

Mon alimentation : aussi unique que moi.

J'ai toujours des aliments sains
faits maison à portée de main

J'aime boire un latte
pour son **côté nutritif**

Les **protéines** aident
à calmer ma faim

Lorsque mon horaire est chargé,
j'emballe mon déjeuner pour la route

Je choisis des **fruits entiers** pour
profiter de leurs plein bienfaits

MONALIMENTATION.CA

**Bon pour vous, et à votre goût ! Les diététistes
vous aident à trouver votre stratégie santé.**

Le Mois de la nutrition est présenté
par Les diététistes du Canada
moisdelanutrition2021.ca



Commanditaire officiel
du Mois de la nutrition 2021
monalimentation.ca

