



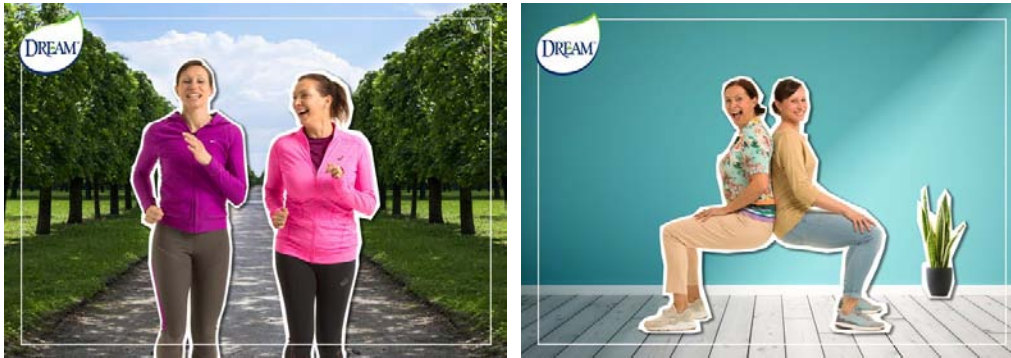
Kim Gevaert et Dream Drinks ont décidé de collaborer cet été. L'ancienne championne du sprint donne quelques idées originales pour combiner une vie sociale et familiale bien remplie avec un mode de vie sain.



Il arrive à tout le monde d'avoir le cafard ou de se sentir mal dans sa peau. Voici quelques suggestions qui vous aident à éviter un coup de blues : des conseils pour bien commencer la journée, pour faire le plein d'énergie de manière à pouvoir respecter un délai un peu serré. Vous y trouverez en outre quelques recettes à la fois délicieuses et simples de produits Dream pour remplir les petits creux durant ou après le travail.



Martine Prenen a également participé au projet. Martine, qui a déjà quatre livres de bien-être à son palmarès, est la personne rêvée pour concocter avec Kim Gevaert, l'ambassadrice de Dream, des conseils pour bouger, s'alimenter et se détendre de manière équilibrée. Les conseils ne se limitent donc pas à la consommation de produits Dream.



Media Mania – 03/213 07 45 – [raf@mediamania.be](mailto:raf@mediamania.be) – [www.mediமானია.be](http://www.mediமானია.be)