

Vue d'ensemble des résultats

N'oubliez pas de consulter votre médecin ou un professionnel de santé avant d'effectuer toute modification importante à votre style de vie ou vos habitudes en matière de santé.

VOS RÉSULTATS

PLANS D'ACTION

État de santé actuel

 **Moyen**

Votre état de santé ne présente pas de risques sérieux. Néanmoins, il est recommandé de modifier vos habitudes en matière de santé afin de maintenir votre état de santé.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Activité Physique

 **Moyen**

Votre état de santé ne présente pas de risques sérieux. Néanmoins, il est recommandé de modifier vos habitudes en matière de santé afin de maintenir votre état de santé.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Nutrition

 **Moyen**

Votre état de santé ne présente pas de risques sérieux. Néanmoins, il est recommandé de modifier vos habitudes en matière de santé afin de maintenir votre état de santé.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Alcool et tabac

 **Bas**

Aucune action immédiate n'est nécessaire pour maintenir votre faible notation de risque. Maintenez vos saines habitudes en matière de santé pour rester à un faible niveau de risque.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Sommeil

 **Bas**

Aucune action immédiate n'est nécessaire pour maintenir votre faible notation de risque. Maintenez vos saines habitudes en matière de santé pour rester à un faible niveau de risque.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Gestion du stress

 **Haute**

Des mesures immédiates pour modifier vos habitudes et comportements en matière de santé sont fortement recommandées car ils mettent probablement votre santé en danger.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Ambiance du milieu de travail

 **Haute**

Des mesures immédiates pour modifier vos habitudes et comportements en matière de santé sont fortement recommandées car ils mettent probablement votre santé en danger.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION



Mode de vie

 **Bas**

Aucune action immédiate n'est nécessaire pour maintenir votre faible notation de risque. Maintenez vos saines habitudes en matière de santé pour rester à un faible niveau de risque.

EN SAVOIR PLUS



PLANS D'ACTION

