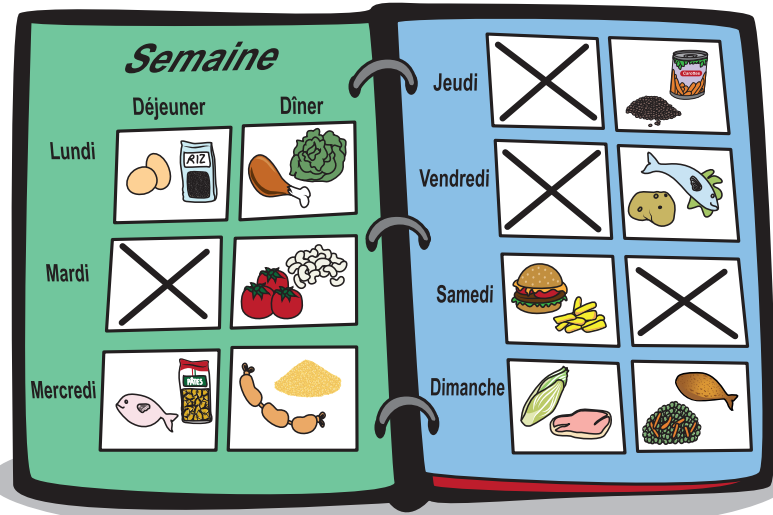


Comment manger plus de fruits et légumes ?

