

APRÈS 55 ANS,  
DOIT-ON MANGER  
AUTANT DE VIANDE  
ET DE POISSON  
QU'AVANT ?



BIEN MANGER ET BIEN BOUGER APRÈS 55 ANS.  
POUR RECEVOIR CE GUIDE GRATUITEMENT :

[www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

0 821 22 22 21\*

\*0,12€/MIN DEPUIS UN POSTE FIXE. DE 8H À 21H. DU LUNDI AU SAMEDI. JUSQU'AU 30/11/2006.