

## Aujourd'hui, ça va mieux ?



Face aux risques psychosociaux, que nous propose notre Administration ?

la pratique d'une activité physique (cf. livret de janvier 2016 de la DAP) :

- laver les vitres (30 minutes au moins par jour)
- laver la vaisselle, repasser (au moins 45 minutes par jour)
- boire de l'eau à volonté
- passer l'aspirateur (au moins 30 minutes par jour)
- faire du vélo ...

**Nous avons essayé, ça ne va pas mieux !!!**

Albi, le 8 juin 2016, l'équipe du SPIP d'Albi syndiqués et non syndiqués.