

# L'importance d'une alimentation équilibrée

Orofino Gaëtan 5°2  
Mispolet Antoine 5°4

Il faut manger équilibré !!

!! Ne pas manger trop gras, trop salé, trop sucré !!

!! Manger 5 fruits et légumes par jour !!

!! Il faut aussi faire du sport pour avoir un corps en pleine forme !!



*Il ne faut pas manger trop gras !*



*Il ne faut pas manger trop salé !*



**Hypertension**





**Il ne faut pas manger trop sucré !**



**Pour ne pas être comme ça !**

