

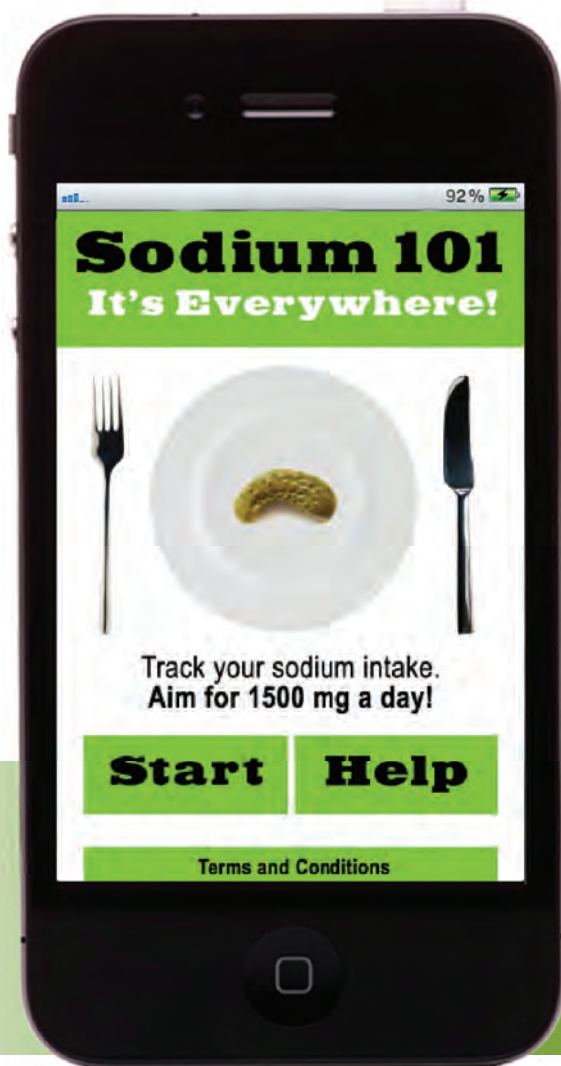
# Moins de sodium maintenant à la portée de tous!

Avec l'App Sodium 101 gratuite pour iPhone\*

- L'apport de sodium calculé en fonction de l'âge
- Le sodium dans les aliments emballés, saisie et suivi
- Liste de vos aliments préférés, saisie et suivi
- Liste de plus de 2 000 produits alimentaires des plus populaires chaînes canadiennes de mets à emporter
- Convertisseur : la quantité de sodium dans une quantité de sel
- Thermomètre sodium : vos progrès quotidiens en un clin d'œil
- Partage de votre sodium quotidien total avec vos amis sur Facebook et Twitter



[www.Sodium101.ca/App](http://www.Sodium101.ca/App)



« Consommer moins de sodium baisse votre risque d'AVC. »

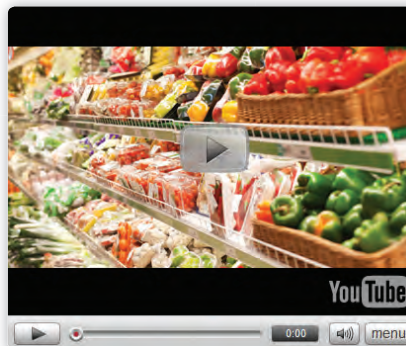
*Kevin Willis, Ph.D.  
Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires*



## Sodium 101

Notre site Web regorge de suggestions de recettes, d'empettes, etc.

[www.Sodium101.ca](http://www.Sodium101.ca)



## YouTube

Pour manger sainement en réduisant le sodium regardez notre vidéo sur YouTube.

[www.YouTube.com/strokenetwork](http://www.YouTube.com/strokenetwork)

## Passez à l'action!

Joignez-vous à la conversation et tenez-vous au courant des dernières nouvelles de Sodium 101.

twitter 

Twitter @Sodium101

facebook 

[www.facebook.com/sodium101](http://www.facebook.com/sodium101)



\*Offerte par le Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires

# Sodium 101

## La vérité choque!



Canadian Stroke Network

Réseau canadien contre les accidents cérébrovasculaires