



# NUTRITION & CELEBRATIONS

- ✓ Always drink enough water.
- ✓ Rebalance your diet over the next days.
- ✓ Be reasonable and keep a physical activity.



Association pour la Santé au travail des secteurs Tertiaire et Financier  
15-17 avenue Gaston Diderich, 1420 Luxembourg - +352 22 80 90-1 - [accueil@astf.lu](mailto:accueil@astf.lu) - [www.astf.lu](http://www.astf.lu)