



À TABLE ! LA SANTÉ AU MENU

Manger est un des grands plaisirs de la vie. Bien manger, c'est aussi construire sa santé. Toutes les études scientifiques montrent le rôle essentiel de l'alimentation sur notre santé. De très nombreuses maladies sont dues à des déséquilibres alimentaires. Bien manger, ce n'est pourtant pas si compliqué : il suffit de privilégier certains aliments et d'en limiter d'autres.

Fiche technique

Conception

Double Hélice

Date de création

2009

Mise à jour 2013

Public

Tout public à partir de 7 ans

Descriptif technique

10 panneaux d'exposition
plastifiés (60 x 90 cm)

4 oeilllets pour accrochage

Format portrait

Conditionnement

1 étui de 70 cm

Conditions de présentation dans la structure d'accueil

10 m linéaires minimum

Valeur d'assurance

1300 €

Thèmes abordés

- La pyramide des aliments
- De l'eau à volonté
- Féculents à chaque repas
- Fruits et légumes au moins 5 par jour
- Lait et produits laitiers 3 fois par jour
- Viande, poisson, oeuf 1 fois par jour
- Matières grasses plutôt végétales et avec modération
- Sucre et sel à limiter !
- Et bouger

Contact : Nathalie Imbert - Tél. : 04 85 46 74 33
ressources.turbine@annecy.fr