vos coordonnées].

Ensemble, faisons de la santé du cœur une priorité! 💪 #SantéCardiaque #Wellbeats #CœurEnSanté