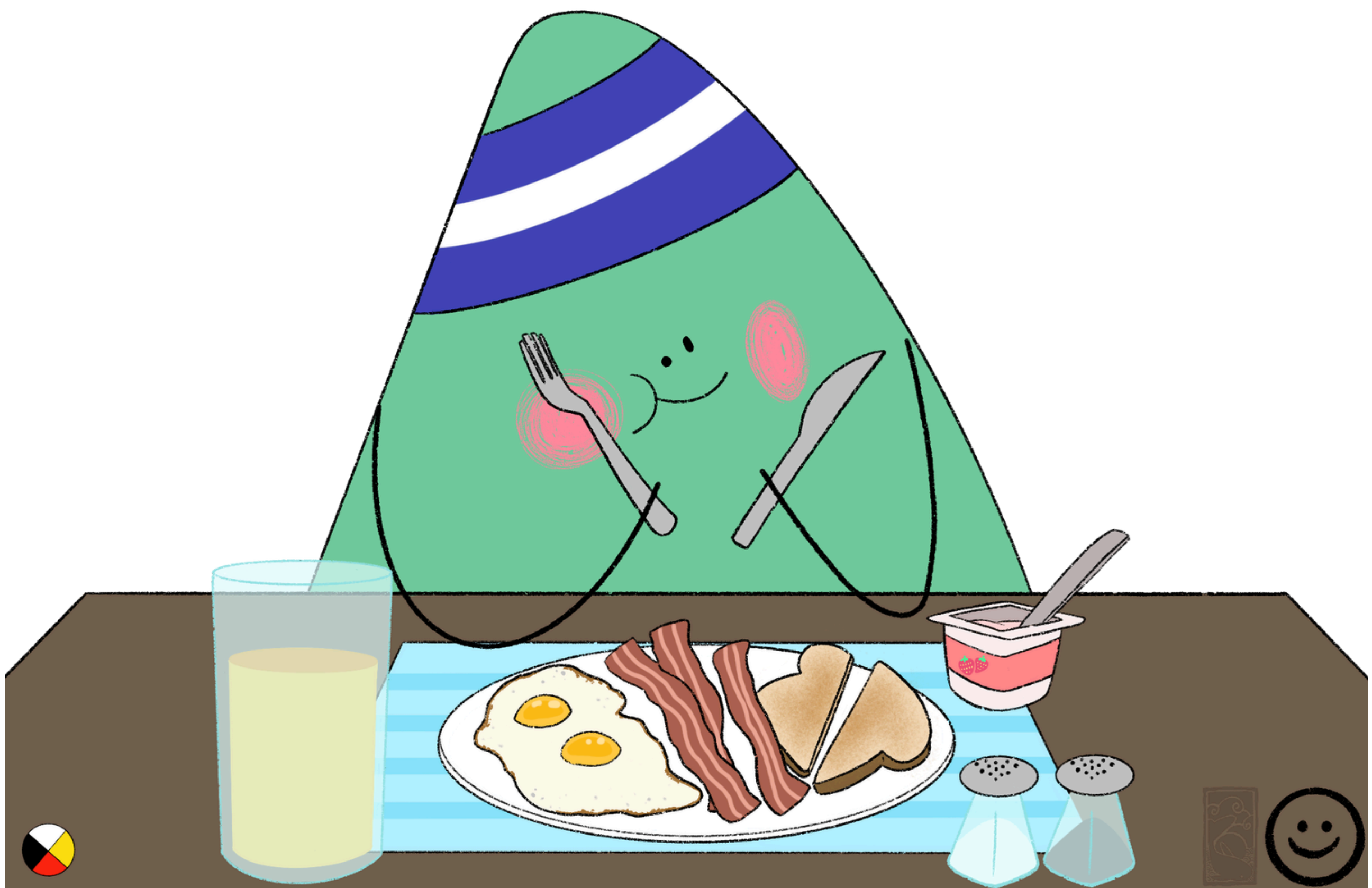




Petit-déjeuner bienêtre

Le petit-déjeuner, c'est sacré!

Objectif : Prendre un petit-déjeuner le matin peut considérablement améliorer votre humeur et votre niveau d'énergie.

Pourquoi? Les aliments donnent au corps des nutriments essentiels. Lorsque vous mangez, vous faites le plein d'énergie et vous vous concentrez plus facilement.