

Mon alimentation : *aussi unique que moi.*

Je suis **intolérant au lactose**

J'ai une **sensibilité au gluten**

J'opte pour des
boissons décaféinées

Je prends **une pause du travail**
pour savourer mes repas sans stress

Je garde des **fruits à
la portée de la main**

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

LES PRODUCTEURS
LAITIERS DU CANADA
CONÇU POUR VOUS
PAR NOS DIÉTÉTISTES