

# JE BOUGE, JE MANGE, JE TROUVE MON ÉQUILIBRE



POUR MAINTENIR  
UN POIDS FAVORABLE  
À LA SANTÉ

J'ÉQUILIBRE MES APPORTS ALIMENTAIRES ET MES DÉPENSES D'ÉNERGIE :

JE BOUGE + LORSQUE JE MANGE +

JE MANGE - LORSQUE JE BOUGE -

Pour tous renseignements :

Tél : 25.07.72

preventionsurcharge@ass.nc

 **mangemieuxbougeplus**

[www.mangemieuxbougeplus.nc](http://www.mangemieuxbougeplus.nc)