

PAS LE TEMPS  
LE MATIN ?

Un p'tit-déj,  
ça prend

5  
minutes !



QUELQUES ASTUCES  
POUR GAGNER DU TEMPS :

1

Préparer les affaires  
de votre enfant la veille

2

Mettre la table du  
petit-déjeuner le soir

3

Opter  
pour un  
petit-déjeuner  
à emporter



POUR DES MATINS  
BOOSTÉS, CHAQUE JOUR UN  
PETIT-DÉJEUNER !

Pour tous renseignements :

Tél : 25 07 72

 SantepourtousNC

preventionsurcharge@ass.nc