

Zurich, le 4 septembre 2024 | Communiqué de presse

## **Nouveau magazine «santé & intelligence» avec 31 recettes de Brainfood pour optimiser les performances du cerveau**

**Outre l'activité physique, l'alimentation permet également d'influer positivement sur les performances de notre cerveau. Dans le nouveau magazine «santé & intelligence», disponible gratuitement dès maintenant, la Fondation Felix Platter et Betty Bossi expliquent quels aliments permettent de conserver ses facultés mentales et comment les préparer facilement.**

L'alimentation peut avoir un effet positif sur les processus de vieillissement du cerveau. La recherche sur la relation entre les facultés mentales et l'alimentation est l'une des principales missions du Centre hospitalier Universitaire de médecine gériatrique FELIX PLATTER.

«Dans ce carnet de recettes, nous permettons d'intégrer au quotidien les découvertes scientifiques dans le domaine de la santé cognitive et de l'alimentation», explique le Professeur Dr Reto W. Kressig, Directeur médical du Centre hospitalier Universitaire de médecine gériatrique FELIX PLATTER et Président du Conseil de la Fondation Felix Platter. Après l'énorme succès du magazine «santé & vitalité» qui portait sur la santé musculaire, le deuxième numéro, «santé & intelligence», se concentre à présent sur la santé cognitive.

Les menus proposés par Betty Bossi contiennent précisément les nutriments qui assurent une santé mentale et physique optimale. Outre la collection de recettes, le magazine fournit également de nombreuses informations intéressantes: quels aliments verts présents dans les menus sont bons pour le cerveau et quels aliments contiennent des substances végétales secondaires bénéfiques pour la santé. Et surtout, comment intégrer la Brainfood de manière efficace et simple au quotidien.

Le carnet de recettes contient 31 recettes pour le petit-déjeuner, les en-cas, les salades et les plats principaux.

### Où se procurer le magazine de recettes «santé & intelligence»?

Le magazine de recettes est distribué gratuitement par SWICA, Alzheimer Suisse, la Fondation Felix Platter pour la recherche et l'innovation et le Centre hospitalier Universitaire de médecine gériatrique FELIX PLATTER.

Vous trouverez de plus amples informations, des références et le lien de téléchargement pour la version numérique du magazine de recettes ainsi que la page de couverture (d/f) sur [www.felixplatter-stiftung.ch](http://www.felixplatter-stiftung.ch)

#### **Contacts médias**

Beatrice Hofmann, responsable Marketing et Communication du Centre hospitalier Universitaire de médecine gériatrique FELIX PLATTER, tél. +41 61 326 41 66, [beatrice.hofmann@felixplatter.ch](mailto:beatrice.hofmann@felixplatter.ch)

Viviane Bühr, responsable Communication d'entreprise Betty Bossi  
Tél. +41 44 209 19 73, [kommunikation@bettybossi.ch](mailto:kommunikation@bettybossi.ch)

#### **À propos de la Fondation FELIX PLATTER pour la recherche et l'innovation**

L'objectif de la Fondation Felix Platter est de contribuer à préserver la santé physique et mentale des personnes âgées, à réduire les conséquences du processus de vieillissement et à informer le grand public de manière simple et claire sur les dernières avancées scientifiques dans le domaine de la médecine gériatrique. [www.felixplatter-stiftung.ch](http://www.felixplatter-stiftung.ch)

#### **Betty Bossi, le plaisir à portée de main**

Betty Bossi est une entreprise suisse leader en art culinaire. Depuis 1956, Betty Bossi, cuisinière fictive et personnage culte, guide chacun de la manière la plus simple vers les plaisirs de la table – avec des recettes toujours réussies, des ustensiles de cuisine ingénieux et des aliments innovants. [www.bettybossi.ch](http://www.bettybossi.ch)