

PAS FAIM ?

L'appétit vient en mangeant !



QUELQUES SECRETS
POUR OUVRIR L'APPÉTIT :

1

Boire un verre
d'eau au réveil

2

Varié les goûts
et les menus

3

Dîner plus tôt le soir



**POUR DES MATINS
BOOSTÉS, CHAQUE JOUR UN
PETIT-DÉJEUNER !**

Pour tous renseignements :

Tél : 25 07 72

 SantepourtousNC

preventionsurcharge@ass.nc