

# Retirons le **sel**

du

menu!



**Le **sel** est caché dans la plupart des aliments que nous achetons dans les restaurants, les cafés, en vente à emporter ou les supermarchés**

Le **sel** élève la pression sanguine et augmente notre risque d'AVC, de maladies cardiaques, de cancer gastrique, d'ostéoporose et de maladies rénales

**Semaine de Sensibilisation au **Sel****

Du 4 au 10 mars 2019