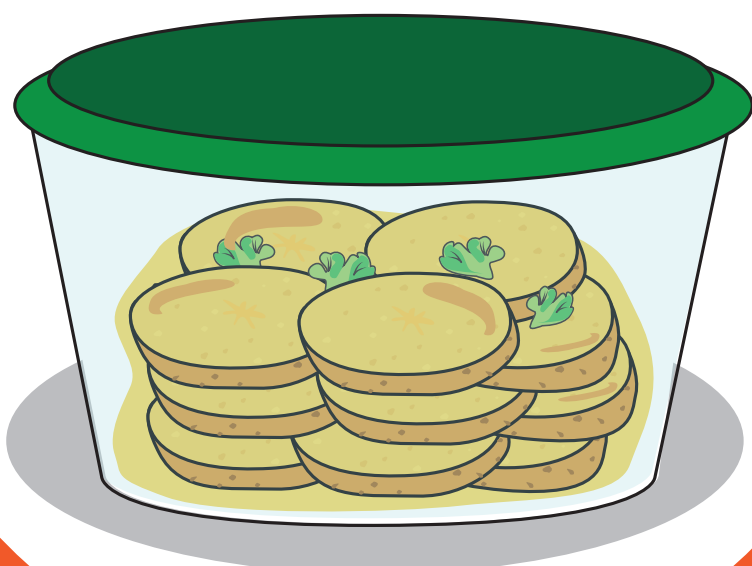
1

Je fais mes menus



6

J'utilise les restes



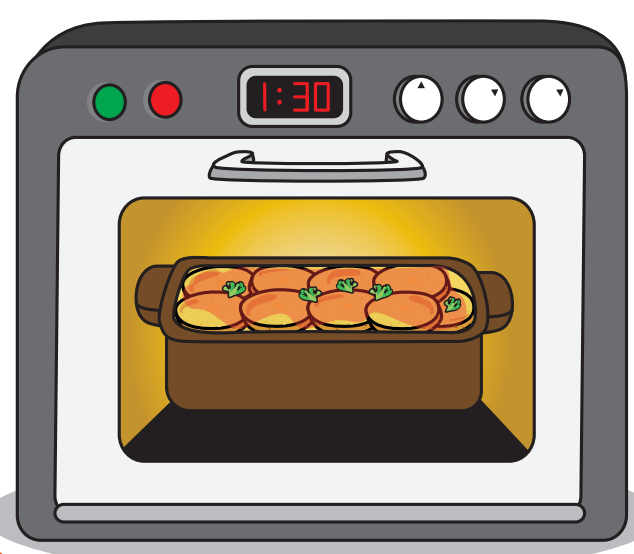
2

Je fais ma liste de courses



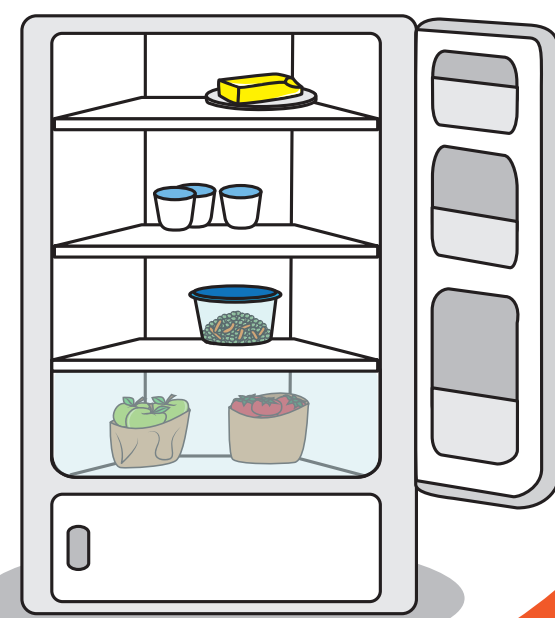
5

Je prépare et conserve mes repas



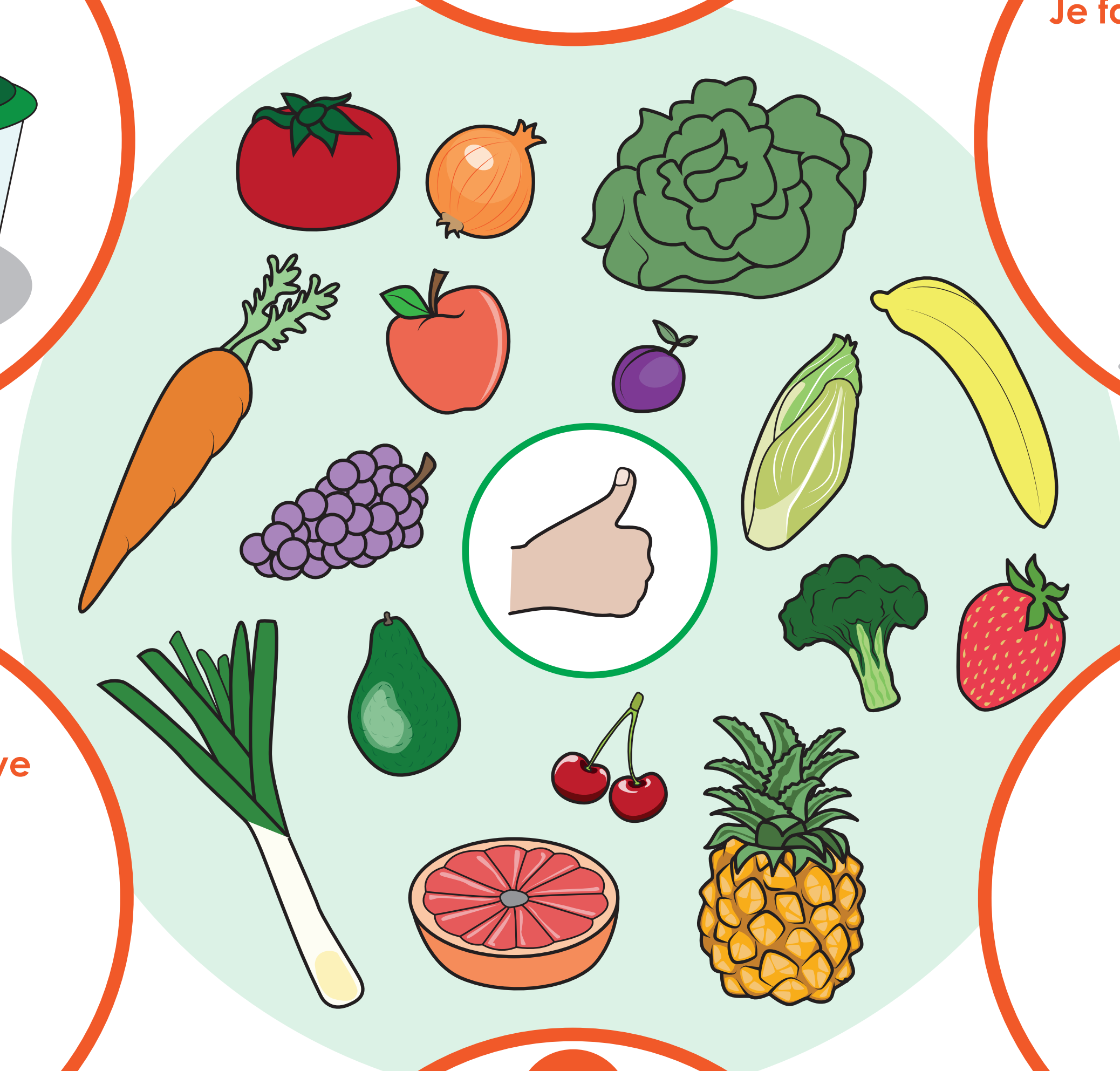
4

Je range mes courses



3

Je fais mes courses



Découvrez tous les conseils pour « Mieux manger »

et téléchargez gratuitement
les bandes dessinées
sur www.santebd.org



En partenariat avec



Agence pour la recherche et l'information en fruits et légumes