

## BON APPÉTIT!



On est ce que l'on mange.

Ce vendredi 16 octobre, on y pense plus que jamais puisque c'est la Journée mondiale de l'alimentation. Pour une fois, on zappe sodas et hamburgers, pizzas et vin rouge et on se concentre sur les aliments qui font du bien au corps, du bien à l'esprit.

Perdue dans la jungle de la food? Surfez sur [www.siin-nutrition.com](http://www.siin-nutrition.com). Le très sérieux Scientific Institute for Intelligent Nutrition, composé d'experts belges et français, y proposent une réponse directe aux préoccupations de chacune sur le plan nutritionnel. On y apprend bien sûr comme manger mieux donne plus d'énergie, met de bonne humeur ou permet de résister à la grippe! C'est la IN-Attitude, Intelligent Nutrition Attitude.

Adoptez-la!

L.D